

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение  
высшего образования «Саратовский государственный технический  
университет имени Гагарина Ю.А.»

Энгельсский технологический институт (филиал)

РАССМОТРЕНО

Предметно-цикловой методической  
комиссией общеобразовательных, СГ  
дисциплин, технологического профиля  
протокол № 11 от 25.06.2024

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по СПДО




О.Г. Коваленко

**Фонд оценочных средств**  
**для проведения промежуточной аттестации по дисциплине**  
**ОД.07 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**  
специальность  
09.02.07 Информационные системы и программирование

Энгельс 2024

## РАССМОТРЕНО

на заседании ПЦМК  
общеобразовательных, СГ дисциплин,  
технологического профиля  
Председатель ПЦМК

 /Т.В. Семенова  
Подпись Ф.И.О.

Протокол № 11  
от «25» июня 2024 г.

## РЕКОМЕНДОВАНО

Ученым Советом ЭТИ (филиал) СГТУ имени  
Гагарина Ю.А.  
к использованию в учебном процессе

Протокол №9  
от «26» июня 2024 г.

## Разработчик:

Елифанова Н.Н. – преподаватель первой квалификационной категории ЭТИ (филиала)  
СГТУ имени Гагарина Ю.А.

## Рецензенты:

Внутренний: Залевский А.В. – преподаватель высшей квалификационной  
категории преподаватель ЭТИ (филиала) СГТУ имени Гагарина Ю.А.

Внешний: Ковалева Т.С., методист высшей квалификационной категории ГАПОУ СО  
«Энгельсский политехникум»

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) разработан на основе рабочей программы дисциплины ОД.07 Физическая культура в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования по специальности (далее – СПО) 09.02.07 Информационные системы и программирование, утверждённого приказом Министерства просвещения РФ от 14.06.2022 г. № 444, ФГОС среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 (с изменениями на 12.08.2022 г.) и примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (далее – ФГАУ «ФИРО») в качестве примерных программ для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 383 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО») (с изменениями и дополнениями от 25.05.2017г.).

## **1. Паспорт фонда оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине**

### **1.1 Цели и задачи промежуточной аттестации**

Целью промежуточной аттестации обучающихся является установление соответствия результата освоения обучающимися личностных, метапредметных, предметных результатов освоения программы дисциплины требованиям к результатам освоения основной образовательной программы ФГОС среднего общего образования, сформированности общих компетенций требованиям Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 15.02.16 Технология машиностроения, рабочей программы учебной дисциплины ОД.07 Физическая культура.

Главной задачей промежуточной аттестации обучающихся является проверка и оценка уровня освоения обучающимися предметных результатов освоения программы учебной дисциплины ОД.07 Физическая культура.

#### **Предметные результаты:**

П1 умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

П2 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

П3 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

П4 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

П5 владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;

П6 положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

### **1.2. Форма промежуточной аттестации**

- Зачет (1 семестр)
- дифференцированный зачет (2 семестр).

Фонд оценочных средств содержит контрольно-оценочные средства, необходимые для проведения дифференцированного зачета.

### **1.3. Система оценивания результатов выполнения заданий**

Оценивание результатов выполнения заданий промежуточной аттестации осуществляется на основе следующих принципов:

достоверности оценки – оценивается уровень сформированности знаний, умений, практического опыта, общих и профессиональных компетенций, продемонстрированных обучающимися в ходе выполнения задания;

адекватности оценки – оценка выполнения заданий должна проводиться в отношении тех компетенций, которые необходимы для эффективного выполнения задания;

надежности оценки – система оценивания выполнения заданий должна обладать высокой степенью устойчивости при неоднократных оценках уровня сформированности знаний, умений, практического опыта, общих и профессиональных компетенций обучающихся;

комплексности оценки – система оценивания выполнения заданий должна позволять интегративно оценивать общие и профессиональные компетенции обучающихся;

объективности оценки – оценка выполнения конкурсных заданий должна быть независимой от особенностей профессиональной ориентации или предпочтений преподавателей, осуществляющих контроль или аттестацию.

При выполнении процедур оценки заданий используются следующие основные методы:

- метод расчета первичных баллов;
- метод расчета сводных баллов.

Результаты выполнения заданий оцениваются в соответствии с разработанными критериями оценки.

Используется пяти балльная шкала для оценивания результатов обучения.

Перевод пяти балльной шкалы учета результатов в пяти балльную оценочную шкалу:

Оценка	Количество баллов, набранных за выполнение практического задания
Оценка «зачтено»	3-5
Оценка «не зачтено»	≤ 2,9

Оценка	Количество баллов, набранных за выполнение практического задания
Оценка 5 «отлично»	4,6-5
Оценка 4 «хорошо»	3,6-4,5
Оценка 3 «удовлетворительно»	3-3,5
Оценка 2 «неудовлетворительно»	≤ 2,9

#### **1.4. Материально-техническое обеспечение для проведения промежуточной аттестации**

Контроль проводится в спортивном зале, тренажерном зале, открытом стадионе широкого профиля с элементами полосы препятствий, лыжная база.

Описание материально-технического обеспечения проведения практических работ дается в разделе 2. Контрольно-оценочные средства.

#### **1.5. Учебно-методическое и информационное обеспечение для проведения промежуточной аттестации**

##### **Основные учебные издания**

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07538-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491838> .

2. Виленский, М.Я. Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — Москва: КноРус, 2022. — 214 с. — (СПО) — ISBN 978-5-406-09867-7. — Текст: электронный/ URL:<https://book.ru/book/943895>

3. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка: учебное пособие для

среднего профессионального образования/ Е. Ф. Жданкина, И.М.Добрынин; под научной редакцией С. В.Новаковского.— Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 125 с. — (гриф УМО СПО). — ISBN 978-5-534-10154-6.— Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497734> .

4. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 461 с. — (Профессиональное образование. Гриф УМО СПО). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/506927>

#### **Дополнительные учебные издания**

5. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 493 с. — (Профессиональное образование. Гриф УМО СПО). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491233>

6. Дворкин, Л. С. Атлетическая гимнастика. Методика обучения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. С. Дворкин. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 148 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11032-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494043>

7. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 138 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07636-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492698>

8. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 322 с. — (Гриф УМО СПО). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/487323> .

9. Чепиков, Е. М. Атлетическая гимнастика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. М. Чепиков.— 3-е изд.— Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 179 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11733-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495447>.

#### **Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

10. Методические указания для обучающихся по выполнению практических работ.

#### **Объекты оценивания:**

##### **Контрольно-оценочные средства**

##### **2.1. Задания для Зачета**

П2 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

П3 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

П4 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью

профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

П5 владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;

П6 положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

**Метод проведения аттестации:** выполнение контрольных нормативов

**Условия выполнения задания:**

1) Контрольные нормативы обучающийся выполняет после изучения соответствующего раздела рабочей программы по дисциплине «Физическая культура»;

2) Результат выполнения контрольных нормативов суммируются, выводится средний балл. Формируется свод результатов, полученные результаты соотносятся с системой оценки «зачтено/ не зачтено»;

3) максимальный балл за задание - 5 баллов.

### 1. Задания практического характера – контрольные нормативы и критерии оценки

№ п/п	Задания практического характера (вид упражнений)	Критерии оценки					
		Юноши			Девушки		
		5	4	3	5	4	3
1	Бег 60 метров	8.4	8.6	8.8	10.0	10.2	10.4
2	Бег 100 метров	14.4	14.8	15.5	16.5	17.2	18.2
3	Бег 2000 метров	-	-	-	10.20	11.15	12.10
4	Бег 3000 метров	12.40	13.30	14.30	-	-	-
5	Прыжки в длину с места, см	220	210	190	185	170	160
6	Прыжок в высоту (м.см.)	1,26	1,20	1,15	1,05	1,0	90
7	Метание гранаты 500 грамм	-	-	-	20	17	13
8	Метание гранаты 700 грамм	32	30	27	-	-	-
9	Подтягивание на перекладине	11	9	7	-	-	-
10	Сгибание - разгибание рук в упоре лежа	32	27	22	18	15	10
11	Подъем переворотом на высокой перекладине	3	2	1	-	-	-
12	Наклон вперед из положения сидя, см	14	12	7	22	18	13
13	Подъем туловища за 1 мин из положения лежа (пресс) кол-во раз	52	47	42	40	35	30
14	Прыжки на скакалке, за 25 сек	65	60	50	75	70	60

### 2.2. Задания для дифференцированного зачета

**Объекты оценивания:**

П1 умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

П2 владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

П3 владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

П4 владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

П5 владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;

П6 положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

**Метод проведения аттестации:** выполнение контрольных нормативов

**Условия выполнения задания:**

- 1) Контрольные нормативы обучающийся выполняет после изучения соответствующего раздела рабочей программы по дисциплине «Физическая культура»;
- 2) Результаты выполнения контрольных нормативов суммируются, выводится средний балл. Формируется свод результатов, полученные результаты соотносятся с 5-бальной системой оценки;
- 3) максимальный балл за задание - 5 баллов.

**Задания практического характера – контрольные нормативы и критерии оценки**

№ п/п	Задания практического характера (вид упражнений)	Критерии оценки					
		Юноши			Девушки		
		5	4	3	5	4	3
1	Бег на лыжах 3 км, мин	14,40	15,10	16,00	18,30	19,30	21,00
2	Бег на лыжах 5 км, мин	26,00	27,00	29,00	без учета времени		
3	Бросок б/б мяча в корзину со штрафной линии (10 попыток)	6	5	4	5	4	3
4	Ведение б/б мяча с броском в корзину от щита (7 попыток)	5	4	3	5	4	3
5	Верхняя прямая подача в/б мяча в пределы площадки (5 попыток)	4	3	2	4	3	2
6	Верхняя передача в/б мяча над собой (высота взлета мяча не менее 1 м)	15	12	9	13	10	8