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
СГЦ.04 «Физическая культура»

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 4

1.3 Методические материалы и процедуры оценивания 5

2 КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ 6

2.1 Тематические вопросы для устного контроля 6

2.2 Тестовые задания 7

2.3 Ситуационные задачи 9

2.4 Практические работы 10

2.5 Задания для проверки проявления компетенций 11

2.6 Промежуточная аттестация и итоговый контроль 11

3 ОТВЕТЫ ЭТАЛОНЫ И МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ 12

3.1 Ключи к тестам и опоры устных ответов 12

3.2 Эталоны ситуационных задач 12

3.3 Предметные критерии практических работ 13

3.4 Лист фиксации результата 13

1 ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд предназначен для текущего контроля и оценки результатов освоения СГЦ.04 «Физическая культура» 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 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	Планирует посильную двигательную активность и самоконтроль. Освоение → применение → оценка.	К1; 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. Что является целью оздоровительной физической активности?

У2. Какой принцип важен для самостоятельных занятий?

У3. Что входит в самоконтроль?

У4. Какую роль выполняет разминка?

У5. Что развивает непрерывная посильная циклическая работа?

У6. Как выбирать упражнения при медицинских ограничениях?

У7. Что является рациональным признаком прогрессии?

У8. Что необходимо сделать при боли и выраженном недомогании на занятии?

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. Что является целью оздоровительной физической активности?
А) Отказ от восстановления
Б) Рекорд любой ценой
В) Поддержание здоровья и функциональных возможностей

2. Как выбирать упражнения при медицинских ограничениях?
А) Только по примеру лидера
Б) В соответствии с допуском и рекомендациями, адаптируя условия
В) Вопреки ограничениям ради отметки

3. Какой принцип важен для самостоятельных занятий?
А) Игнорирование самочувствия
Б) Редкие предельные нагрузки
В) Постепенность и регулярность

4. Что развивает непрерывная посильная циклическая работа?
А) Только максимальную силу кисти
Б) Общую выносливость
В) Только знание правил

5. Что входит в самоконтроль?
А) Самочувствие, нагрузка, сон и наблюдаемые реакции
Б) Только число наград
В) Только масса инвентаря

6. Что является рациональным признаком прогрессии?
А) Постоянный отказ от отдыха
Б) Одновременное резкое увеличение всех параметров
В) Постепенное изменение нагрузки после адаптации

7. Что необходимо сделать при боли и выраженном недомогании на занятии?
А) Ускориться
Б) Остановить нагрузку и сообщить преподавателю
В) Скрыть состояние

8. Какую роль выполняет разминка?
А) Полностью заменяет основную часть
Б) Подготавливает к последующей деятельности
В) Гарантирует отсутствие любых травм

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. Что развивает непрерывная посильная циклическая работа?
А) Общую выносливость
Б) Только знание правил
В) Только максимальную силу кисти

2. Что входит в самоконтроль?
А) Только масса инвентаря
Б) Только число наград
В) Самочувствие, нагрузка, сон и наблюдаемые реакции

3. Что является рациональным признаком прогрессии?
А) Постепенное изменение нагрузки после адаптации
Б) Постоянный отказ от отдыха
В) Одновременное резкое увеличение всех параметров

4. Что является целью оздоровительной физической активности?
А) Рекорд любой ценой
Б) Поддержание здоровья и функциональных возможностей
В) Отказ от восстановления

5. Что необходимо сделать при боли и выраженном недомогании на занятии?
А) Ускориться
Б) Скрыть состояние
В) Остановить нагрузку и сообщить преподавателю

6. Какую роль выполняет разминка?
А) Подготавливает к последующей деятельности
Б) Полностью заменяет основную часть
В) Гарантирует отсутствие любых травм

7. Как выбирать упражнения при медицинских ограничениях?
А) В соответствии с допуском и рекомендациями, адаптируя условия
Б) Вопреки ограничениям ради отметки
В) Только по примеру лидера

8. Какой принцип важен для самостоятельных занятий?
А) Постепенность и регулярность
Б) Редкие предельные нагрузки
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

Студент после перерыва хочет сразу вернуться к прежнему максимальному объёму. Предложите план возвращения.

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

С2

У двух студентов одинаковый результат теста, но разное самочувствие после него. Как оценивать занятие?

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

2.4 Практические работы

П1

Составьте личный недельный план двигательной активности с целью, видами нагрузки, отдыхом и самоконтролем.

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

Проведите доступный комплекс из шести упражнений для динамической паузы и объясните безопасную технику.

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 08

Свяжите тему дисциплины с сохранением здоровья в учебной и профессиональной деятельности. Составьте недельный план доступной активности, отдыха и самоконтроля с учётом индивидуального допуска; назовите основания прекращения нагрузки.

Проверяемые признаки: Связь с темой; посильный план; восстановление; самоконтроль; корректное прекращение нагрузки.

2.6 Промежуточная аттестация и итоговый контроль

Формы по учебному плану: зачёт (3, 4, 6, 7, 8 семестр); оценка по рейтингу (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 - В; 2 - Б; 3 - В; 4 - Б; 5 - А; 6 - В; 7 - Б; 8 - Б.

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

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. Поддержание здоровья и функциональных возможностей.

Т2 / У2. Постепенность и регулярность.

Т3 / У3. Самочувствие, нагрузка, сон и наблюдаемые реакции.

Т4 / У4. Подготавливает к последующей деятельности.

Т5 / У5. Общую выносливость.

Т6 / У6. В соответствии с допуском и рекомендациями, адаптируя условия.

Т7 / У7. Постепенное изменение нагрузки после адаптации.

Т8 / У8. Остановить нагрузку и сообщить преподавателю.

3.2 Эталоны ситуационных задач

С1 Ожидаемое решение

Оценить допуск и самочувствие, начать с посильного объёма, увеличивать нагрузку постепенно, учитывать восстановление и дневник, при симптомах прекращать нагрузку и обращаться за помощью.

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

Учитывать индивидуальную реакцию, исходный уровень, ограничения и технику; не назначать одинаковое повышение нагрузки только по итоговому числу.

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

План посилен и регулярный, сочетается с учёбой, включает разминку, восстановление, критерии пересмотра и учёт ограничений.

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

Упражнения охватывают основные зоны напряжения, нет рискованных движений, дозировка понятна, есть варианты облегчения и контроль самочувствия.

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 _____