

Утверждено: зам.
директора по
учебной работе:
И.А. Блохина

ИЗ

Комплект контрольно-измерительных материалов

по учебной дисциплине

Физическая культура

(ПСССЗ)

специальность 09.02.04 Информационные системы (по отраслям)

Принято
предметно - цикловой комиссией
общеобразовательных дисциплин
Протокол № 1 от 31.08.2017 г.
Председатель Коршунов

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности:

специальность 09.02.04 Информационные системы (по отраслям)
и общеобразовательной программы учебной дисциплины Физическая культура, разработана на основе примерной программы учебной дисциплины Физическая культура для специальностей среднего профессионального образования.

Разработчик:

ОГАПОУ
«Алексеевский колледж»
г. Алексеевка

(место работы)

преподаватель общеобразова-
тельных дисциплин

(занимаемая должность)

С.В. Скляров

(инициалы, фамилия)

I. Паспорт комплекта контрольно-измерительных материалов

Дисциплина «Физическая культура» входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл учебного плана основной профессиональной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена.

Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

личностных:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;
- готовность к служению Отечеству, его защите;

метапредметных:

- способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;
- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;
- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

предметных:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

В результате освоения дисциплины «Физическая культура» у бухгалтера должны быть сформированы общие компетенции, включающие в себя способность:

- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями;
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Контрольно-измерительный материал

Контрольно-измерительные материалы составлены в форме тестирования, которые позволяют расширить и углубить полученные знания по разделу «Спортивные игры». Основное назначение тестов - оценивания учебных достижений и дифференцирующие возможности обучающихся.

Цель тестирования:

контроль качества текущих знаний обучающихся по разделу «Спортивные игры».

Задачи тестирования:

- повторить и обобщить знания обучающихся по пройденным темам;
- выработать умения пользоваться контрольно-измерительными материалами;
- формировать обучающихся отношение к познавательной деятельности.

Содержание тестов

Текст тестовых заданий составлен на основе нормативной базы:

- обязательный минимум содержания основного общего образования
- рабочая программа основного общего образования
- федеральный компонент государственного стандарта общего образования

Структура тестов

Контрольные тесты составлены по отдельным темам по разделу «спортивные игры»:

Предлагается варианта тестов, которые отличаются по содержанию, сложности и числу включаемых в них заданий. Обучающимся предоставляется возможность выбора варианта теста.

Условия применения

Работа рассчитана на обучающихся колледжа

Характеристика содержания тестов

Предлагаются тестовые задания с выбором ответа по разделам:

- теоретический раздел;
- легкая атлетика;
- гимнастика;
- спортивные игры – волейбол;
- спортивные игры – баскетбол;
- лыжная подготовка;
- оценки уровня общей, специальной физической и технической подготовки студентов.

Время выполнения работы

На выполнения ответов на тестирование отводится 45 минут.

Критерии оценки

Оценка тестовых заданий производится в соответствии с утверждёнными критериями:

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
80 ÷ 100	5	отлично
60 ÷ 79	4	хорошо
50 ÷ 59	3	удовлетворительно
менее 50	2	неудовлетворительно

При получении оценки «2» обучающимся предоставляется возможность пройти тест снова.

Литература

Основные источники

1. *Барчуков И.С., Назаров Ю.Н., Егоров С.С. и др.* Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В.Я.Кикотя, И.С.Барчукова. — М., 2010.
2. *Барчуков И.С.* Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ. ред. Г.В.Барчуковой. — М., 2011.
3. *Бишаева А.А.* Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
4. *Гамидова С.К.* Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2012.
5. *Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И.* Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2010.
6. *Сайганова Е.Г., Дудов В.А.* Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб. пособие. — М., 2010.

Дополнительные источники

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).
2. *Бишаева А.А.* Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учеб. пособие. — М., 2013.
3. *Бойко А.Ф.* Основы лёгкой атлетики. — М., 2012.
4. *Волейбол: Учебник/Под общ. Ред.: А.В. Беляева, М.В. Савина.* — М.: СпортАкадемПресс, 2011.
5. *Гимнастика: Учебник/ Под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меншикова..* — М.: Издательский центр «Академия», 2010.
6. *Евсеев Ю.И.* Физическое воспитание. — Ростов н/Д, 2010.
7. *Кабачков В.А. Полиевский С.А., Буров А.Э.* Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи: науч.-метод. пособие. — М., 2010.
8. *Литвинов А.А., Козлов А.В., Ивченко Е.В.* Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. — М., 2014.
9. *Манжелей И.В.* Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. — Тюмень, 2010.
10. *Миронова Т.И.* Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. — Кострома, 2014.
11. *Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учебник для студентов/ Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова.* — М.: Академия, 2012.

12..Хомич М.М., Эммануэль Ю.В., Ванчакова Н.П. Комплексы корректирующих мероприятий при снижении адаптационных резервов организма на основе саногенетического мониторинга / под ред. С.В.Матвеева. — СПб., 2010.

Интернет – источники

www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).

www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»).

www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

www.gour32441.narod.ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009)