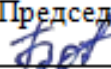
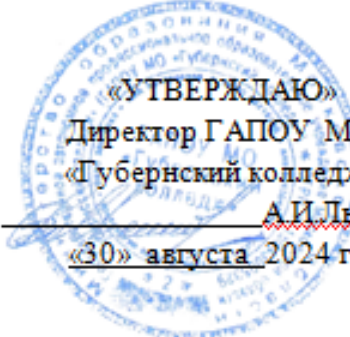


Министерство образования Московской области
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Московской области
«Губернский колледж»

«РАССМОТРЕНО»
Протокол заседания ПЦК
от «28» августа 2024 г. №1
Председатель ПЦК
 О. Ф. Быч

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГАПОУ МО
«Губернский колледж»

А. И. Лысиков
«30» августа 2024 г.

Контрольно-оценочные средств
для проведения промежуточной аттестации
по учебной дисциплине

СГ.04 Физическая культура

программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности
35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство

Серпухов, 2024

Разработчик:

Решетов Д.Н., преподаватель ГАПОУ МО «Губернский колледж».

Пояснительная записка

Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации разработаны на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство, базовой подготовки и программы учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура.

Комплект контрольно-оценочных средств предназначен для проверки результатов освоения учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура, входит в состав фонда оценочных средств программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство, реализуемой в ГАПОУ СПО МО «Губернский колледж».

Формой аттестации по учебной дисциплине является дифференцированный зачет.

1. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура обучающийся должен овладеть предусмотренными ФГОС специальности 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство, углубленной подготовки следующими умениями, знаниями и общими компетенциями

Код общей компетенции	Наименование общей компетенции
ОК 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

2. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2.1

Результаты обучения (знания, умения)	Основные показатели оценки результатов	Тип задания
Уметь: У1 -использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	Выполнение практических заданий: Демонстрация техники двигательных действий	Спортивное тестирование
Знать: З1 -о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека З2 - основы здорового образа жизни	Демонстрация знаний влияния средств физической культуры на общекультурное, профессиональное и социальное развитие человека Демонстрация знаний по основным аспектам здорового образа жизни	Выполнение рефератов и их защита, тестирование

Набор для испытуемого/обучающегося
Комплект КОС на проверку знаний, умений
Инструкция для испытуемого

1 Общие рекомендации по выполнению практического задания по волейболу

1. Передача мяча двумя руками сверху над собой в кругу диаметром 3-6 м. (центральный круг баскетбольной площадки).

Критерии оцени: а) высота передачи не ниже 1 метра

Б) синхронная работа ног, туловища, рук, согласованность действий

В) точность передач над собой.

Выход за пределы круга не допускается. Выполняется две попытки. В зачет берется лучшая.

Учитывается количество передач.

2.Передача мяча двумя руками сверху с перемещением по зонам площадки.(1-2-3-4-5-6-1)

-высокая передача двумя руками сверху из зоны 1 в зону 2, в зоне 2 передача над собой;

-из зоны 2 в зону 3 , высокая, но узкая передача двумя руками сверху;

-из зоны 3 в зону 4, высокая и широкая передача сверху двумя руками;

- в зоне 4 передача мяча сверху над собой;

-из зоны 4 в зону 5, высокая и широкая передача мяча сверху двумя руками;

- в зоне 5 прием мяча снизу над собой ;

-из зоны 5 передача мяча сверху двумя руками в зону 6;

-в зоне 6 передача мяча сверху над собой лицом к сетке;

-из зоны 6 в зону 1 передача сверху, в зоне 1 поймать мяч.

Дается две попытки.

- **Критерий оценки:**

-скорость перемещения к мячу, стойки;

-техника выполнения передач;

- умение ориентироваться на площадке и при этом не терять мяч из виду.

3.Передача мяча двумя руками снизу над собой в кругу диаметром 3-6 м.

Критерии оцени: а) высота передачи не ниже 1 метра

Б) синхронная работа ног, туловища, рук, согласованность действий

В) отскок мяча под прямым углом

Выход за пределы круга не допускается. Выполняется две попытки. В зачет берется лучшая.

Учитывается количество передач.

4.Передача мяча двумя руками снизу с перемещением по зонам (1-2-3-4-5-6).

Задание выполняется с 1 зоны - передача мяча снизу в зону 2; из зоны 2 лицом к сетке в зону 3 передача снизу; из зоны 3 в зону 4 передача снизу, в зоне 4 передача над собой поворот спиной к сетке передача в зону 5; в зоне 5 передача над собой лицом к сетке передача в зону 6; в зоне 6 передача над собой – поймать мяч.

5. Верхняя (Ю), верхняя или нижняя прямая подача (Д) в обозначенную зону площадки.

Критерии оцени: а) техника выполнения подачи

Учитывается количество попаданий в указанную половину площадки из 6 подач.

6. Нападающий удар с собственного набрасывания в указанную зону.

Критерий оценки:

А) техника нападающего удара (разбег и отталкивание, активное движение кисти при ударе по мячу)

Б) координация движения в безопорном положении;

В) попадание в указанную зону.

Учитывается количество попаданий в указанную зону из 6 попыток.

Задание 2 . Выполните тестовое задание

1. Способность выполнять координационно-сложные двигательные действия называется:

- а. ловкостью
- б. гибкостью
- в. силовой выносливостью

2. Плоскостопие приводит к:

- а. микротравмам позвоночника
- б. перегрузкам организма
- в. потере подвижности

3. Во время игры в баскетбол игра начинается при наличии на площадке:

- а. трех игроков
- б. четырех игроков
- в. пяти игроков

4. При переломе плеча шиной фиксируют:

- а. локтевой, лучезапястный суставы
- б. плечевой, локтевой суставы
- в. лучезапястный, локтевой суставы

5. К спортивным играм относится:

- а. гандбол
- б. лапта
- в. салочки

6. Динамическая сила необходима при:

- а. толкании ядра
 - б. гимнастике
 - в. Беге
7. Расстояние от центра кольца до линии 3-х очкового броска в баскетболе составляет:
- а. 5 м
 - б. 7м
 - в. 6,25 м
8. Наиболее опасным для жизни является перелом.
- а. открытый
 - б. закрытый с вывихом
 - в. закрытый
9. Продолжительность туристического похода для детей 16-17 лет не должна превышать:
- а. пятнадцати дней
 - б. десяти дней
 - в. пяти дней
10. Основным строительным материалом для клеток организма являются:
- а. углеводы
 - б. жиры
 - в. белки
11. Страной-родоначальницей Олимпийских игр является:
- а. Древний Египет
 - б. Древний Рим
 - в. Древняя Греция
12. Наибольший эффект развития координационных способностей обеспечивает:
- а. стрельба
 - б. баскетбол
 - в. бег
13. Мужчины не принимают участие в:
- а. керлинге
 - б. художественной гимнастике
 - в. спортивной гимнастике
14. Самым опасным кровотечением является:
- а. артериальное
 - б. венозное
 - в. капиллярное
15. Вид спорта, который не является олимпийским – это:
- а. хоккей с мячом
 - б. сноуборд

- в. керлинг
- 16. Нарушение осанки приводит к расстройству:
 - а. сердца, легких
 - б. памяти
 - в. зрение
- 17. Спортивная игра, которая относится к подвижным играм:
 - а. плавание
 - б. бег в мешках
 - в. Баскетбол
- 18. Мяч заброшен в кольцо из-за площадки при вбрасывании. В игре в баскетбол он:
 - а. засчитывается
 - б. не засчитывается
 - в. засчитывается, если его коснулся игрок на площадке
- 19. Видом спорта, в котором обеспечивается наибольший эффект развития гибкости, является:
 - а. гимнастика
 - б. керлинг
 - в. бокс
- 20. Энергия для существования организма измеряется в:
 - а. ваттах
 - б. калориях
 - в. Углеводы

БЛАНК ОТВЕТА

Ф.И.О. _____

Группа _____

Специальность _____

№ вопроса вариант ответа

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.
- 17.
- 18.
- 19.
- 20.

Набор для оценщика/эксперта

Инструкция для оценщика/эксперта

Бланк для проверки (эталон, шкала оценки, нормативные требования)

Время выполнения заданий 1,2,3 – 40 мин

Инструкция для оценщика/эксперта

1. На выполнение каждого контрольного норматива обучающемуся дается три попытки. Результат каждой попытки выставляется в ведомость. В зачёт идет лучший результат. При оценке нормативов надо руководствоваться следующими критериями:

№ п\п	Вид	Девушки			Юноши		
		5	4	3	5	4	3
1	Передача мяча двумя руками сверху над собой в кругу (кол-во передач)	20	18	16	22	20	18
2	Передача мяча двумя руками сверху с перемещением по зонам 1-2-3-4-5-6-1	Без ошибок	1-2 ошибки	3-4 ошибки	без ошибок	1-2 ошибки	3-4 ошибки
3	Передача мяча двумя руками снизу над собой в кругу (кол-во передач)	15	13	11	18	15	13
4	Передача мяча двумя руками снизу с перемещением по зонам 1-2-3-4-5-6	Без ошибок	1-2 ошибки	3-4 ошибки	Без ошибок	1-2 ошибки	3-4 ошибки
5	Подача верхняя (ю), нижняя или верхняя (д) в указанную зону	5	4	3	5	4	3
6	Нападающий удар с собственного набрасывания мяча в указанную зону	5	4	3	5	4	3

После выполнения трех нормативов выставляется среднеарифметическая оценка

Приложение №3

Группа _____
Специальность _____

Приложение №4

Тестирование.

1. Сравните бланк, заполненный обучающимся с эталоном
2. При оценке теста надо руководствоваться шкалой оценки теста

Шкала оценки теста

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	Балл(отметка)	Вербальный аналог
85-100	5	отлично
60-84	4	хорошо
30 - 59	3	удовлетворительно
менее 30	2	неудовлетворительно

Эталон ответов теста

1. а
2. г
3. а
4. в
5. б
6. б
7. в
8. б
9. а
10. а
11. б
12. а
13. а
14. а
15. б
16. в
17. а
18. а
19. г
20. г