

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»**

**Факультет среднего профессионального образования\_**

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**ПО ДИСЦИПЛИНЕ: ОГСЭ.04. Физическая культура**

**Специальность 40.02.01 Земельно-имущественные отношения**

**РАЗРАБОТЧИКИ: Яковлев А.П.**

Оренбург, 2022 г.  
Содержание

- 1.1. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
- 1.2. Этапы формирования компетенции и оценочного средства для проведения текущей аттестации.
  - 1.2.1. Текущий контроль успеваемости.
- 2.1. ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность
- 2.2. Этапы формирования компетенции и оценочного средства для проведения текущей аттестации.
  - 2.2.1. Текущий контроль успеваемости.
- 3.1. ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями
- 3.2. Этапы формирования компетенции и оценочного средства для проведения текущей аттестации.
  - 3.2.1. Текущий контроль успеваемости.
- 4.1. ОК 10. Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.
- 4.2. Этапы формирования компетенции и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости.
  - 4.2.1. Текущий контроль успеваемости.
5. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний и умений.
  - 5.1. Рубежный контроль.

**1.1. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество**

**1.2. Этапы формирования компетенции и оценочные средства для проведения текущей аттестации обучающихся по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.**

1.2.1. Текущий контроль успеваемости.

1.2.1.1.. Тема 2.1 Общая физическая подготовка

| Наименование знаний, умений   | Показатель оценивания   | Критерий оценивания                      | Оценочное средство     | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|---|---|--|------------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни.</li> </ul> <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</li> </ul> | <p>Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами</p> | <p>Соответствие установленным нормам</p> | <p>Сдача норматива</p> | <p>1.2.1.1.2.<br/>1.2.1.1.3.<br/>1.2.1.1.4.<br/>1.2.1.1.2.<br/>1.2.1.1.3.<br/>1.2.1.1.4.</p>                    |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|

1.2.1.1.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

1.2.1.1.2.. Выполнение построений, перестроений, различных видов ходьбы, беговых и прыжковых упражнений.

1.2.1.1.3. Комплексов обще развивающих упражнений, в том числе, в парах, с предметами

1.2.1.2. тема 2.3 Прыжок в длину с разбега

| Наименование знаний, умений   | Показатель оценивания  | Критерий оценивания               | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|---|--|-----------------------------------|--------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> </ul> <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</li> </ul> | Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива    | <p>1.2.1.2.2.</p> <p>1.2.1.2.3.</p> <p>1.2.1.2.4.</p> <p>1.2.1.2.2.</p> <p>1.2.1.2.3.</p> <p>1.2.1.2.4.</p>     |

1.2.1.2.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

1.2.1.2.2.. Выполнение специальных упражнений прыгуна.

1.2.1.2.3.. Выполнение прыжка в длину способом (согнув ноги) с полного разбега.

1.2.1.3. **Тема 5.2** Овладение общими основами лыжной подготовки

| Наименование знаний, умений   | Показатель оценивания   | Критерий оценивания                      | Оценочное средство     | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|---|---|--|------------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни.</li> </ul> <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</li> </ul> | <p>Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами</p> | <p>Соответствие установленным нормам</p> | <p>Сдача норматива</p> | <p>1.2.1.3.2.<br/>1.2.1.3.3.<br/>1.2.1.3.2.<br/>1.2.1.3.3.</p>  |

1.2.1.3.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

1.2.1.3.2. Выбор способа передвижения в зависимости от рельефа местности и условий скольжения.

1.2.1.3.3. Переходы с одновременных ходов к попеременным и обратно.

#### 1.2.1.4. Тема 5.3 Техника преодоления спусков, подъемов, поворотов

| Наименование знаний, умений   | Показатель оценивания   | Критерий оценивания                      | Оценочное средство     | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|---|---|--|------------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни.</li> </ul> <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</li> </ul> | <p>Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами</p> | <p>Соответствие установленным нормам</p> | <p>Сдача норматива</p> | <p>1.2.1.4.2.<br/>1.2.1.4.3.<br/>1.2.1.4.2.<br/>1.2.1.4.3.</p>  |

1.2.1.4.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

1.2.1.4.2 Выполнение подъемов: скользящим шагом, ступающим шагом, «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой».

1.2.1.4.3.. Выполнение торможения «плугом», «упором», боковым соскальзыванием, упором на одну и две палки. Выполнение поворотов: переступанием, упором, «плугом».

### 2.1. ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность

**2.2. Этапы формирования компетенции и оценочные средства для проведения текущей аттестации обучающихся по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.**

2.2.1. Текущий контроль успеваемости.

2.2.1.1. **Тема 1.1** Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни

| Наименование знаний, умений  | Показатель оценивания  | Критерий оценивания               | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|--|--|-----------------------------------|--------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p>Знать: – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;<br/>– основы здорового образа жизни</p> | Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива    | 2.2.1.1.2.<br>2.2.1.1.3.<br>2.2.1.1.4.  |
| Уметь - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.   |  |                                   |                    | 2.2.1.1.2.<br>2.2.1.1.3.<br>2.2.1.1.4.  |

2.2.1.1.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

2.2.1.1.2. Сущность и ценности физической культуры. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха.

2.2.1.1.3.. Дисциплина «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования.

### 2.2.1.2. Тема 4.1 Методика составления и проведения простейших самостоятельных физических упражнений

| Наименование знаний, умений  | Показатель оценивания  | Критерий оценивания               | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|--|--|-----------------------------------|--------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p>Знать: – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;<br/>– основы здорового образа жизни</p> | Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива    | 2.2.1.2.2.<br>2.2.1.2.3.<br>2.2.1.2.4.  |
| Уметь – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.   |  |                                   |                    | 2.2.1.2.2.<br>2.2.1.2.3.<br>2.2.1.2.4.  |

2.2.1.2.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

2.2.1.2.2. Выполнение комплексов упражнений утренней гигиенической гимнастики, профессионально – прикладной физической подготовки, физкультминутки

2.2.1.2.3. Изучение методов регулирования нагрузки в ходе занятий. Специальные комплексы развития гибкости

### 2.2.1.3. Тема 4.2 Техника выполнения упражнений на гимнастических снарядах

| Наименование знаний, умений  | Показатель оценивания  | Критерий оценивания               | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|--|--|-----------------------------------|--------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p>Знать: – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;<br/>– основы здорового образа жизни</p> | Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива    | 2.2.1.3.2.<br>2.2.1.3.3.<br>2.2.1.3.4.  |
| Уметь – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.   |  |                                   |                    | 2.2.1.3.2.<br>2.2.1.3.3.<br>2.2.1.3.4.  |

2.2.1.3.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

2.2.1.3.2. Выполнение элементов и комбинаций на гимнастических снарядах.

2.2.1.3.3.. Выполнение опорных прыжков. Выполнение страховки и само страховки

**3.1. ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями**

**3.2. Этапы формирования компетенции и оценочные средства для проведения текущей аттестации обучающихся по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.**

3.2.1. Текущий контроль успеваемости.

**3.2.1.1. Тема 3.1 Правила игры и судейства в волейболе**

| Наименование знаний, умений  | Показатель оценивания  | Критерий оценивания               | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|--|--|-----------------------------------|--------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</li> </ul> | Выполнить упражнение в соответствии установленными нормативами | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива    | 3.2.1.1.2.  |
| <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни</li> </ul>  |  |                                   |                    | 3.2.1.1.2.  |

3.2.1.1.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

3.2.1.1.2. Правила игры. Жесты судьи.

**3.2.1.2. Тема 3.2 Техника владения мячом в волейболе**

| Наименование знаний, умений | Показатель оценивания | Критерий | Оценочное | Типовые контрольные |
|-----------------------------|-----------------------|----------|-----------|---------------------|
|-----------------------------|-----------------------|----------|-----------|---------------------|

|  |  |                                   |                 |   |
|--|--|-----------------------------------|-----------------|---|
|  |  | оценивания                        | средство        | задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни</li> </ul> | Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива | 3.2.1.2.2.  |
| <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей</li> </ul>   |  |                                   |                 | 3.2.1.2.2.  |

3.2.1.2.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

3.2.1.2.2. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Приём мяча. Передачи мяча.

### 3.2.1.2. Тема 3.3 Техника игры в защите

| Наименование знаний, умений | Показатель оценивания | Критерий оценивания | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------|--|
|-----------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------|--|

|  |  |                                   |                 |                                  |
|--|--|-----------------------------------|-----------------|----------------------------------|
|  |  |                                   |                 | умений, представленные в пункте. |
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни</li> </ul> | Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива | 3.2.1.2.2.                       |
| <p><b>. уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей</li> </ul>   |  |                                   |                 | 3.2.1.2.2.                       |

3.2.1.2.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

3.2.1.2.2. Выполнение расстановки, перемещений, передвижений игроков. Техника владения мячом

### 3.2.1.1. Тема 3.4 Техника игры в нападение

| Наименование знаний, умений | Показатель оценивания | Критерий оценивания | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------|---|
|                             |                       |                     |                    |   |

|  |   |  |                        |                   |
|--|---|--|------------------------|-------------------|
| <p><b>. иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни</li> </ul> | <p>Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами</p> | <p>Соответствие установленным нормам</p> | <p>Сдача норматива</p> | <p>3.2.1.3.2.</p> |
| <p><b>. уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей</li> </ul>   |   |  |                        | <p>3.2.1.3.2.</p> |

6.2.1.3.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

6.2.1.3.2. Изучение техники игры под сеткой

6.2.1.4. **Тема 3.5**Тактика игры в защите

| Наименование знаний, умений              | Показатель оценивания         | Критерий оценивания | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|--|-------------------------------|---------------------|--------------------|---|
| <p><b>. иметь практический опыт:</b></p> | <p>Выполнить упражнение в</p> | <p>Соответствие</p> | <p>Сдача</p>       | <p>6.2.1.4.2.</p>   |

|   |  |                             |                  |                   |
|---|--|-----------------------------|------------------|-------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>– основы здорового образа жизни</li> </ul> | <p>соответствии с установленными нормативами</p> | <p>установленным нормам</p> | <p>норматива</p> |                   |
| <p><b>. уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей</li> </ul>  |  |                             |                  | <p>6.2.1.4.2.</p> |

6.2.1.4.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

6.2.1.4.2. Выполнение индивидуальных, групповых и командных действий. Двухсторонняя игра на счет.

**4.1. ОК 10. Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.**

**4.2. Этапы формирования компетенции и оценочные средства для проведения текущей аттестации обучающихся по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.**

4.2.1. Текущий контроль успеваемости.

4.2.1.1. **Тема 2.2** Лёгкая атлетика. Бег

| Наименование знаний, умений | Показатель оценивания | Критерий оценивания | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------|---|
|-----------------------------|-----------------------|---------------------|--------------------|---|

|  |  |                                   |                 |            |
|--|--|-----------------------------------|-----------------|------------|
|  |  |                                   |                 | пункте.    |
| <p><b>. иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> <li>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</li> <li>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</li> </ul> <p><b>уметь:</b> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</p> | Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива | 4.2.1.1.2. |
| <p><b>знать:</b> – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>– основы здорового образа жизни</p>  |  |                                   |                 | 4.2.1.1.2. |

4.2.1.1.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

4.2.1.1.2. Воспитание быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений

#### 4.2.1.2. Тема 5.1 Требование и правила безопасности на занятиях лыжной подготовки

| Наименование знаний, умений   | Показатель оценивания                                | Критерий оценивания               | Оценочное средство | Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, представленные в пункте. |
|---|--|-----------------------------------|--------------------|---|
| <p><b>иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки.</li> </ul> | Выполнить упражнение в соответствии с установленными | Соответствие установленным нормам | Сдача норматива    | 4.2.1.2.2.  |

|  |                    |  |  |                   |
|--|--------------------|--|--|-------------------|
| <p>- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений</p> <p>- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг</p> <p><b>уметь:</b> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</p> | <p>нормативами</p> |  |  |                   |
| <p><b>знать:</b> – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>– основы здорового образа жизни</p>  |                    |  |  | <p>4.2.1.2.2.</p> |

4.2.1.2.1. Конкретный пример типового контрольного задания или иного материала, используемого для оценки знаний и умений.

4.2.1.2.2. Понятие «прокат» и «перекат». Имитация лыжных ходов и переход с одного хода на другой на месте и в движении

## 5. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний и умений.

5.1. Рубежный контроль 5,9,13 недель всегда выставляется, как среднее арифметическое ранее полученных оценок.

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Факультет среднего профессионального образования**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**ОГСЭ.04 Физическая культура**

**Специальность 21.02.05 Земельно-имущественные отношения**

**РАЗРАБОТЧИК:**

**Яковлев А.П.**

Оренбург, 2022 г.

Форма проведения: дифференцированный зачет выставляется если в течение всего периода обучения сданы все нормативы.

Критерии оценки:

1. Оценка «Отлично» выставляется если студент сдал 90% нормативов на оценку «5»
2. Оценка «хорошо» выставляется если студент сдал 75% нормативов на оценку «хорошо и отлично».
3. Оценка «удовлетворительно» выставляется если студент сдал 50 % нормативов на оценку «отлично,хорошо,удовлетворительно.»
4. Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту если студент не сдал не одного норматива.

| <b>Код</b> | <b>Наименование результата обучения</b>  |
|------------|--|
| ОК 2.      | Анализировать социально-экономические и политические проблемы и процессы, использовать методы гуманитарно-социологических наук в различных видах профессиональной и социальной деятельности. |
| ОК 3.      | Организовывать свою собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество   |
| ОК 6.      | Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями   |
| ОК 10.     | Соблюдать правила техники безопасности, нести ответственность за организацию мероприятий по обеспечению безопасности труда.  |

**ЗАЧЕТНЫЕ НОРМАТИВЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ СПО (ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ) Юноши**

|                 | СЕНТЯБРЬ                           |      |      |      |      | ОКТАБРЬ                     |      |      |      |      | НОЯБРЬ                              |      |      |      |      | ДЕКАБРЬ                   |     |     |     |     |
|-----------------|------------------------------------|------|------|------|------|-----------------------------|------|------|------|------|-------------------------------------|------|------|------|------|---------------------------|-----|-----|-----|-----|
| БАЛЛЫ           | 5                                  | 4    | 3    | 2    | 1    | 5                           | 4    | 3    | 2    | 1    | 5                                   | 4    | 3    | 2    | 1    | 5                         | 4   | 3   | 2   | 1   |
|                 | <b>КРОСС 1500</b>                  |      |      |      |      | <b>300 МЕТРОВ</b>           |      |      |      |      | <b>1000 МЕТРОВ</b>                  |      |      |      |      | <b>50 МЕТРОВ</b>          |     |     |     |     |
| <b>ОСНОВНАЯ</b> | 6.10                               | 6.15 | 6.30 | 6.35 | 6.45 | 47.0                        | 47.0 | 49.0 | 50.0 | 51.0 | 3.40                                | 3.50 | 4.00 | 4.10 | 4.20 | 7.4                       | 7.6 | 7.8 | 8.0 | 8.2 |
|                 | <b>ПОДТЯГИВАНИЕ НА ПЕРЕКЛАДИНЕ</b> |      |      |      |      | <b>ОТЖИМАНИЕ НА БРУСЬЯХ</b> |      |      |      |      | <b>ПОДНИМАНИЕ НОГ К ПЕРЕКЛАДИНЕ</b> |      |      |      |      | <b>ПОДЪЕМ ПЕРЕВОРОТОМ</b> |     |     |     |     |
| <b>ОСНОВНАЯ</b> | 10                                 | 7    | 5    | 3    | 2    | 13                          | 10   | 8    | 5    | 3    | 5                                   | 3    | 2    | 1    | -    | 5                         | 4   | 3   | 2   | 1   |

|                 | ФЕВРАЛЬ                                |      |      |      |      | МАРТ                |     |     |     |     | АПРЕЛЬ                        |     |     |     |     | МАЙ                                 |       |       |       |      |
|-----------------|--|------|------|------|------|---------------------|-----|-----|-----|-----|-------------------------------|-----|-----|-----|-----|-------------------------------------|-------|-------|-------|------|
| БАЛЛЫ           | 5                                      | 4    | 3    | 2    | 1    | 5                   | 4   | 3   | 2   | 1   | 5                             | 4   | 3   | 2   | 1   | 5                                   | 4     | 3     | 2     | 1    |
|                 | <b>200 МЕТРОВ</b>                      |      |      |      |      | <b>400 МЕТРОВ</b>   |     |     |     |     | <b>1000 МЕТРОВ</b>            |     |     |     |     | <b>КРОСС</b>                        |       |       |       |      |
| <b>ОСНОВНАЯ</b> | 30.0                                   | 31.0 | 32.0 | 33.0 | 34.0 | 1.0                 | 1.1 | 1.1 | 1.1 | 1.2 | 3.4                           | 3.5 | 4.0 | 4.1 | 4.2 | 13.1                                | 13.20 | 13.30 | 13.50 | 14.0 |
|                 | <b>ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ СКАКАЛКУ 30 СЕКУНД</b> |      |      |      |      | <b>ПОДЪЕМ СИЛОЙ</b> |     |     |     |     | <b>ОТЖИМАНИЕ В УПОРЕ ЛЕЖА</b> |     |     |     |     | <b>ОТЖИМАНИЕ В УПОРЕ НА БРУСЬЯХ</b> |       |       |       |      |
| <b>ОСНОВНАЯ</b> | 70                                     | 65   | 60   | 55   | 50   | 6                   | 5   | 3   | 2   | 1   | 40                            | 35  | 30  | 25  | 20  | 10                                  | 8     | 7     | 5     | 3    |

**(ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ) ДЕВУШКИ**

|                 | <b>СЕНТЯБРЬ</b>                               |      |      |      |      | <b>ОКТАБРЬ</b>                          |      |      |      |      | <b>НОЯБРЬ</b>  |      |      |      |      | <b>ДЕКАБРЬ</b>                      |     |     |     |     |
|-----------------|---|------|------|------|------|---|------|------|------|------|--|------|------|------|------|-------------------------------------|-----|-----|-----|-----|
| <b>БАЛЛЫ</b>    | 5   | 4    | 3    | 2    | 1    | 5                                       | 4    | 3    | 2    | 1    | 5  | 4    | 3    | 2    | 1    | 5                                   | 4   | 3   | 2   | 1   |
|                 | <b>КРОСС 1000</b>                             |      |      |      |      | <b>300 МЕТРОВ</b>                       |      |      |      |      | <b>600 МЕТРОВ</b>                                    |      |      |      |      | <b>50 МЕТРОВ</b>                    |     |     |     |     |
| <b>Основная</b> | 4.40  | 5.00 | 5.10 | 5.15 | 5.20 | 1.15                                    | 1.20 | 1.25 | 1.30 | 1.35 | 2.35   | 2.45 | 2.55 | 3.00 | 3.05 | 8.4                                 | 8.6 | 8.8 | 9.0 | 9.2 |
|                 | <b>ПОДТЯГИВАНИЕ<br/>НА НИЗКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ</b> |      |      |      |      | <b>ОТЖИМАНИЕ В УПОРЕ<br/>НА КОЛЕНЯХ</b> |      |      |      |      | <b>ПОДНИМАНИЕ<br/>ТУЛОВИЩА<br/>(НОГИ ЗАКРЕПЛЕНЫ)</b> |      |      |      |      | <b>ПРИСЕДАНИЕ НА ОДНОЙ<br/>НОГЕ</b> |     |     |     |     |
| <b>Основная</b> | 14  | 12   | 10   | 9    | 8    | 35                                      | 30   | 25   | 20   | 18   | 45   | 40   | 35   | 20   | 18   | 10                                  | 9   | 7   | 5   | 4   |

|                 | <b>ФЕВРАЛЬ</b>                                 |      |      |      |      | <b>МАРТ</b>                    |      |      |      |      | <b>АПРЕЛЬ</b>                      |      |      |      |      | <b>МАЙ</b>  |       |       |       |       |
|-----------------|--|------|------|------|------|--------------------------------|------|------|------|------|------------------------------------|------|------|------|------|---|-------|-------|-------|-------|
| <b>БАЛЛЫ</b>    | 5  | 4    | 3    | 2    | 1    | 5                              | 4    | 3    | 2    | 1    | 5                                  | 4    | 3    | 2    | 1    | 5   | 4     | 3     | 2     | 1     |
|                 | <b>200 МЕТРОВ</b>                              |      |      |      |      | <b>400 МЕТРОВ</b>              |      |      |      |      | <b>800 МЕТРОВ</b>                  |      |      |      |      | <b>КРОСС 2000</b>                                     |       |       |       |       |
| <b>Основная</b> | 36.0   | 38.0 | 40.0 | 41.0 | 42.0 | 1.30                           | 1.35 | 1.40 | 1.45 | 1.50 | 3.20                               | 3.25 | 3.30 | 3.40 | 3.45 | 10.50   | 11.30 | 11.45 | 11.50 | 12.15 |
|                 | <b>ПРЫЖКИ ЧЕРЕЗ<br/>СКАКАЛКУ<br/>30 СЕКУНД</b> |      |      |      |      | <b>ПОДНИМАНИЕ<br/>ТУЛОВИЩА</b> |      |      |      |      | <b>ПРЫЖОК В ДЛИННУ С<br/>МЕСТА</b> |      |      |      |      | <b>ОТЖИМАНИЕ В УПОРЕ ОТ<br/>ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СКАМЬИ</b> |       |       |       |       |
| <b>Основная</b> | 80   | 75   | 70   | 65   | 60   | 40                             | 35   | 30   | 25   | 20   | 175                                | 170  | 160  | 155  | 145  | 14  | 12    | 10    | 9     | 8     |