

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
БОРИСОГЛЕБСКИЙ ФИЛИАЛ
(БФ ФГБОУ ВО «ВГУ»)**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
естественнонаучных и
общеобразовательных дисциплин



С.Е. Зюзин
31.05.2023 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА
ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Бухгалтер

Форма обучения – заочная

Учебный год: 2023 – 2024 Зимняя сессия, Летняя сессия

Учебный год: 2024 – 2025 Зимняя сессия, Летняя сессия

Рекомендован: научно-методическим советом Филиала
протокол от 30.05.2023 №8

Составители:
Ассистент кафедры естественнонаучных и
общеобразовательных дисциплин М.Н.Петрик

2023 г.

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 05 февраля 2018 г. N 69 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)".

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

ФОС разработаны на основании положений:

1. Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности, текущей, промежуточной и итоговой аттестации по основным профессиональным образовательным программам среднего профессионального образования в Воронежском государственном университете.

2. Положение о формировании фонда оценочных средств для аттестации обучающихся по образовательным программам среднего профессионального образования Воронежского государственного университета.

1. Цели и задачи учебной дисциплины – планируемые результаты освоения дисциплины:

Целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности.

Задачи дисциплины:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки её к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Результатом освоения программы учебной дисциплины является овладение обучающимся общими (ОК) компетенциями:

Общие компетенции

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	Умения: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для специальности
		Знания: роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска для физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения

2. Условия аттестации: критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, теоретических знаний и выполнения тестов общефизической подготовленности.

Время аттестации:

подготовка 15 мин.;
выполнение 1 часа 15 мин.;
оформление и сдача 15 мин.;
всего 1 часа 45 мин.

3. Программа оценивания контролируемой компетенции:

Текущая аттестация	Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины и их наименование*	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Легкая атлетика и общефизическая подготовка	ОК 08	Комплексы упражнений
Промежуточная аттестация 1		ОК 08	Комплексы упражнений
2	Профессионально-прикладная физическая подготовка Физкультурно-оздоровительная деятельность	ОК 08	Комплексы упражнений
3	Лыжи и общефизическая подготовка	ОК 08	Комплексы упражнений
Промежуточная аттестация 2		ОК 08	Комплексы упражнений
3	Лыжи и общефизическая подготовка	ОК 08	Комплексы упражнений
4	Игровые виды спорта	ОК 08	Комплексы упражнений
Промежуточная аттестация 3		ОК 08	Комплексы упражнений
4	Игровые виды спорта	ОК 08	Комплексы упражнений
Промежуточная аттестация 4		ОК 08	Комплексы упражнений, творческое задание, тестовое задание.

Комплексы упражнений по дисциплине – ОГСЭ.05 Физическая культура

Промежуточная аттестация 1

Вид упражнения	Пол	Оценка	
		зачтено	не зачтено
Бег 100 м (сек.)	Ю	15,0 и меньше	14,9 и больше
	Д	18,0 и меньше	17,9 и больше
Бег 3000 м, 2000м(мин. Сек.)	Ю	15,0 и меньше	14,9 и больше
	Д	12,5 и меньше	12,4 и больше
Прыжок в длину с места(м, см)	Ю	1,90 и больше	1,89 и меньше
	Д	1,50 и больше	1,49 и меньше
Прыжок в длину с разбега «согнув ноги» (м. см.)	Ю	3,80 и больше	3,79 и меньше
	Д	3,0 и больше	2,9 и меньше
Метание гранаты 700г, 500 г(м, см.)	Ю	23 и больше	22 и меньше
	Д	11 и больше	10 и меньше

Промежуточная аттестация 2

Вид упражнения	Пол	Оценка	
		зачтено	не зачтено
Подтягивание на высокой перекладине (раз)	Ю	7 и больше	6 и меньше
Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой (раз)	Д	20 и больше	19 и меньше
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	Ю	20 и больше	19 и меньше
	Д	6 и больше	5 и меньше
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	Ю	6 и больше	5 и меньше
	Д	8 и больше	7 и меньше
Бег на лыжах на 5 км, 3 км	Ю	25.50 и меньше	сошел с дистанции
	Д	19.10 и меньше	сошла с дистанции

Промежуточная аттестация 3

Вид упражнения	Пол	Оценка	
		зачтено	не зачтено
В висе поднимание прямых ног до касания перекладины	Ю	4 и больше	3 и меньше

Приседание на одной ноге без опоры	Д	5/5 и больше	4/4 и меньше
Челночный бег 3X10 сек.	Ю	8,7 и меньше	8,8 и больше
	Д	9,7 и меньше	9,8 и больше
Верхняя прямая подача в/б мяча в пределы площадки (5 попыток)	Ю	3 и больше	2 и меньше
	Д	3 и больше	2 и меньше
Верхняя передача в/б мяча над собой (высота взлета мяча не менее 1м)	Ю	10 и больше	9 и меньше
	Д	10 и больше	9 и меньше

Промежуточная аттестация 4

Вид упражнения	Пол	Оценка	
		зачтено	не зачтено
Бросок б/б мяча в корзину со штрафной линии (из 10 попыток)	Ю	5 и больше	4 и меньше
	Д	4 и больше	3 и меньше
Ведение б/б мяча с броском в корзину от щита (7 попыток)	Ю	4 и больше	3 и меньше
	Д	3 и больше	2 и меньше
Подача теннисного мяча (10 попыток)	Ю	5 и больше	4 и меньше
	Д	5 и больше	4 и меньше
Выполнение творческого задания.		Выполнено	не выполнено
Выполнение тестового задания.		25 баллов и больше	24 балла и меньше

Комплект творческих заданий по дисциплине – ОГСЭ.05 Физическая культура

1. Составление конспекта и демонстрация комплекса разминочных упражнений по лёгкой атлетике.
2. Составление конспекта и демонстрация комплекса разминочных общеразвивающих упражнений.
3. Составление конспекта и демонстрация комплекса разминочных упражнений с мячом.
4. Составление конспекта и демонстрация комплекса круговой тренировки по ОФП.
5. Составление конспекта и демонстрация комплекса по ППФП (малые формы ФК).
6. Творческое задание составление и демонстрация комплекса корригирующей гимнастики.
7. Составление и демонстрация комплекса корригирующей гимнастики.

Комплект тестовых заданий по дисциплине – ОГСЭ.05 Физическая культура

Некоторые правила, которые необходимо соблюдать при поднятии тяжестей...

1. стойте устойчиво на нескользкой основе
 2. поднимайте груз с прямой спиной
 3. поднимайте груз одновременно с поворотом туловища
- Ответ 1,2 (2 балла)

Какие подачи есть в волейболе:

1. закручивающая подача
 2. верхняя прямая
 3. подача в прыжке
- Ответ 2,3 (2 балла)

Какие стойки лыжника при спуске является менее скоростными:

1. средняя стойка
 2. низкая стойка
 3. высокая стойка
- Ответ: 1,3 (2 балла)

Какие виды спорта обеспечивают наименьший эффект в развитии гибкости:

1. тяжелая атлетика
 2. легкая атлетика
 3. гимнастика
- Ответ: 1,2 (2 балла)

Определенная последовательность дыхательных упражнений – это...:

1. дыхательная гимнастика;
 2. фитнес;
 3. атлетика.
- Ответ: 1 (1 балл)

Заминка и заключительная часть занятия имеют направленность:

1. подготовительную;

2. восстановительную;
3. ориентировочную.

Ответ: 2 (1 балл)

С чего следует начинать занятие (тренировку):

1. растяжка;
2. общая разминка;
3. прыжки.

Ответ: 2 (1 балл)

Сколько игроков одной футбольной команды находится на поле:

1. 11;
2. 22;
3. 10.

Ответ: 1 (1 балл)

Подача мяча выполняется:

1. за лицевой линией
2. с площадки
3. с места

Ответ: 1 (1 балл)

Игроку в баскетболе разрешается делать только ...шага с мячом, после чего он должен либо произвести бросок, либо отдать пас:

1. один шаг
2. два шага
3. три шага

Ответ: 2 (1 балл)

Для проведения занятий по физическому воспитанию все студенты распределяются в учебные отделения. Укажите, как они называются:

1. подготовительное, основное, медицинское
2. спортивное, физкультурное, оздоровительное
3. основное, специальное, спортивное
4. общеподготовительное и профессионально-прикладное

Ответ: 3 (1 балл)

Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня:

1. упражнения на внимание
2. простые и легкие кратковременные физические упражнения разной направленности
3. быстрая длительная ходьба на свежем воздухе
4. упражнения на развитие силы мышц спины

Ответ: 2,3 (2 балла)

Физическая подготовка - это:

1. процесс развития физических качеств и овладения движениями
2. результат изменения морфологических и функциональных показателей развития человека, достигнутый в результате занятий физическими упражнениями

3. это процесс совершенствования физических качеств и формирования тех двигательных умений и навыков, которые отвечают специфике избранного вида спорта или выбранной профессии

4. целенаправленное воздействие на развитие физических качеств человека посредством нормированных физических нагрузок

Ответ: 1 (1 балл)

Процесс совершенствования физических качеств и формирования жизненно необходимых двигательных умений и навыков, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека называется:

1. физическим развитием

2. специальной физической подготовкой

3. физической подготовленностью

4. общей физической подготовкой

Ответ: 4 (1 балл)

Какие упражнения развивают силу?

1. бег с соревновательной скоростью

2. подтягивания

3. марафонский бег

4. прыжки через скакалку

Ответ: 2 (1 балл)

В какой части тренировочного занятия предусмотрено развитие физических качеств?

1. в подготовительной части

2. в основной части

3. в заключительной части

Ответ: 2 (1 балл)

К лёгкой атлетике относится...

1. занятие с гирями, с гантелями

2. бег на короткие и длинные дистанции

3. поднятие штанги с большим весом

Ответ: 2 (1 балл)

Какая из перечисленной обуви не является спортивной?

1. кеды, кроссовки, чешки

2. туфли, сапоги

3. бутсы, полукеды

Ответ: 2 (1 балл)

Какое упражнение не относится к легкой атлетике?

1. бросок мяча в корзину

2. прыжки

3. метание

Ответ: 1 (1 балл)

К видам лёгкой атлетики не относится ...

1. прыжки в длину

2. спортивная ходьба

3. прыжки с шестом

4. прыжки через коня

Ответ: 4 (1 балл)

На сколько зон условно разделена площадка при игре в волейбол?

1. 6
2. 12
3. 5
4. 9

Ответ: 2 (1 балл)

До скольких очков играют пятую (тай-брейковую) партию в волейболе?

1. 25
2. 15
3. 30
4. 35

Ответ: 2 (1 балл)

Сколько касаний разрешается выполнять при розыгрыше волейбольного мяча одной команде?

1. 2
2. 3
3. 4
4. 5

Ответ: 2 (1 балл)

Игрок какой зоны выполняет подачу в волейболе?

1. 6
2. 1
3. 2
4. 5

Ответ: 2 (1 балл)

Если после разрешения судьи на подачу, подающий игрок подбросил мяч и не произвел по нему удар, то ...

1. подача считается проигранной;
2. подача повторяется этим же игроком;
3. подача повторяется другим игроком этой же команды.

Ответ: 12 (1 балл)

Сколько игроков – баскетболистов могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований?

1. 5 человек
2. 10 человек
3. 12 человек

Ответ: 2 (1 балла)

Перед выполнением приемов баскетболист принимает стойку баскетболиста. Какие положения являются верными в данной стойке?

1. одна нога выставлена вперед
2. ноги расставлены на ширину плеч
3. ноги выпрямлены в коленях
4. масса тела равномерно распределена на обеих ногах

Ответ: 1,2,4 (2 балла)

Какие действия при обводке соперника в баскетболе неправильны?

1. чередование ведения мяча правой и левой рукой
2. ведение мяча дальней по отношению к сопернику рукой
3. ведение мяча ближней по отношению к сопернику рукой

Ответ: 1,3 (2 балла)

Что является ошибкой при приеме мяча сверху?

1. прием на выставленные вперед большие пальцы рук
2. прием на кисти рук, поставленные параллельно друг другу
3. прием на все пальцы рук

Ответ: 1,2 (2 балла)

Специальная разминка волейболиста не включает в себя ...

1. беговые упражнения
2. упражнения с мячом
3. силовые упражнения

Ответ: 1,3 (2 балла)