

**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. 1.2.1.1.3. 1.2.1.1.4. 1.2.1.1.2. 1.2.1.1.3. 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	1.2.1.2.2. 1.2.1.2.3. 1.2.1.2.4. 1.2.1.2.2. 1.2.1.2.3. 1.2.1.2.4.

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. 1.2.1.3.3. 1.2.1.3.2. 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. 1.2.1.4.3. 1.2.1.4.2. 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; – основы здорового образа жизни</p>	Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами	Соответствие установленным нормам	Сдача норматива	2.2.1.1.2. 2.2.1.1.3. 2.2.1.1.4.
Уметь - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.				2.2.1.1.2. 2.2.1.1.3. 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; – основы здорового образа жизни</p>	Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами	Соответствие установленным нормам	Сдача норматива	2.2.1.2.2. 2.2.1.2.3. 2.2.1.2.4.
Уметь – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.				2.2.1.2.2. 2.2.1.2.3. 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; – основы здорового образа жизни</p>	Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами	Соответствие установленным нормам	Сдача норматива	2.2.1.3.2. 2.2.1.3.3. 2.2.1.3.4.
<p>Уметь – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</p>				2.2.1.3.2. 2.2.1.3.3. 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>	<p>Выполнить упражнение в соответствии установленными нормативами</p>	<p>Соответствие установленным нормам</p>	<p>Сдача норматива</p>	<p>3.2.1.1.2.</p>
<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>3.2.1.1.2.</p>

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.
<b>иметь практический опыт:</b> - выполнения упражнений, направленных на увеличение общей физической подготовки. - проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений - включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг <b>знать:</b> – о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни	Выполнить упражнение в соответствии с установленными нормативами	Соответствие установленным нормам	Сдача норматива	3.2.1.2.2.
<b>. уметь:</b> – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей				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>	соответствии с установленными нормативами	установленным нормам	норматива	
<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>				6.2.1.4.2.

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 5.1Требование 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 НА НИЗКОЙ ПЕРЕКЛАДИНЕ</b>					<b>ОТЖИМАНИЕ В УПОРЕ НА КОЛЕНЯХ</b>					<b>ПОДНИМАНИЕ ТУЛОВИЩА (НОГИ ЗАКРЕПЛЕНЫ)</b>					<b>ПРИСЕДАНИЕ НА ОДНОЙ 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 СКАКАЛКУ 30 СЕКУНД</b>					<b>ПОДНИМАНИЕ ТУЛОВИЩА</b>					<b>ПРЫЖОК В ДЛИННУ С МЕСТА</b>					<b>ОТЖИМАНИЕ В УПОРЕ ОТ 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