Министерство образования Самарской области

АССОЦИАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ "ИНСТИТУТ НАПРАВО.РУ"

УТВЕРЖДЕНО
Приказ директора
ИНСТИТУТ НАПРАВО.РУ
от 09.02.2024г. № 006/22/с

К.А. Воробьев

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

по дисциплине
ОПЦ.10 «Гигиенические основы физической культуры и спорта»

для обучающихся по специальности
49.02.01 Физическая культура

Тольятти, 2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ 3

1.1 Перечень компетенций и этапы их формирования 3

1.2 Показатели критерии и шкалы оценивания 5

1.3 Методические материалы и процедуры оценивания 6

2 КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ 7

2.1 Тематические вопросы для устного контроля 7

2.2 Тестовые задания 8

2.3 Ситуационные задачи 10

2.4 Практические работы 11

2.5 Задания для проверки проявления компетенций 12

2.6 Промежуточная аттестация и итоговый контроль 12

3 ОТВЕТЫ ЭТАЛОНЫ И МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ 13

3.1 Ключи к тестам и опоры устных ответов 13

3.2 Эталоны ситуационных задач 13

3.3 Предметные критерии практических работ 14

3.4 Лист фиксации результата 14

1 ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд предназначен для текущего контроля и оценки результатов освоения ОПЦ.10 «Гигиенические основы физической культуры и спорта» в образовательной программе СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура. Контролируются предметные знания, способы решения задач и применение их в учебной и профессиональной деятельности.

1.1 Перечень компетенций и этапы их формирования

Формулировки ОК и ПК приведены по разделу III приложенного ФГОС. Распределение по дисциплине выполнено с учётом учебного плана и содержания РП. Показатели и задания ниже разработаны для этого ФОС; они не являются цитатами индикаторов из ФГОС. Степень реализации каждой компетенции - частичная, в пределах предмета. Полный профессиональный результат подтверждается также практикой и аттестацией по модулю.

Таблица 1 - Компетенции и оценочные средства

Обозначения: Т - тестовый вопрос; У - развёрнутый устный ответ; С - ситуационная задача; П - практическая работа; К - задание на проявление конкретной компетенции.

Код	Наименование компетенции по ФГОС	Показатель и этап	Средство контроля
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	Предлагает меры безопасности и разумного использования ресурсов. Освоение → применение → оценка.	К1; Т1-Т8; С1-С2; П1-П2 в относящейся к компетенции части.
ОК 09	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	Извлекает нужные сведения из профессионального документа. Освоение → применение → оценка.	К2; Т1-Т8; С1-С2; П1-П2 в относящейся к компетенции части.

Код	Наименование компетенции по ФГОС	Показатель и этап	Средство контроля
ПК 3.3	Осуществлять контроль и учет, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях.	Фиксирует и анализирует результат обучения. Освоение → применение → оценка.	К3; Т1-Т8; С1-С2; П1-П2 в относящейся к компетенции части.

1.2 Показатели критерии и шкалы оценивания

Таблица 2 - Оценивание текущего контроля

Средство	Максимум	Критерии и перевод результата
Тестовый банк	1 балл за вопрос	Один правильный вариант. Доля верных ответов = верные / 8 × 100%. Не менее 90% - «5»; от 75% до 90% - «4»; от 60% до 75% - «3»; менее 60% - «2». Верхняя граница интервалов для «4» и «3» не включается.
Устный ответ У	10 баллов	Содержание - 0-4; объяснение механизма или правила - 0-3; предметный пример и вывод - 0-3.
Ситуационная задача С	30 баллов	Анализ условий - 0-6; правильность решения - 0-10; обоснование - 0-8; проверка, ограничения или безопасность - 0-6.
Практическая работа П	30 баллов	Соответствие заданию - 0-8; правильность содержания или расчётов - 0-10; обоснование - 0-6; оформление, безопасность и самостоятельность - 0-6.
Компетентностное задание К	10 баллов	Пять признаков по 0-2: 0 - отсутствует или неверно; 1 - частично; 2 - полно и правильно. Признаки приведены у задания.

Для устного ответа: 9-10 баллов - «5», 8 - «4», 6-7 - «3», 0-5 - «2». Для С и П: 27-30 - «5», 23-26 - «4», 18-22 - «3», 0-17 - «2». Для К: не менее 6 из 10 означает достижение проверяемого предметного показателя; недостающие признаки фиксируются для доработки.

Уровни: высокий - точное самостоятельное решение и обоснованный перенос; повышенный - правильное решение с отдельными исправляемыми недочётами; базовый - освоено основное содержание, возможны неполнота и помощь уточняющими вопросами; недостаточный - существенные ошибки, неподтверждённые выводы либо отсутствие решения.

Критическое нарушение безопасности при практическом показе требует немедленной остановки. За безопасную организацию ставится 0; работа до устранения нарушения не засчитывается независимо от суммы. Ошибки, создающие непосредственную угрозу, нельзя компенсировать оформлением.

1.3 Методические материалы и процедуры оценивания

Текущий контроль проводится по мере изучения тем: тестирование, устный опрос, решение С1-С2, выполнение П1-П2 и заданий К. Преподаватель заранее сообщает тему, критерии, допустимые материалы и срок. Тест проводится индивидуально без ключей; длительность - до 20 минут для восьми вопросов и до 30 минут для шестнадцати.

Устный ответ занимает 3-5 минут на вопрос; оцениваются смысл, объяснение и пример. Ситуационная задача выполняется письменно за 20-25 минут. Практическая работа - 45-60 минут; проектная подготовка может выполняться заранее с индивидуальной защитой. Длительность уточняется расписанием без изменения критериев.

Письменные расчёты допускают обычный калькулятор, если вычисление не является самостоятельным объектом контроля. Для заданий поиска и обработки разрешены компьютер и выданные справочные материалы. На предметном тесте внешние источники не используются. Необходимые схемы, карты, тексты произведений и учебные видео преподаватель готовит по РП до начала контроля.

Практические двигательные действия выполняются только на пригодном оборудовании, после проверки допуска и инструктажа, под наблюдением подготовленного преподавателя. Если практический показ недоступен по состоянию здоровья, используется равноценная безопасная модель, анализ видео или методическая разработка с проверкой тех же предметных результатов.

Задания К подтверждаются индивидуальным продуктом и короткой защитой. При работе в паре отдельно фиксируется вклад каждого. Обучающийся указывает источники; использование готового текста без анализа и ссылки не подтверждает самостоятельность. В учебных протоколах применяются условные идентификаторы.

Материалы с правовыми, антидопинговыми и нормативными сведениями применяются в датированной редакции, указанной преподавателем. Конкретные действующие нормы и допуск сверяются с официальным документом, а не восстанавливаются по памяти. ФОС не заменяет медицинское заключение и не предусматривает назначения лекарств педагогом.

Результаты записываются в лист оценивания: дата, обучающийся, код задания, балл по каждому критерию, итог, замечания и действие для коррекции. Повторная попытка проверяет тот же результат по сопоставимому заданию после устранения ошибок. Организационный порядок пересдачи и обращения по оценке определяется локальными актами.

2 КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

2.1 Тематические вопросы для устного контроля

Каждый вопрос У соотнесён с одноимённым тестовым вопросом Т. Помимо краткого ответа требуется объяснить правило или механизм, привести пример по дисциплине и указать ограничение применения. Опорные ответы приведены в разделе 3. Точные названия изучаемых разделов и последовательность опроса определяются тематическим планом РП.

У1. Какова основная задача гигиены физической культуры?

У2. Что характеризует микроклимат помещения?

У3. Какое требование предъявляется к питьевой воде на занятиях?

У4. Как выбирать спортивную одежду?

У5. Для чего необходима вентиляция спортивного помещения?

У6. Что относится к личной гигиене спортсмена?

У7. Какой подход к закаливанию является рациональным?

У8. Как организуется питание при нагрузках?

При выборе материала для повторной попытки преподаватель сохраняет проверяемый результат, изменяя числовые данные, пример или условия, и до начала проверки подготавливает соответствующий эталон ответа.

2.2 Тестовые задания

Вариант 1

Выберите один правильный ответ на каждый вопрос. За верный ответ - 1 балл, за неверный или отсутствующий - 0. В вариантах меняется порядок вопросов и вариантов ответа; проверяемое содержание одинаково. Записывайте ответ в форме «номер - буква».

1. Какое требование предъявляется к питьевой воде на занятиях?
А) Соответствие требованиям безопасности и доступность
Б) Обязательное отсутствие питья
В) Замена любой сладкой газировкой

2. Что характеризует микроклимат помещения?
А) Только площадь табло
Б) Температура, влажность, скорость движения воздуха и тепловое излучение
В) Только цвет стен

3. Как организуется питание при нагрузках?
А) Без учёта возраста
Б) По принципу полного исключения воды
В) С учётом энергозатрат, состава рациона, режима и индивидуальных ограничений

4. Какова основная задача гигиены физической культуры?
А) Обеспечение условий сохранения здоровья при занятиях
Б) Назначение лекарств тренером
В) Достижение результата любой ценой

5. Какой подход к закаливанию является рациональным?
А) Резкое максимальное воздействие
Б) Постепенность, систематичность и учёт состояния человека
В) Игнорирование самочувствия

6. Для чего необходима вентиляция спортивного помещения?
А) Для замены уборки
Б) Для увеличения шума
В) Для воздухообмена и поддержания качества воздушной среды

7. Что относится к личной гигиене спортсмена?
А) Уход за телом, одеждой и индивидуальным инвентарём
Б) Постоянное отсутствие сна
В) Общий немытый инвентарь личного пользования

8. Как выбирать спортивную одежду?
А) Всегда максимально тёплую
Б) По условиям среды, виду нагрузки и индивидуальным особенностям
В) Только по цвету

Тестовые задания продолжение

Вариант 2

Выберите один правильный ответ на каждый вопрос. За верный ответ - 1 балл, за неверный или отсутствующий - 0. В вариантах меняется порядок вопросов и вариантов ответа; проверяемое содержание одинаково. Записывайте ответ в форме «номер - буква».

1. Какова основная задача гигиены физической культуры?
А) Назначение лекарств тренером
Б) Обеспечение условий сохранения здоровья при занятиях
В) Достижение результата любой ценой

2. Как выбирать спортивную одежду?
А) Только по цвету
Б) По условиям среды, виду нагрузки и индивидуальным особенностям
В) Всегда максимально тёплую

3. Как организуется питание при нагрузках?
А) С учётом энергозатрат, состава рациона, режима и индивидуальных ограничений
Б) Без учёта возраста
В) По принципу полного исключения воды

4. Что относится к личной гигиене спортсмена?
А) Уход за телом, одеждой и индивидуальным инвентарём
Б) Общий немытый инвентарь личного пользования
В) Постоянное отсутствие сна

5. Для чего необходима вентиляция спортивного помещения?
А) Для замены уборки
Б) Для увеличения шума
В) Для воздухообмена и поддержания качества воздушной среды

6. Какое требование предъявляется к питьевой воде на занятиях?
А) Обязательное отсутствие питья
Б) Замена любой сладкой газировкой
В) Соответствие требованиям безопасности и доступность

7. Что характеризует микроклимат помещения?
А) Только цвет стен
Б) Только площадь табло
В) Температура, влажность, скорость движения воздуха и тепловое излучение

8. Какой подход к закаливанию является рациональным?
А) Резкое максимальное воздействие
Б) Постепенность, систематичность и учёт состояния человека
В) Игнорирование самочувствия

2.3 Ситуационные задачи

Время на одну задачу - 20-25 минут, максимум - 30 баллов. Запишите анализ условий, решение, обоснование и способ проверки. Для открытых профессиональных ситуаций допустимы иные решения, если они корректны, безопасны и аргументированы.

С1

В зале душно, на полу влажные участки, участники жалуются на дискомфорт. Определите решение до продолжения занятия.

Представьте ответ в четырёх частях: существенные условия; последовательность решения; объяснение выбора; проверка результата и ограничения.

С2

Два спортсмена используют одно полотенце и бутылку. Объясните гигиенические риски и меры профилактики.

Представьте ответ в четырёх частях: существенные условия; последовательность решения; объяснение выбора; проверка результата и ограничения.

2.4 Практические работы

П1

Заполните учебный чек-лист гигиенического обследования спортивного зала по десяти позициям.

Результат: готовая схема, расчёт, документ, анализ или демонстрация, указанные в задании, и краткая индивидуальная защита. Время - 45-60 минут, максимум - 30 баллов. Используйте условия и материалы РП; учебные персональные данные должны быть условными.

Перед выполнением уточните цель, исходные данные и оборудование. После выполнения проверьте точность, полноту, понятность представления и безопасность. Оценивание - по таблице 2 и предметному эталону раздела 3.

П2

Разработайте памятку режима дня занимающегося с учёбой и тренировкой вечером.

Результат: готовая схема, расчёт, документ, анализ или демонстрация, указанные в задании, и краткая индивидуальная защита. Время - 45-60 минут, максимум - 30 баллов. Используйте условия и материалы РП; учебные персональные данные должны быть условными.

Перед выполнением уточните цель, исходные данные и оборудование. После выполнения проверьте точность, полноту, понятность представления и безопасность. Оценивание - по таблице 2 и предметному эталону раздела 3.

2.5 Задания для проверки проявления компетенций

Задания выполняются в ходе освоения курса. Каждое оценивается по пяти указанным признакам, 0-2 балла за признак. Максимум - 10, порог - 6. Они дополняют предметные задачи и не подменяют аттестацию по профессиональному модулю. Для дисциплин общеобразовательного цикла оцениваются доступные учебные проявления ОК.

К1 ОК 07

Для выполнения П1 составьте карту из трёх рисков и мер предупреждения. Укажите способы уменьшения отходов и расхода ресурсов, влияние погодных или климатических условий и порядок действия при чрезвычайной ситуации.

Проверяемые признаки: Конкретные риски; меры; ресурсосбережение; погодные условия; понятный аварийный порядок.

К2 ОК 09

По теме дисциплины выберите короткий русскоязычный документ и англоязычный фрагмент инструкции или справочного материала. Укажите источники, переведите 3-5 предложений и составьте мини-словарь из пяти терминов. Объясните применение информации.

Проверяемые признаки: Релевантные документы; реквизиты; смысловой перевод; пять точных терминов; корректное применение.

К3 ПК 3.3

Для выбранного упражнения или учебного задания составьте карту контроля: два показателя, исходное и повторное наблюдение, условия измерения, вывод и коррекция. Используйте учебные обезличенные данные.

Проверяемые признаки: Показатели; условия; записи; аргументированный вывод; коррекция.

2.6 Промежуточная аттестация и итоговый контроль

Формы по учебному плану: зачёт (5 семестр). Приведённый ниже комплект используется для соответствующей формы контроля; он не вводит дополнительный экзамен вместо зачёта или рейтинга.

Итоговый комплект включает тест - 20 баллов, два устных вопроса - 20, одну ситуацию - 30 и одну практическую работу - 30. Сумма - 100. Балл теста равен доле верных ответов × 20; результат округляется до целого в конце. Подготовленная заранее практическая работа проверяется индивидуальной защитой.

Комплект 1

Тестовый вариант 1; устные вопросы У1 и У3; задача С1; работа П1. Ответьте на вопросы преподавателя об обосновании и ограничениях решения.

Комплект 2

Тестовый вариант 2; устные вопросы У2 и У4; задача С2; работа П2. Ответьте на вопросы преподавателя об обосновании и ограничениях решения.

Продолжительность контрольной встречи - до 90 минут, включая тест, подготовку и защиту; развернутая практическая или проектная часть может представляться заранее. Для многоэтапной дисциплины в каждом семестре выбирается освоенная часть банка, а итоговый контроль охватывает пройденные темы.

Итоговая шкала: 90-100 - «отлично»; 75-89 - «хорошо»; 60-74 - «удовлетворительно»; менее 60 - «неудовлетворительно». Для зачёта: не менее 60 - «зачтено», менее 60 - «не зачтено». Дополнительно каждый обязательный вид С и П должен достигать 60% своего максимума, а критические нарушения безопасности должны быть устранены. Предметные показатели К фиксируются отдельно, недостигнутые проверяются повторно.

3 ОТВЕТЫ ЭТАЛОНЫ И МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Этот раздел предназначен для проверки и не выдаётся обучающемуся во время теста. Для открытых заданий приведены необходимые смысловые элементы; допустимые равнозначные формулировки не снижают оценку.

3.1 Ключи к тестам и опоры устных ответов

Вариант 1: 1 - А; 2 - Б; 3 - В; 4 - А; 5 - Б; 6 - В; 7 - А; 8 - Б.

Вариант 2: 1 - Б; 2 - Б; 3 - А; 4 - А; 5 - В; 6 - В; 7 - В; 8 - Б.

Для полного устного ответа обучающийся объясняет смысл опорного ответа и приводит корректный предметный пример. Верный краткий ответ без объяснения не даёт максимального балла.

Т1 / У1. Обеспечение условий сохранения здоровья при занятиях.

Т2 / У2. Температура, влажность, скорость движения воздуха и тепловое излучение.

Т3 / У3. Соответствие требованиям безопасности и доступность.

Т4 / У4. По условиям среды, виду нагрузки и индивидуальным особенностям.

Т5 / У5. Для воздухообмена и поддержания качества воздушной среды.

Т6 / У6. Уход за телом, одеждой и индивидуальным инвентарём.

Т7 / У7. Постепенность, систематичность и учёт состояния человека.

Т8 / У8. С учётом энергозатрат, состава рациона, режима и индивидуальных ограничений.

3.2 Эталоны ситуационных задач

С1 Ожидаемое решение

Приостановить небезопасную деятельность, устранить скольжение, организовать безопасное проветривание, оценить микроклимат и самочувствие, скорректировать нагрузку. При неустранимых рисках перенести занятие.

Распределение 30 баллов: существенные условия - 6; правильное решение - 10; объяснение - 8; проверка, ограничения и безопасность - 6. За каждый блок полный балл даётся при полном и правильном выполнении, половина - при частичном, 0 - при отсутствии либо принципиальной ошибке. Допустим промежуточный балл с письменным обоснованием.

С2 Ожидаемое решение

Возможна передача инфекционных агентов; нужны индивидуальные принадлежности, мытьё рук, очистка инвентаря, доступ к безопасной питьевой воде и информирование без стигматизации.

Распределение 30 баллов: существенные условия - 6; правильное решение - 10; объяснение - 8; проверка, ограничения и безопасность - 6. За каждый блок полный балл даётся при полном и правильном выполнении, половина - при частичном, 0 - при отсутствии либо принципиальной ошибке. Допустим промежуточный балл с письменным обоснованием.

3.3 Предметные критерии практических работ

П1 Ожидаемый результат

Осмотрены пол, освещение, воздухообмен, вода, уборка, раздевалки, инвентарь, отходы, санитарные помещения и доступность; факты отделены от предположений, приоритеты обоснованы.

Из 30 баллов: полнота продукта по заданию - 8; корректность указанных предметных элементов - 10; объяснение выбора и вывод - 6; читаемое оформление, самостоятельность и безопасное выполнение - 6. Преподаватель фиксирует недостающий элемент и соответствующее снижение. Критическое нарушение безопасности оценивается по разделу 1.2.

П2 Ожидаемый результат

Предусмотрены сон, питание, питьё, восстановление, личная гигиена и перенос нагрузки при плохом самочувствии; нет универсальных медицинских назначений.

Из 30 баллов: полнота продукта по заданию - 8; корректность указанных предметных элементов - 10; объяснение выбора и вывод - 6; читаемое оформление, самостоятельность и безопасное выполнение - 6. Преподаватель фиксирует недостающий элемент и соответствующее снижение. Критическое нарушение безопасности оценивается по разделу 1.2.

3.4 Лист фиксации результата

Обучающийся _____ Группа _____ Дата _____

Задание	Критерий и балл	Итог	Коррекция
Т / У	_____	_____	_____
С	6 / 10 / 8 / 6	_____	_____
П	8 / 10 / 6 / 6	_____	_____
К	2 / 2 / 2 / 2 / 2	_____	_____

Преподаватель _____ Обратная связь обучающемуся _____