Министерство образования Самарской области

АССОЦИАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ "ИНСТИТУТ НАПРАВО.РУ"

УТВЕРЖДЕНО
Приказ Директора
от 04.08.2025г. № 028/3

Воробьев К.А.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ООД.09 Физическая культура

Специальность 09.02.07
Информационные системы и программирование

Квалификация
Специалист по информационным системам

Очная форма обучения
На базе основного общего образования

Тольятти, 2025г.

1. Паспорт фонда оценочных средств

Разработчик: ИНСТИТУТ НАПРАВО.РУ.

Фонд оценочных средств предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по образовательной программе специальности 09.02.07 «Информационные системы и программирование», квалификация «Специалист по информационным системам».

Основания: федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 09.02.07, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.12.2016 № 1547 с изменениями от 03.07.2024; учебный план и рабочая программа ИНСТИТУТ НАПРАВО.РУ.

Показатель	Значение
Наименование	ООД.09 Физическая культура
Объём	78 часов
Распределение по семестрам	1-й — 32 часа; 2-й — 46 часов
Промежуточная аттестация	2-й семестр — дифференцированный зачёт
Вариативная часть	0 часов в составе указанного объёма

Задания выполняются индивидуально. Номер варианта фиксируется до начала работы. Преподаватель предоставляет исходные данные, критерии оценивания и необходимые учебные материалы. Эталоны ответов предназначены для преподавателя и выдаются после завершения контроля.

При выполнении заданий учитываются предусмотренные условия обучения и доступные способы представления результата. Практические действия выполняются только на разрешённом учебном оборудовании и тестовых данных.

2. Планируемые результаты и показатели оценивания

Компетенция и формулировка	Наблюдаемый показатель
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.	Обосновывает способ решения и проверяет полученный результат.
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.	Проверяет источник и исходные данные; сохраняет воспроизводимый результат обработки.
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	Согласует действия и роли; демонстрирует конструктивное взаимодействие при защите.
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.	Излагает результат последовательно, точно использует термины и аргументирует вывод.
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.	Правильно понимает и применяет профессиональные термины и инструкции.

Показатели фиксируются в ходе тематической работы, выполнения практического задания и защиты. Для проверки нравственной и правовой аргументации рассматривается предложение обойти правило доступа либо изменить результат проверки за личное вознаграждение: обучающийся объясняет недопустимость такого решения и предлагает правомерный порядок действий. Для ресурсосбережения объясняется выбор достаточных ресурсов и безопасное обращение с учебным оборудованием.

Общие компетенции оцениваются по выбору и обоснованию способа решения, проверке источников и результатов, самостоятельности, организации взаимодействия и качеству устного и письменного представления работы. При выполнении физкультурных заданий дополнительно оцениваются безопасность, самоконтроль и индивидуальная динамика.

3. Текущий контроль и тематическая матрица

Тема и объём	Семестры	Контроль
1. Основы физической культуры 17 часов	1-й: 17 часов	Вопросы 1.1–1.2; практическое задание 1.3
2. Лёгкая атлетика 16 часов	1-й: 15 часов; 2-й: 1 час	Вопросы 2.1–2.2; практическое задание 2.3
3. Гимнастика 15 часов	2-й: 15 часов	Вопросы 3.1–3.2; практическое задание 3.3
4. Спортивные игры 15 часов	2-й: 15 часов	Вопросы 4.1–4.2; практическое задание 4.3
5. Прикладная физическая подготовка 15 часов	2-й: 15 часов	Вопросы 5.1–5.2; практическое задание 5.3

1. Основы физической культуры

1.1. Дайте определения и объясните взаимосвязь понятий: Здоровье, самоконтроль, профилактика гиподинамии, безопасность и первая помощь при травмах. Приведите пример по изучаемой теме.

1.2. Объясните назначение и порядок применения: Здоровье, самоконтроль, профилактика гиподинамии, безопасность и первая помощь при травмах. Укажите ограничения выбранного метода и способ проверки результата.

1.3. Практическое задание: Составление дневника самоконтроля. Используйте исходные данные варианта А или Б из раздела промежуточной аттестации; выполните относящуюся к теме часть задания.

Элементы правильного ответа: Здоровье, самоконтроль, профилактика гиподинамии, безопасность и первая помощь при травмах. Оцениваются точное раскрытие указанных понятий, связь между ними, корректный пример и проверка вывода. Одно перечисление терминов без объяснения оценивается как неполный ответ.

Критерии текущего контроля: каждый теоретический ответ — 0–2 балла; практическое задание — 0–4 балла. Максимум по теме — 8 баллов. Для положительного результата необходимо не менее 5 баллов и не менее 2 баллов за практическое задание. Результаты фиксируются по теме отдельно от промежуточной аттестации.

2. Лёгкая атлетика

2.1. Дайте определения и объясните взаимосвязь понятий: Техника ходьбы, бега, прыжков, развитие выносливости и быстроты. Приведите пример по изучаемой теме.

2.2. Объясните назначение и порядок применения: Техника ходьбы, бега, прыжков, развитие выносливости и быстроты. Укажите ограничения выбранного метода и способ проверки результата.

2.3. Практическое задание: Выполнение учебных упражнений с контролем техники. Используйте исходные данные варианта А или Б из раздела промежуточной аттестации; выполните относящуюся к теме часть задания.

Элементы правильного ответа: Техника ходьбы, бега, прыжков, развитие выносливости и быстроты. Оцениваются точное раскрытие указанных понятий, связь между ними, корректный пример и проверка вывода. Одно перечисление терминов без объяснения оценивается как неполный ответ.

Критерии текущего контроля: каждый теоретический ответ — 0–2 балла; практическое задание — 0–4 балла. Максимум по теме — 8 баллов. Для положительного результата необходимо не менее 5 баллов и не менее 2 баллов за практическое задание. Результаты фиксируются по теме отдельно от промежуточной аттестации.

3. Гимнастика

3.1. Дайте определения и объясните взаимосвязь понятий: Общеразвивающие упражнения, координация, гибкость, силовая подготовка. Приведите пример по изучаемой теме.

3.2. Объясните назначение и порядок применения: Общеразвивающие упражнения, координация, гибкость, силовая подготовка. Укажите ограничения выбранного метода и способ проверки результата.

3.3. Практическое задание: Комплекс упражнений с учётом медицинской группы. Используйте исходные данные варианта А или Б из раздела промежуточной аттестации; выполните относящуюся к теме часть задания.

Элементы правильного ответа: Общеразвивающие упражнения, координация, гибкость, силовая подготовка. Оцениваются точное раскрытие указанных понятий, связь между ними, корректный пример и проверка вывода. Одно перечисление терминов без объяснения оценивается как неполный ответ.

Критерии текущего контроля: каждый теоретический ответ — 0–2 балла; практическое задание — 0–4 балла. Максимум по теме — 8 баллов. Для положительного результата необходимо не менее 5 баллов и не менее 2 баллов за практическое задание. Результаты фиксируются по теме отдельно от промежуточной аттестации.

4. Спортивные игры

4.1. Дайте определения и объясните взаимосвязь понятий: Техника, тактика, правила командного взаимодействия. Приведите пример по изучаемой теме.

4.2. Объясните назначение и порядок применения: баскетбол, волейбол, футбол. Укажите ограничения выбранного метода и способ проверки результата.

4.3. Практическое задание: Учебная игра и судейство доступных упражнений. Используйте исходные данные варианта А или Б из раздела промежуточной аттестации; выполните относящуюся к теме часть задания.

Элементы правильного ответа: Техника, тактика, правила командного взаимодействия; баскетбол, волейбол, футбол. Оцениваются точное раскрытие указанных понятий, связь между ними, корректный пример и проверка вывода. Одно перечисление терминов без объяснения оценивается как неполный ответ.

Критерии текущего контроля: каждый теоретический ответ — 0–2 балла; практическое задание — 0–4 балла. Максимум по теме — 8 баллов. Для положительного результата необходимо не менее 5 баллов и не менее 2 баллов за практическое задание. Результаты фиксируются по теме отдельно от промежуточной аттестации.

5. Прикладная физическая подготовка

5.1. Дайте определения и объясните взаимосвязь понятий: Профилактика нарушений осанки и зрительного утомления. Приведите пример по изучаемой теме.

5.2. Объясните назначение и порядок применения: упражнения для работы за компьютером, самостоятельные занятия. Укажите ограничения выбранного метода и способ проверки результата.

5.3. Практическое задание: Индивидуальный комплекс активных перерывов и оценка динамики подготовленности. Используйте исходные данные варианта А или Б из раздела промежуточной аттестации; выполните относящуюся к теме часть задания.

Элементы правильного ответа: Профилактика нарушений осанки и зрительного утомления; упражнения для работы за компьютером, самостоятельные занятия. Оцениваются точное раскрытие указанных понятий, связь между ними, корректный пример и проверка вывода. Одно перечисление терминов без объяснения оценивается как неполный ответ.

Критерии текущего контроля: каждый теоретический ответ — 0–2 балла; практическое задание — 0–4 балла. Максимум по теме — 8 баллов. Для положительного результата необходимо не менее 5 баллов и не менее 2 баллов за практическое задание. Результаты фиксируются по теме отдельно от промежуточной аттестации.

4. Промежуточная аттестация

2-й семестр. Дифференцированный зачёт

Контролируемые темы текущего периода: 2. Лёгкая атлетика; 3. Гимнастика; 4. Спортивные игры; 5. Прикладная физическая подготовка.

Организация: выполнение в пределах завершающих занятий соответствующего периода и индивидуальная защита до 10 минут. Текущие работы представляются как подтверждение освоения тем; их баллы не подменяют результат промежуточной аттестации.

Вариант А. Задание обучающемуся

Подготовьте и проведите доступный по состоянию здоровья комплекс активной паузы для работы за компьютером длительностью 5–7 минут. Включите разминку, упражнения для плечевого пояса, спины и координации, завершение и самоконтроль. Объясните правила безопасного выполнения, покажите два технических элемента изученной спортивной игры и заполните наблюдение за собственным самочувствием до и после нагрузки.

Вариант Б. Задание обучающемуся

Составьте план двигательной активности на учебный день и продемонстрируйте комплекс продолжительностью 5–7 минут для профилактики длительного статического напряжения. Обоснуйте чередование работы и движения, покажите безопасную разминку и два доступных координационных упражнения. По условию «после упражнения возникло головокружение» объясните правильное действие.

Эталоны ответов и проверяемые результаты

Вариант А: Проверяются последовательность разминки и завершения, контролируемая амплитуда, устойчивое положение, свободное дыхание, отсутствие боли и остановка при неблагополучии. Комплекс соответствует медицинской группе; сложность и темп не оцениваются по единому силовому нормативу. Технические элементы выполняются по правилам выбранной игры; обучающийся объясняет назначение упражнений и фиксирует реальные наблюдения, а не вымышленные показатели.

Вариант Б: В учебном плане присутствуют регулярные перерывы, разнообразие движений и доступная нагрузка; демонстрация включает подготовку, основную часть и завершение. При головокружении нагрузка прекращается, обеспечиваются безопасность и обращение за помощью к преподавателю; продолжение упражнения через ухудшение самочувствия не допускается. Оцениваются техника, самостоятельное объяснение, самоконтроль и соответствие индивидуальным ограничениям.

5. Критерии промежуточной аттестации

Практическая часть оценивается по пяти критериям. По каждому критерию: 4 балла — выполнен полностью и самостоятельно; 3 — выполнен с одной несущественной неточностью; 2 — выполнен частично, основной результат получен; 1 — отдельные действия без завершённого результата; 0 — результат отсутствует или неверен. Максимум практической части — 20 баллов.

Критерий	Показатель
Соответствие заданию	Выполнены все требуемые действия и представлены обязательные результаты.
Правильность результата	Расчёты, выводы, программа или демонстрация соответствуют исходным данным и эталону.
Метод и обоснование	Показана последовательность решения; выбор способа и ограничения объяснены.
Проверка и безопасность	Есть проверка результата, граничных условий и соблюдение безопасного порядка работы.
Представление и самостоятельность	Результат воспроизводим, оформлен и защищён; обучающийся объясняет собственные действия.

Дополнительно обучающийся отвечает на два вопроса текущего контроля: первый вопрос по первой изученной теме соответствующего периода, второй — по последней. Если изучается одна тема, используются вопросы 1 и 2 этой темы. Каждый ответ: 2 балла — верное объяснение с примером; 1 — верная основа с существенной неполнотой; 0 — неверный ответ либо отсутствие ответа. Максимум промежуточной аттестации — 24 балла.

Сумма баллов	Результат
22–24	Отлично, оценка 5

Сумма баллов	Результат
18–21	Хорошо, оценка 4
15–17	Удовлетворительно, оценка 3
0–14	Неудовлетворительно, оценка 2

При зачёте результат «зачтено» устанавливается при сумме не менее 15 баллов; иначе — «не зачтено». Для дифференцированного зачёта и экзамена применяется приведённая шкала. Необходимы обязательные результаты задания и не менее 2 баллов за правильность и проверку. Отсутствие обязательного результата, недопустимое нарушение безопасности или подтверждённая несамостоятельность исключают положительную оценку независимо от суммы. Равнозначное корректное решение принимается, даже если отличается от эталона.

Для физической культуры оцениваются доступная техника, соблюдение ограничений, самоконтроль и индивидуальный прогресс; медицинские ограничения учитываются до выдачи задания.

6. Лист оценивания

Поле	Запись
Дисциплина или компонент	ООД.09
Обучающийся, группа	_____
Дата, семестр, форма контроля	_____
Вариант, версия исходных данных	_____
Вопросы и баллы	Первый: / 2; второй: / 2 ___ ___
Критерии практической части	Соответствие ; правильность ; метод ; проверка ; ___ ___ ___ ___ представление / 4 каждый ___
Сумма, обязательные условия	/ 24; выполнены / не выполнены ___
Результат и основание	_____
Файлы, протоколы, замечания	_____
Преподаватель	_____