


ДЕПАРТАМЕНТ ВНУТРЕННЕЙ И КАДРОВОЙ ПОЛИТИКИ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ:

Зам. директора

 И.А.Злобина
30.08.2019

**Комплект контрольно-измерительных материалов
по учебной дисциплине**

Физическая культура


для специальности 09.02.07 Информационные
системы и программирование

г. Алексеевка, 2019 г.

Комплект контрольно-измерительных материалов разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности: 09.02.07 Информационные системы и программирование и общеобразовательной программы учебной дисциплины Физическая культура, разработана на основе Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з).

Рассмотрено на заседании предметно - цикловой комиссии
общеобразовательных дисциплин

Протокол № 24 от 14.01 2019 г.

Председатель  Н.М.Волкова

Разработчик:

ОГАПОУ
«Алексеевский колледж»
г. Алексеевка

(место работы)

преподаватель физической
культуры

(занимаемая должность)

В.В. Колядинцев

(инициалы, фамилия)

I. Паспорт комплекта контрольно-измерительных материалов

Дисциплина «Физическая культура» входит в общеобразовательный 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 программистов должны быть сформированы общие компетенции, включающие себя способность:

Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

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 варианты 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.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет – ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Решетникова Н.В. Физическая культура: Учебник. – М.: Академия, 2014.

Дополнительные источники:

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).

1. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
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», 2014.
6. Евсеев Ю.И. Физическое воспитание. — Ростов н/Д, 2013.
7. Кабачков В.А. Полиевский С.А., Буров А.Э. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи: науч.-метод. пособие. — М., 2013.
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, 2012.
10. Миронова Т.И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. — Кострома, 2014.
11. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевиц Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., 2015.
12. Сайганова Е.Г., Дудов В.А. Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб. пособие. — М., 2013.
13. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учебник для студентов/ Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Академия, 2012.

14. 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., 2015.

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.goup32441.narod.ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009).