

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Троицкий педагогический колледж»**

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
В ФОРМЕ
ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для промежуточной аттестации
по ОУП.12 Физическая культура**

44.02.04 Специальное дошкольное образование

Разработчик: Копылова Надежда
Викторовна, преподаватель

Троицк, 2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Фонд оценочных средств разработан на основе рабочей программы ОУП.12 Физическая культура.

Настоящий Фонд оценочных средств предназначен для проведения входного контроля и промежуточной аттестации по ОУП.12 Физическая культура в форме зачета первый семестр и дифференцированного зачета второй семестр.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОУП.12 Физическая культура подлежащие проверке

В результате освоения ОУП.12 Физическая культура, студент должен обладать следующими умениями, знаниями:

У1.	Уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
У2.	Организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, учебно-исследовательскую, художественно-продуктивную, культурно-досуговую с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона.
У3.	Владеть формами и методами организации внеурочной деятельности, в том числе проектной деятельностью, лабораторными экспериментами, полевой практикой и т.п.
У4.	Уметь проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения.

З1.	Знать основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств
З2.	Знать показатели индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.
З3.	Знать и владеть арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности
Элементы	
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 08	Формированное здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью

3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

3.1. Формы и методы оценивания

Промежуточная аттестация по ОУП.12 Физическая культура проводится в форме зачета 1 семестр и дифференцированного зачета второй семестр.

Уровень сформированности знаний, умений и ОК студентов по результатам промежуточной аттестации определяется 4-бальной системой (отлично – 5, хорошо – 4, удовлетворительно – 3, неудовлетворительно – 2).

4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Оценочные материалы предназначены для проведения зачета и дифференцированного зачета и оценки результатов освоения дисциплины ОУП.12 Физическая культура специальности 44.02.04 Специальное дошкольное образование

4.1. Проверяемые результаты

Умения:

У1. Уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

У2. Организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, учебно-исследовательскую, художественно-продуктивную, культурно-досуговую с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона.

У3. Владеть формами и методами организации внеурочной деятельности, в том числе проектной.

У4. Уметь проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения.

Знания:

З1. Знать основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств.

З2. Знать показатели индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

З3. Знать и владеть арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Элементы

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 08. Формированное здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью

4.2. Условия проведения и задания для зачета и дифференцированного зачета

Место проведения: спортивный зал № 305

Продолжительность: 90 минут

Оборудование: спортивный инвентарь, компьютер

Расходные материалы: распечатанные практические задания в двух вариантах

**Задание для зачета
по ОУП.12 Физическая культура 1семестр**

Тестовое задание №1

Специальная разминка волейболиста включает в себя ...

- а) беговые упражнения;
- б) упражнения с мячом;

2. Каждой команде во время игры сколько предоставлено передач или ударов для возвращения мяча на сторону соперника (не считая касания на блоке) в волейболе?

- а - 2;
- б - 4;
- в - 3;
- г - 5.

3. С чего начинается бег на средние и длинные дистанции?

- а) с низкого старта;
- в) с хода;
- б) с высокого старта;
- г) с опорой на одну руку.

4. В чём заключаются основные меры предупреждения травматизма при самостоятельных занятиях физической культурой?

- а) В соблюдении правил поведения на спортивных сооружениях и подборе нагрузки, соответствующей функциональному состоянию;
- б) в подборе физической нагрузки с учётом общего состояния организма и в периодической смене деятельности;
- в) в чётком контроле над длительностью занятий и физической нагрузкой.

5. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает:

- а - физическую и интеллектуальную активность;
- б - регулярное обращение к врачу;
- в - упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек;
- г - рациональное питание и закаливание.

6. Из каких фаз состоит бег на короткие дистанции?

- а) старт; Стартовый разбег; Бег по дистанции; Финиширование.
- б) стартовый разбег, бег по дистанции, финишный рывок;
- в) набор скорости, финиш;
- г) старт, разгон, финиширование;

7. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на...

- а. сохранение и улучшение здоровья людей;
- б. развитие физических качеств людей;
- в. подготовку к профессиональной деятельности;
- г. поддержание высокой работоспособности людей.

8. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок:

- а - «с разбега»;
- б - «перешагиванием»;
- в - «перекатом»;
- г - «ножницами».

9. Какого вида прыжков в длину с разбега не существует?

- а) согнув ноги;

- в) согнувшись;
- б) прогнувшись;
- г) ножницы.

10. Назовите основные физические качества человека:

- а. быстрота, сила, смелость, гибкость;
- б. быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость;
- в. быстрота, сила, смелость, аккуратность, гибкость;
- г. быстрота, сила, ловкость, гибкость, внимательность.

30. Что является одним из основных физических качеств?

- а) внимание
- б) работоспособность
- в) сила
- г) здоровье

11. Правила баскетбола при ничейном счете в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью:

- а) 3 минуты;
- б) 7 минут;
- в) 5 минут;
- г) 10 минут.

12. Вид деятельности, являющийся предметом соперничества и исторически оформившийся как способ выявления и сравнения человеческих возможностей, принято называть:

- а) гимнастикой;
- б) соревнованием;
- в) видом спорта.

13. Какими показателями характеризуется физическое развитие:

- а) антропометрическими показателями;
- б) к роста-весовыми показателями, физической подготовленностью;
- в) телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья

Оценка результатов.

«5» - ставится, если ученик правильно ответил на 13-11 вопросов.

«4»- ставится, если ученик верно ответил на 11-9 вопросов.

«3»- ставится при наличии 8-6 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 6 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.

Практическая часть зачета

Тема		Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
1.	Прыжки в длину с места (см)	230(юноши) 195(девушки)	205(юноши) 180(девушки)	190(юноши) 165(девушки)	Меньше 190 Меньше 165
2.	Челночный бег 3 x 10 м/с.	7,0(юноши) 8,2 (девушки)	7,7(юноши) 8,5(девушки)	8,0(юноши) 9,0(девушки)	Больше 8,0 Больше 9,0

3.	Прыжки через скакалку за 1 мин. (кол-во раз)	120(юноши) 125(девушки)	110(юноши) 110(девушки)	90 (юноши) 90(девушки)	Меньше 90 Меньше90
4.	Подъем туловища	55(юноши) 42(девушки)	50(юноши) 40(девушки)	40(юноши) 27(девушки)	Меньше 40 Меньше 27

**Задание для дифференцированного зачета
по ОУП.12 Физическая культура 2 семестр**

1. Основным способом приема и передачи мяча в волейболе является ...

- а) нижняя передача мяча двумя руками;
- б) нижняя передача одной рукой;
- в) верхняя передача двумя руками.

2. Верхняя передача мяча выполняется приемом мяча ...

- а) на все пальцы обеих рук;
- б) на три пальца и ладони рук;
- в) на ладони;
- г) на большой и указательный пальцы обеих рук.

3. При приеме мяча двумя руками снизу не рекомендуется принимать мяч ...

- а) на сомкнутые предплечья;
- б) на раскрытые ладони;
- в) на сомкнутые кулаки.

4. Обязательным условием правильного выполнения верхней передачи мяча является ...

- а) прием игроком стойки волейболиста;
- б) своевременный выход игрока под мяч и выбор исходного положения;
- в) своевременное сгибание и разгибание ног.

5. При верхней передаче мяча на большое расстояние передача заканчивается ...

- а) коротким движением рук и полным выпрямлением ног;
- б) полусогнутыми руками;
- в) полным выпрямлением рук и ног.

6. При приеме мяча сверху соприкосновение пальцев с мячом должно происходить на ...

- а) уровне верхней части лица в 15-20 см от него;
- б) расстоянии 30-40 см выше головы;
- в) уровне груди;

7. Что не является ошибкой при приеме мяча сверху?

- а) Прием на выставленные вперед большие пальцы рук.

б) Прием на кисти рук, поставленные параллельно друг другу.

в) Прием на все пальцы рук.

8. Какой способ приема мяча следует применить, если подача сильная и мяч немного не долетает до игрока?

а) Сверху двумя руками.

б) Снизу двумя руками.

в) Одной рукой снизу.

9. Часто при неправильном приеме мяча сверху происходит растяжение мышц (связок) большого пальца руки. Что нельзя делать при оказании первой доврачебной помощи?

а) Охлаждать поврежденный сустав.

б) Согревать поврежденный сустав.

в) Обратиться к врачу.

10. Есть ли ошибка в постановке пальцев при приеме мяча сверху (рис. 1)?

а) Ошибки нет.

б) Ошибка есть.

11. Какой подачи не существует?

а) Одной рукой снизу.

б) Двумя руками снизу.

в) Верхней прямой.

г) Верхней боковой.

12. Выпрыгивание на блок выполняется толчком вверх ...

а) одной ногой;

б) обеими ногами.

13. Укажите правильное исходное положение рук при блокировании (рис. 2).

а) 1;

б) 2.

14. Напишите, какие действия или термины относятся к волейболу: 1) очко, 2) гол, 3) зона, 4) пенальти, 5) подсечка, 6) переход, 7) блок, 8) вне игры, 9) партия, 10) штрафной удар.

а) 1, 3, 7, 9;

б) 1, 2, 5, 7, 10;

в) 2, 4, 5, 6, 8.

15. Волейбольная площадка условно делится на зоны. На какой из площадок правильно обозначены зоны (рис. 3)?

а) 1;

б) 2;

в) 3.

16. Укажите правильное направление перехода из зоны в зону при получении права на подачу (рис. 4).

а) 1;

б) 2;

в) 3.

17. На крупных соревнованиях по волейболу игра проводится из ...

а) двух партий;

б) трех партий;

в) пяти партий.

18. До скольких очков ведется счет в решающей (3-й или 5-й) партии?

а) До 15 очков.

б) До 20 очков.

в) До 25 очков.

19. Допускается ли команда волейболистов до участия в соревнованиях, если в ее составе 5 человек?

а) Допускается.

б) Не допускается.

в) Допускается с согласия команды соперника.

20. Сколько еще касаний мяча может сделать принимающая подачу команда, если прием мяча с подачи считать первым касанием?

а) Одно.

б) Два.

в) Три.

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

а) подача считается проигранной;

б) подача повторяется этим же игроком;

в) подача повторяется другим игроком этой же команды.

22. Если при подаче мяч коснулся сетки и перелетел на сторону соперника, то ...

а) подача повторяется;

б) игра продолжается;

в) подача считается проигранной.

23. Если при подаче мяча подающий игрок наступает на разметку задней линии площадки или переходит ее, то ...

а) подача повторяется;

б) подача считается проигранной;

в) игра продолжается.

24. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований?

а) Шесть.

б) Десять.

в) Двенадцать.

Оценка результатов.

«5» - ставится, если ученик правильно ответил на 24-21 вопросов.

«4»- ставится, если ученик верно ответил на 20-16 вопросов.

«3»- ставится при наличии 15-10 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 10 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно

Практическая часть дифференцированного зачета

Тема		Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
1.	Скоростной бег 300м	50,0(юноши) 55,0(девушки)	55,0(юноши) 1,10(девушки)	1,05(юноши) 1.20(девушки)	Более 1,05 Более 1,20
2.	Верхняя подача в зону	из 10 попыток 10-8 попаданий	из 10 попыток 7 попаданий	из 10 попыток 5 попаданий	из 10 попыток меньше 5
3.	Штрафной бросок 10 попыток попадание в корзину	из 10 попыток 7 попаданий без ошибок	из 10 попыток 6 попаданий без ошибок	из 10 попыток 5 попаданий без ошибок	Менее 5
4.	Наклон из положения стоя на скамейке	14см. 16см.	10см. 12см.	6см. 8см.	Менее 5см. Менее 8см.

5.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ВХОДНОГО КОНТРОЛЯ ПО ОУП.12 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Оценочные материалы предназначены для проведения входного контроля, предшествующего освоению дисциплины ОУП.12 Физическая культура специальности 44.02.04 Специальное дошкольное образование

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Оценка за зачет выставляется с учетом ответа на теоретические вопросы и выполнение практического задания. Наиболее важную роль играет оценка практического задания.

Оценка результатов.

«5» -ставиться, если ученик правильно ответил на 13-11 вопросов.

«4»- ставиться, если ученик верно ответил на 11-9 вопросов.

«3»- ставиться при наличии 8-6 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 6 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.

Оценка за дифференцированный зачет выставляется с учетом ответа на теоретические вопросы и выполнение практического задания. Наиболее важную роль играет оценка практического задания

Оценка результатов

«5» -ставиться, если ученик правильно ответил на 24-21 вопросов.

«4»- ставиться, если ученик верно ответил на 20-16 вопросов.

«3»- ставиться при наличии 15-10 верных ответов.

Если учащийся правильно ответил менее чем на 10 вопросов, через некоторое время ему разрешается пройти тест повторно.