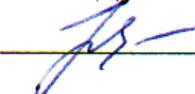


Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Самарский государственный аграрный университет»

Кафедра «Гуманитарные и естественнонаучные дисциплины»

УТВЕРЖДЕН
Заведующий кафедрой
 Пудовкина Н.В.

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

По дисциплине

СГЦ.04 Физическая культура

Специальность: 19.02.12 Технология продуктов питания животного происхождения

Квалификация: техник-технолог

Форма обучения: очная

Кинель 2023

Перечень результатов освоения дисциплины

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

Перечень вопросов для проведения устного опроса

Раздел 1. Легкая атлетика.

1. Как правильно дышать во время бега?
2. К каким дистанциям относится бег на 1500 метров?
3. Легкая атлетика олимпийский вид спорта?

Раздел 2. Гимнастика.

1. Что обозначает слово "гимнастика"?
2. Как называется передвижение по специальным гимнастическим снарядам с помощью рук и ног?
3. Как называется способ, с помощью которого занимающиеся держатся за снаряд?

Раздел 3. Спортивные игры.

1. Самый быстрый ракеточный вид спорта?
2. Какая спортивная игра является самой популярной в мире?
3. Заливная спортплощадка для хоккеистов?

Раздел 4. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах.

1. Упражнения на развитие верхнего пресса?
2. Упражнения на развитие нижней грудной мышцы?
3. Упражнения на развитие бицепса бедра?

Раздел 5. Настольный теннис.

1. Что такое настольный теннис?
2. Что такое сет или партия?
3. По сколько подач выполняет спортсмен?

Раздел 6. Дартс.

1. Как правильно кидать дротики в дартс?
2. Что такое Дартс?
3. Высота мишени и расстояние до нее?
- 4.

Раздел 7. Дыхательная гимнастика.

1. Что входит систему органов дыхания?
2. Значение дыхательной гимнастики?
3. Дыхательные техники в повседневной жизни?

Критерии оценивания ответов на вопросы для устного опроса.

При определении оценки знаний обучающихся, преподаватель руководствуется следующими критериями:

- 1) полнота и правильность ответа;
- 2) степень осознанности, понимания изученного;
- 3) языковое оформление ответа.

Оценка **«отлично»** выставляется обучающемуся, глубоко и прочно усвоившему программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагающему. При этом обучающийся не затрудняется с ответом при видоизменении задания, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ.

Оценка **«хорошо»** выставляется обучающемуся, твердо знающему программный материал, грамотно и по существу излагающему его, не допускающему существенных неточностей в ответе на вопрос. Обучающийся правильно применяет теоретические знания при решении практических вопросов, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется обучающемуся, который имеет знания по основному материалу без его детализации, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения последовательности в изложении материала, испытывает затруднения в выполнении практических работ.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно с большими затруднениями выполняет практические работы или отказывается от ответа и не выполняет практические работы.

Темы рефератов

1. Развитие физических качеств средствами футбола (на выбор обучающегося).
2. История развития футбола в России.
3. История развития футбола в регионе.
4. Методика судейства в футболе.
5. Техника игры вратаря.
6. Влияние футбола на развитие физических качеств обучающихся.
7. Влияние футбола на всестороннее развитие обучающихся.
8. Развитие физических качеств обучающихся средствами баскетбола (по выбору).
9. История развития баскетбола в России.
10. История развития баскетбола в регионе.
11. Методика судейства в баскетболе.
12. Тактика защиты в игровых ситуациях при игре в баскетбол.
13. Тактика нападения в игровых ситуациях при игре в баскетбол.
14. Влияние баскетбола на развитие физических качеств обучающихся.
15. Влияние баскетбола на всестороннее развитие личности.
16. Самоконтроль функционального состояния организма во время игры в баскетбол.
17. Варианты внеаудиторных занятий физической культурой.
18. Развитие физических качеств обучающихся средствами волейбола (по выбору).
19. История развития волейбола в России.
20. История развития волейбола в регионе.
21. Методика судейства в волейболе.
22. Тактика защиты в игровых ситуациях при игре в волейбол.
23. Тактика нападения в игровых ситуациях при игре в волейбол.
24. Влияние волейбола на развитие физических качеств обучающихся.
25. Влияние волейбола на всестороннее развитие личности.
26. Самоконтроль функционального состояния организма при игре в волейбол.
27. Развитие физических качеств средствами бадминтона (на выбор обучающегося).
28. Бадминтон как средство профилактики профессиональных заболеваний.
29. История развития бадминтона в России.
30. Методика судейства в бадминтоне.
31. Техника игры в бадминтон.
32. Влияние бадминтона на развитие физических качеств обучающихся.
33. Влияние бадминтона на всестороннее развитие обучающихся.
34. Развитие физических качеств средствами тенниса (на выбор обучающегося).
35. Влияние тенниса на развитие физических качеств обучающихся.
36. Влияние тенниса на всестороннее развитие обучающихся.

Критерии оценивания реферата

Критерии	Показатели
1. Степень раскрытия темы 1-10 баллов	<ul style="list-style-type: none">- соответствие плана теме реферата;- соответствие содержания теме и плану реферата;- полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;- обоснованность способов и методов работы с материалом;- умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
2. Обоснованность выбора произведений писателя (поэта) 1-10 баллов	<ul style="list-style-type: none">- круг, полнота использования литературных источников по проблеме;- привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
3. Соблюдение требований к оформлению 1-10 баллов	<ul style="list-style-type: none">- правильное оформление ссылок на используемую литературу;- грамотность и культура изложения;- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;- соблюдение требований к объему реферата;- культура оформления: выделение абзацев.
4. Грамотность 1-10 баллов	<ul style="list-style-type: none">- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;- отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;- литературный стиль.

Оценивание реферата

Реферат оценивается по 5-балльной шкале:

36-40 баллов – «отлично»;

26-35- баллов – «хорошо»;

16-25• баллов – «удовлетворительно»;

менее 16 баллов – «неудовлетворительно».

Тестовые нормативы

Контрольное упражнение	Юноши			Девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Бег 30м	4,4	4,8	5,4	4,8	5,5	6,2
Бег 60м	8,4	9,0	9,8	9,6	10,4	11,0
Бег 100м	14,0	14,5	15,5	16,5	17,5	18,5
Прыжки: в длину с места	240	220	190	190	165	145
С разбега	440	400	360	360	320	280
Бег 3000 м (юн) 2000м (дев)	14,00	15,00	16,00	10,30	11,30	12,30
Подтягивание (юн) Сгибание рук в упоре лежа (дев)	12	10	8	16	10	9
Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин.	50	40	30	40	30	20
Наклон вперед из положения стоя	13	8	6	16	9	7

Критерии оценки на тестовые нормативы

При определении оценки знаний студентов преподаватель руководствуется следующими критериями:

На «5» (отлично) в зависимости от следующих условий:

- Учащийся имеет спортивную форму, выполняет все требования по технике безопасности, соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении физических упражнений;
- Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены преподавателем;
- Учащийся постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение учебного года;
- Учащийся успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на занятиях нормативы по физической культуре, для своего возраста;
- Учащийся выполняет все теоретические или иные задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, а также необходимыми навыками и теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

На «4» (хорошо) в зависимости от следующих условий:

- Учащийся имеет спортивную форму, выполняет требования техники безопасности, соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении физических упражнений;

- Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях, которые замечены преподавателем;

- Учащийся постоянно демонстрирует существенные сдвиги в формировании качеств, умений и в развитии физических и морально-волевых качеств в течение учебного года, успешно сдаёт или подтверждает 80% всех требуемых на занятиях нормативов по физической культуре для своего возраста;

- Учащийся выполняет все теоретические и другие задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

На «3» (удовлетворительно) в зависимости от следующих условий:

- Учащийся выполняет все требования по технике безопасности и правила поведения в спортивном зале и на стадионе, соблюдает гигиенические требования;

- Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях, которые могут быть замечены преподавателем;

- Учащийся продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений в развитии физических и морально-волевых качеств в течение учебного года;

- Учащийся частично выполняет все теоретические задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, необходимыми теоретическими и практическими в области физической культуры.

На «2» (неудовлетворительно) в зависимости от следующих условий:

- Учащиеся не имеют спортивную форму, соответствующую погодным условиям и видам спортивных занятий, не выполняет требования техники безопасности;

- Учащийся, не имеющий выраженных отклонений в состоянии здоровья, при этом не имеющий стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены преподавателем;

- Учащийся не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений в развитии морально-волевых или физических качеств;

- Учащийся не выполняет теоретические или иные задания преподавателя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Перечень вопросов для оценки сформированности компетенций

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1. При игре в волейбол в случае равного счета (24:24) игра продолжается до достижения преимущества в:

- а). четыре очка;
- б). три очка;
- в). два очка;
- г). одно очко.

Ответ: в).

2. Как называется бег с фазами: активным стартом - набор максимальной скорости - "выключение" и бег с приложением минимальных усилий до полной остановки?

- а). челночный бег;
- б). бег «накатом»;
- в). бег стайерский;
- г). марафонский бег.

Ответ: б).

3. Что развивается при длительном беге в медленном темпе?

- а). быстрота;
- б). выносливость;
- в). скорость;
- г). усталость.

Ответ: б).

4. Сколько партий продолжается игра в волейбол?

- а). 3-6 партий;
- б). 2-6 партий;
- в). 3-5 партий;
- г). 2 -3 партии.

Ответ: в).

5. Сколько составляет число игроков одной команды на площадке в игре волейбол?

- а). 5 человек;
- б). 6 человек;
- в). 7 человек;
- г). 4 человека.

Ответ: б).

- 6. До скольких очков играют пятую (тай-брейковую) партию в волейболе?**
а). 25;
б). 30;
в). 15;
г). 10.
Ответ: в).
- 7. Сколько составляет длина дистанции марафонского бега?**
а). 23 км 250 м;
б). 42 км 195 м;
в). 37 км 558 м;
г). 26 км 225м.
Ответ: б).
- 8. Сколько составляет количество касаний мяча (кроме блока) игроками в волейбол играющей стороной?**
а). 2 касания;
б). 4 касания;
в). 3 касания;
г). 1 касание.
Ответ: в).
- 9. В каких пределах при метании гранаты, должен быть правильный угол вылета снаряда?**
а). 45 градусов;
б). 30 градусов;
в). 60 градусов;
г). 90 градусов.
Ответ: а).
- 10. Какова должна быть высота сетки для игры в волейбол для женщин?**
а). 226 см;
б). 214 см;
в). 224 см;
г). 222 см.
Ответ: в).
- 11. К какому виду спорта можно отнести баскетбол?**
Ответ: игровой.
- 12. Талисманом XXII Олимпийских игр в Москве в 1980 году был:**
Ответ: белый мишка, снежный барс, заяка.

13. Как называется свод Олимпийских законов?

Ответ: хартия.

14. Какие упражнения развивают вестибулярный аппарат?

Ответ: акробатические.

15. С какой точки задней линии производится подача мяча в волейболе?

Ответ: с любой.

16. По каким показателям засчитывается результат в прыжках в длину?

Ответ: последняя точка касания.

17. Кто такой либеро?

Ответ: либеро это игрок зоны защиты.

18. Когда применяется низкий старт?

Ответ: короткие дистанции.

19. Назовите олимпийского чемпиона из Ямало-Ненецкого АО в биатлоне:

Ответ: Носкова Луиза.

20. Что такое гладкий бег?

Ответ: гладкий бег это бег по стадиону, спортзалу.

21. Что такое баскетбол?

Ответ: игра двух команд на игровой площадке с двумя кольцами.

22. Какой строй называется шеренгой?

Ответ: в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии.

23. Что включает в себя бег по дистанции?

Ответ: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование.

24. Что явилось причиной появления физической культуры?

Ответ: потребность людей в подготовке к трудовой деятельности в сельском хозяйстве.

25. Какой строй называется колонной?

Ответ: в котором занимающиеся стоят в затылок друг к другу.

26. Как можно дозировать нагрузку при беге?

Ответ: изменять длину дистанции и скорость бега.

27. Что называется осанкой?

Ответ: привычная поза человека в вертикальном положении.

28. Кроссовый бег это?

Ответ: бег по пересеченной местности.

29. Что такое эстафетный бег?

Ответ: бег в составе эстафетной команды, где спортсмен пробегает только свой этап и передает в зоне передачи эстафеты эстафетную палочку представителю своей команды.

30. Что являлось талисманом XXII Олимпийских игр в Москве в 1980 году?

Ответ: талисманом XXII летних Олимпийских игр в Москве стал медведь.