

Министерство образования и науки Республики Хакасия
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Республики Хакасия
«Саяногорский политехнический техникум»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАПОУ РХ СПТ
_____ Каркавина Н.Н.

КОМПЛЕКТ
контрольно-оценочных средств
по дисциплине
ФК.00 Физическая культура
по учебной дисциплине общеобразовательного цикла
Физическая культура
Основной профессиональной образовательной программы подготовки
специалистов среднего звена по профессии
13.01.10 Электромонтёр по ремонту и обслуживанию (по отраслям)

г. Саяногорск, 2021г.

Комплект контрольно-оценочных средств разработан с учетом требований ФГОС СПО, ОПОП, рабочей программы основной профессиональной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по профессии 13.01.10 Электромонтёр по ремонту и обслуживанию (по отраслям), Положением о разработке фонда оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации ГАПОУ РХ СПТ (утверждено приказом директора ГАПОУ РХ СПТ №11-0 от 18.01.2021г.)

Организация-разработчик: ГАПОУ РХ СПТ

Разработчик: преподаватель физической культуры Голикова Н.П.

РАССМОТРЕНО

на заседании предметно-цикловой
комиссии _____

протокол № __ от «__» _____ 202__
г.

Председатель ПЦК _____

СОГЛАСОВАНО

на заседании Методического совета

протокол №__ от «__» _____ 202__
г.

Председатель МС _____

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1 Формы и методы оценивания
 - 3.2 Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
4. Комплект заданий для проведения контрольных срезов

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1 Область применения контрольно-оценочных средств (далее – КОС)

КОС учебной дисциплины ОГСЭ.07 Физическая культура является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО специальности 13.01.10 Электромонтёр по ремонту и обслуживанию (по отраслям)

Контрольно-оценочные средства предназначены для оценки освоения основного вида деятельности и уровня сформированности соответствующих ему общих и профессиональных компетенций в процессе текущего и рубежного контроля, промежуточной аттестации.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины: (из рабочей программы п.1.3.)

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК 7.	Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения учебной дисциплины осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также формирование общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции <i>(желательно сгруппировать и проверять комплексно, сгруппировать умения и общие компетенции)</i>	Показатели оценки результата <i>Следует сформулировать показатели</i> <i>Раскрывается содержание работы</i>
Уметь:	
У1- Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики. ОК 1-7	Овладеть элементами техники движений: релаксационных, беговых, прыжковых.
У2- Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа. ОК 1-7	Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов. Повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (кроссовая подготовка). Выявлять взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем в их историческом аспекте.
Уметь выполнять упражнения:	- сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для девушек — руки на опоре высотой до 50 см); - подтягивание на перекладине (юноши);

	<ul style="list-style-type: none"> - поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки); - прыжки в длину с места; - бег 100 м; - бег: юноши — 3 км, девушки — 2 км (без учета времени);
Знать:	
31-- Знать состояние своего здоровья ОК 1-7	Понимать основные принципы составления и проведения индивидуальных занятий двигательной активности.
32- Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции. ОК 1-7	Способность использовать составления и проведения индивидуальных занятий двигательной активности.

3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОЦЕНИВАНИЯ

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные ФГОС по дисциплине ФК.00, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Используются следующие формы текущего контроля:

- фронтальный опрос (ФО)
- практическое занятие (ПЗ)
- самостоятельная работа (СР)
- тестирование (Т)
- диктант терминов и понятий (Д)
- подготовка сообщения; написание реферата (Р,С)

- составление кроссвордов, эссе (К, Э)

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Осваиваемые элементы П, МП, Л	Форма контроля	Осваиваемые элементы П, МП, Л
ФК.00 Физическая культура	Лёгкая атлетика -тестирование -сдача норм ГТО -сдача нормативов Спортивные игры: Волейбол Баскетбол Футбол - сдача отдельных элементов - сдача норм ГТО Гимнастика и фитнес -сдача комплекса гимнастических упражнений	ЛР 03, ЛР 06, ЛР 10, ЛР 12, МР 02, ПРБ 01, ПРБ 04, ПРБ 05	Дифференцированный зачёт	ПРБ 01, ПРБ 02, МР 01

3.2 КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

- **Дифференцированный зачет**

Форма проведения: устное собеседование по перечню вопросов

Условия выполнения

Время выполнения задания: 20 минут

Пакет материалов для проведения дифференцированного зачета:

3 курс 6 семестр

1.Подтягивание (юноши): 15-«5»; 12-«4»; 10-«3»

Отжимание (девушки): 18-«5»; 15-«4»; 12-«3»

2.Бег 20 минут без учёта времени для девушек и юношей

3.Передача и приём мяча в парах «5» -12 передач; «4» -10 передач «3» -8 передач

4. Составить комплекс для производственной гимнастики, комплексов упражнений для профилактики профессиональных заболеваний с учётом специфики будущей профессиональной деятельности.

«5» - обучающийся умеет самостоятельно организовывать место занятий; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги;

«4» - обучающийся организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; допускает незначительные ошибки в подборе средств с целью применения их в конкретных условиях; недостаточно уверенно умеет контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.

«3» - более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью преподавателя; обучающийся владеет знаниями, но не может применить их самостоятельно

«2» - обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов; не владеет достаточным уровнем знаний

