

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Выборнова Любовь Алексеевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 21.02.2024  
Уникальный программный ключ:  
c3b3b9c625f6c113afa2a2c42baff9e05a38b76e

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Поволжский государственный университет сервиса»  
(ФГБОУ ВО «ПВГУС», Университет сервиса)

Колледж креативных индустрий и предпринимательства

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**  
**(фонд оценочных средств) для проведения промежуточной аттестации**  
**по дисциплине Физическая культура**

учебному предмету, дисциплине, междисциплинарному курсу, профессиональному модулю

**по образовательной программе среднего профессионального образования –**

**программе подготовки специалистов среднего звена**

программе подготовки специалистов среднего звена / программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих

**Эксплуатация беспилотных авиационных систем**

наименование образовательной программы

**25.02.08 Эксплуатация беспилотных авиационных систем**

шифр, наименование специальности / профессии

Составитель

Березовский М.А. преподаватель Колледжа  
креативных индустрий и предпринимательства  
ФИО, должность, структурное подразделение,  
ученая степень, ученое звание

Тольятти  
2024

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ДАЛЕЕ – ФОС)

## 1.1. Планируемые результаты обучения по дисциплине

| Код компетенции | Наименование компетенции   |
|-----------------|--|
| ОК.08           | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. |

В результате освоения дисциплины, обучающийся должен:

**уметь:** 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 данной специальности.

**знать:** о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни. условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); средства профилактики перенапряжения.

## 1.2. Содержание дисциплины

| №                 | Тема (раздел дисциплины)<br>(в соответствии с РПД)   | Код компетенции |
|-------------------|--|-----------------|
| 1.2.3.4.5 семестр |  |                 |
| 1.                | Базовый:* Легкая атлетика.   | ОК 8            |
| 2.                | Базовый: Волейбол.   |                 |
| 3.                | Вариативный: **<br>1.1. Баскетбол.<br>1.2. Волейбол.<br>1.3. Фитнес.<br>1.4. Мини футбол.<br>1.5. Общая физическая подготовка.                                   |                 |
| 4.                | Занятия в спортивных клубах и секциях, выполнение утренней гигиенической гимнастики и тренировки по индивидуальным программам<br>Базовый: Методико-практический. |                 |

## 1.3. Система оценивания по дисциплине

Курс изучается в течение пяти семестров. Форма промежуточной аттестации дисциплины – 1.2.3.4 семестр зачет, 5 семестр дифференцированный зачет

| Шкалы оценки уровня сформированности результатов обучения |                      | Шкала оценки уровня освоения дисциплины |   |                             |
|---|----------------------|---|---|-----------------------------|
| Уровневая шкала оценки компетенций                        | 100 бальная шкала, % | 100 бальная шкала, %                    | 5-бальная шкала, дифференцированная оценка/балл | недифференцированная оценка |
| допороговый   | ниже 61              | ниже 61                                 | «неудовлетворительно» / 2                       | не зачтено                  |
| пороговый   | 61-85,9              | 61-69,9                                 | «удовлетворительно» / 3                         | зачтено                     |
|   |                      | 70-85,9                                 | «хорошо» / 4                                    | зачтено                     |
| повышенный  | 86-100               | 86-100                                  | «отлично» / 5                                   | зачтено                     |

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### Перечень вопросов и заданий к зачету (ОК 8)

#### 1 семестр:

1. Методико-практическая работа: «Методика составления и проведения утренней гигиенической гимнастики».

2. Темы рефератов для учащихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья (справка ВКК из госмедучреждения):

- Лечебная физическая культура при заболевании
- Представление о физическом воспитании как системе.
- Факторы физической культуры и спорта в аспекте их оздоровительной ценности.
- Формы построения занятий в физическом воспитании и спорте
- Теоретико-практические основы развития физических качеств (двигательных способностей)
- Физическое воспитание студенческой молодежи.

#### 2 семестр:

1. Методико-практическая работа: «Самооценка телосложения, физического развития и физической подготовленности»

2. Темы рефератов для учащихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья (справка ВКК из госмедучреждения):

- Планирование и контроль в физическом воспитании и спорте. Оценка эффективности физкультурно-спортивных занятий.
- Физическое воспитание взрослого населения.
- Спорт в современном обществе, тенденции его развития.
- Организационно-правовые основы физического воспитания и спорта в образовательных учреждениях.
- Государственная политика российской федерации в области физической культуры и спорта

#### 3 семестр

1. Понимание роли физической культуры в общекультурном развитии человека.
2. Понимание роли физической культуры в профессиональном развитии человека.
3. Знание основ здорового образа жизни.
4. Выполнение комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма.
5. Демонстрация 2-3 тестов для определения физического качества гибкость.
6. Демонстрация теста для определения физического качества силовая выносливость длинных разгибателей мышц спины.
7. Демонстрация 2-3 тестов для определения физического качества силовая выносливость мышц груди и трёхглавой плеча.
8. Продемонстрировать и проанализировать функциональный тест сердечно-сосудистой системы.
9. Выполнение тестов на техническую подготовленность.
10. Выполнение тестов на физическую подготовленность.
11. Выполнение методико-практического задания.

#### **4 семестр**

1. Темы рефератов для учащихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья (справка ВКК из госмедучреждения):

- Реализация принципов обучения в физическом воспитании.
  - Средства и методы физического воспитания и спорта.
  - Направленное формирование личности в процессе физического воспитания и спорта.
- Международное олимпийское движение.
- Международное спортивное движение студентов, в области массовой и оздоровительной физической культуры, его современные проблемы.

2. Демонстрация 2-3 тестов для определения физического качества гибкость.

3. Выполнение комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма.

4. Выполнение тестов на физическую подготовленность.

5. Выполнение методико-практического задания.

#### **Перечень вопросов и заданий к дифференцированному зачету (ОК 8):**

##### **5 семестр**

1. Перечислить функции сердечно-сосудистой системы.
2. Перечислить виды спорта акцентированно влияющие на сердечно-сосудистой систему.
3. Показ упражнений на восстановление и развитие гибкости, дыхательные упражнения.
4. Демонстрация техники волейбола на уровне умения переходящего в навык.
5. Выполнение физических упражнений, составляющих основу различных направлений и программ аэробики.
6. Демонстрация комплексов упражнений силовой направленности, локально воздействующих на различные группы мышц.
7. Демонстрация знания и применения основ тактики командной игры по выбранному виду спорта.
8. Демонстрация лидерских качеств (капитанских) в подвижных играх.
9. Выполнение методико-практического задания.