Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Курганский государственный университет»

(ФГБОУ ВО «КГУ»)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Н.В. Дубив /

«26» января\_ 2024 г.

Фонд оценочных средств

**СГ.04 Физическая культура**

Специальность среднего профессионального образования

**40.02.04 Юриспруденция**

Квалификация:

Юрист

Форма обучения

**Очная**

Курган

2024

1. Паспорт Фонда оценочных средств

Фонд оценочных средств (далее ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу дисциплины СГ.04 Физическая культура основной профессиональной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 40.02.04 Юриспруденция в части овладения усвоенных знаний, сформированности общих компетенций и обеспечивающих их умений.

ФОС представляет собой комплект заданий для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине СГ.04 Физическая культура по специальности 40.02.04 Юриспруденция.

ФОС включает контрольные материалы и рекомендации для проведения промежуточной аттестации в форме зачет с оценкой.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Контролируемые  темы дисциплины СГ.04 Физическая культура | Код контролируемой компетенции | Наименование оценочного средства | |
| текущий  контроль | контроль самостоятельной работы |
| **Раздел 1. Основы физической культуры**  **Тема 1.1.**  Физическая  культура в профессиональной подготовке и социокультурное  развитие личности | ОК 03,  ОК 08 | Практическое занятие № 1, устный опрос | письменный опрос |
| **Раздел 2. Легкая атлетика**  **Тема 2.1.** Бег на короткие дистанции.  Прыжок в длину с места | Практическое занятие № 2, устный опрос | письменный опрос |
| **Тема 2.2.** Бег на средние и длинные дистанции | Практическое занятие № 3, устный опрос | письменный опрос |
| **Тема 2.3.** Прыжок в длину с разбега.  Метание снарядов. | Практическое занятие № 4, устный опрос | письменный опрос |
| **Раздел 3. Баскетбол**  **Тема 3.1.** Техника  выполнения ведения  мяча, передачи и  броска мяча в  кольцо с места | Практическое занятие № 5, устный опрос | письменный опрос |
| **Тема 3.2.** Техника  выполнения ведения  и передачи мяча в  движении, ведение –  2 шага – бросок | Практическое занятие № 6, устный опрос | письменный опрос |
| **Тема 3.3.** Техника выполнения  штрафного броска,  ведение, ловля и  передача мяча в  колоне и кругу,  правила баскетбола | Практическое занятие № 7, устный опрос | письменный опрос |
| **Тема 3.4.**  Совершенствование  техники владения  баскетбольным  мячом | Практическое занятие № 8, устный опрос | письменный опрос |
| **Раздел 4. Волейбол**  **Тема 4.1.** Техника  перемещений, стоек,  технике верхней и  нижней передач  двумя руками | Практическое занятие № 9, устный опрос | письменный опрос |
| **Тема 4.2.** Техника  нижней подачи и  приёма после неё | Практическое занятие № 10, устный опрос | письменный опрос |
| **Тема 4.3.** Техника  прямого  нападающего удара |  | Практическое занятие № 11, устный опрос | письменный опрос |
| **Тема 4.4.**  Совершенствование  техники владения  волейбольным  мячом |  | Практическое занятие № 12, устный опрос | письменный опрос |
| **Раздел 5. Легкоатлетическая гимнастика**  **Тема 6.1.** Лыжная подготовка |  | Практическое занятие № 13, устный опрос | письменный опрос |

2. Контрольно-оценочные средства для входного контроля обучающегося

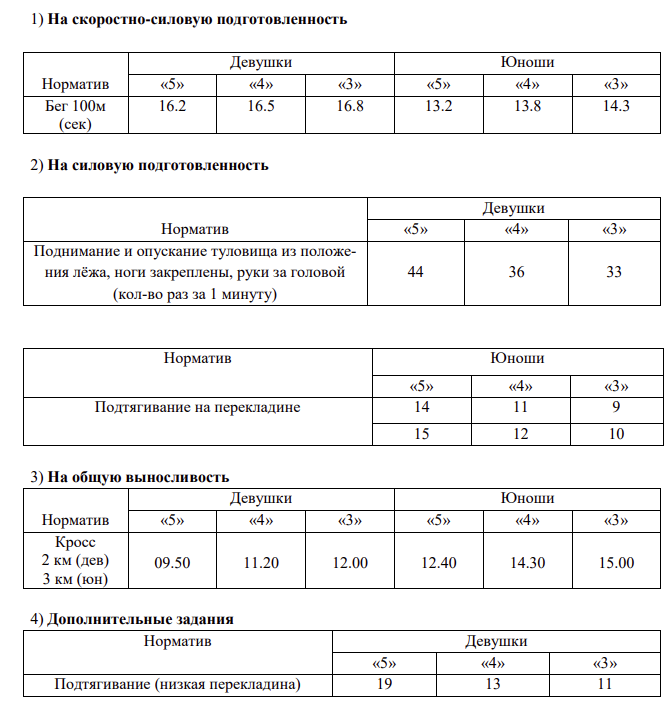
Не предусмотрен.

3. Контрольно-оценочные средства для текущего контроля обучающегося

(по видам контроля)

3.1 Практические задания

Текущий контроль проводится в форме сдачи нормативов.



Критерии оценки устного опроса:

- «отлично» выставляется обучающемуся, если двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, уверенно, в надлежащем ритме, легко и четко, студент овладел формой движения; в играх проявил большую активность, находчивость, ловкость, умение действовать в коллективе, точно соблюдать правила;

- «хорошо» выставляется обучающемуся, если двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая связанность движений; в играх студент проявил себя недостаточно активным, ловким;

- «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: двигательное действие выполнено в основном правильно, но напряженно или вяло, недостаточно уверенно, допущены незначительные ошибки при выполнении; в играх студент проявил себя малоактивным, допускал небольшие нарушения правил;

- «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: двигательное действие не выполнено или выполнено неправильно, неуверенно, небрежно; допущены значительные ошибки; в играх студент показал себя нерасторопным и неумение играть в коллективе.

Компетенции ОК 03, ОК 08 считаются сформированными, если обучающийся получил оценку «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично».

4. Контрольно-оценочные средства самостоятельной работы обучающегося

*4.1* Перечень вопросов для выполнения письменной работы в форме реферата:

Тема 1. История физической культуры и спорта

Тема 2. Роль физической культуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы

Тема 3. Роль физической культуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов с заболеваниями неврологического профиля

Тема 4. Роль физической культуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов с заболеваниями пульмонологического профиля

Тема 5. Здоровый образ жизни – путь к долголетию

Тема 6. Роль физической культуры в профилактике и лечении пациентов с нарушениями обмена веществ

Тема 7. Роль физической культуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.

Тема 8. Физические упражнения, направленные на развитие выносливости.

Тема 9. Физические упражнения, направленные на развитие силы

Тема 10. Физические упражнения, направленные на развитие ловкости

**Критерии оценки письменных работ в форме реферата:**

- «отлично» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал разнообразных литературных источников;

- «хорошо» выставляется обучающемуся, если: он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения;

- «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических заданий;

- «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, несвязно излагает его, с большими затруднениями выполняет практические задания.

Компетенции ОК 03, ОК 08 считаются сформированными, если обучающийся получил оценку «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично».

**5. Контрольно-оценочные средства промежуточной аттестации обучающихся**

5.1 Формой проведения оценочной процедуры является дифференцированный зачет, который проводится в форме устного опроса **(тестирования).**

**Задания для оценки сформированности компетенций** ОК 03, ОК 08

**Примерный перечень вопросов для зачета с оценкой.**

1. Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала.

2. Взаимосвязь общей культуры и образа жизни. Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Двигательная активность.

3. Влияние экологических факторов на здоровье человека. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании.

4. Первая медицинская помощь при травмах.

5. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни.

6. Лёгкая атлетика. Техника специальных упражнений бегуна.

7. Техника высокого и низкого стартов в легкой атлетике

8. Техника бега на короткие и средние дистанции. Старт и стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование

9. Техника прыжка в длину с разбега: разбег, отталкивание от планки, приземление.

10. Лёгкая атлетика. Техники эстафетного бега и передачи эстафетной палочки

11. Гимнастика. Строевые упражнения. Строевые приёмы на месте. Условные обозначения гимнастического зала. Перестроение из 1 шеренги во 2, 3 и обратно. Перестроение из колонны по 1 в колонны по 2, по 3 и обратно. Перестроение из одной шеренги в 3, 4 «Уступом» и обратно. Движение в обход, остановка группы в движении. Движение по диагонали, противоходом, «змейкой», по кругу. Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3, 4 поворотом в движении. Размыкание приставным шагами, по распоряжению.

12. Общеразвивающие упражнения. Техника общеразвивающих упражнений. Раздельный способ проведения общеразвивающих упражнений. Основные и промежуточные положения прямых рук. Основные положения согнутых рук. Основные стойки ногами. Наклоны, выпады, приседы. Упражнения сидя и лёжа. Поточный способ проведения ОРУ.

13. Техника акробатических упражнений. Комплекс акробатических упражнений. Совершенствование техники акробатических упражнений.

14. Волейбол. Техника приёма и передачи мяча сверху двумя руками. Техника приёма и передачи мяча снизу двумя руками. Техника подачи мяча. Двусторонняя игра.

15. Баскетбол. Техника ведения и передачи мяча. Комбинационные действия защиты и нападения. Штрафные броски. Двусторонняя игра.

**Примеры тестовых заданий для промежуточной аттестации**

Вопрос №1. Выберите один правильный вариант ответа. Физическая культура - это

1) использование физических упражнений для отдыха и восстановления работоспособности после трудовой или учебной деятельности;

2) **часть общей культуры, направленная на физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья человека в процессе осознанной двигательной активности**;

3) использование физических упражнений для восстановления после перенесенных заболеваний и травм.

4) образовательный урок в школе или колледже

Вопрос №2. Расшифруйте аббревиатуру ВФСК ГТО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ **Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»**

Вопрос №3. Выберите один правильный вариант ответа. Здоровье – это (по определению ВОЗ):

1) полное физическое и психическое благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

2) **полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.**

3) отсутствие болезней или физических дефектов.

5.2 Критерии оценки

Дифференцированный зачет проводится в группе численностью не более 25 человек.

Время выполнения задания – 90 минут.

Тест включает 40 заданий, в том числе по 1 заданию открытого и закрытого типа по каждой контролируемой компетенции.

Компетенции ОК 03, ОК 08 считаются сформированными, если обучающийся получил оценку «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично».

Шкала оценивания контролируемых компетенций

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Процент результативности  правильных ответов | Качественная оценка | |
| Балл (отметка) | Вербальный аналог |
| 85-100 | 5 | отлично |
| 66-84 | 4 | хорошо |
| 51-65 | 3 | удовлетворительно |
| менее 51 | 2 | неудовлетворительно |