#### МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»

## КОЛЛЕДЖ СЕВЕРОДОНЕЦКОГО ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГУ им. В. Даля»

# КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ для проведения текущего контроля, промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета

по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура

специальность 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)

РАССМОТРЕН И СОГЛАСОВАН методической комиссией Колледжа Северодонецкого технологического института (филиал) ФГБОУ ВО «ЛГУ им. В. Даля»

Протокол № <u>01</u> от «<u>13</u>» <u>сентября\_2024</u> г.

Председатель комиссии

В.Н. Лескин

Разработан на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образование по специальности

(MBmuf

#### 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)

**УТВЕРЖДЕН** 

заместителем директора

Р.П. Филь

#### Составитель(и):

Лескин Владимир Николаевич, преподаватель СПО Колледжа Северодонецкого технологического института (филиал) ФГБОУ «ЛГУ им. В.Даля» Выскребец Евгений Григорьевич, преподаватель СПО Колледжа Северодонецкого технологического института (филиал) ФГБОУ «ЛГУ им. В.Даля»

#### 1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

- В результате освоения учебной дисциплины  $\Phi$ изическая культура обучающийся должен обладать предусмотренными  $\Phi$ ГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям) следующими умениями (У):
- У1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- У2. Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- УЗ. Пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии (специальности),

#### Знаниями (3):

- 31. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
  - 32. Основы здорового образа жизни;
- 33. Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);
  - 34. Средства профилактики перенапряжения,

#### и общими компетенциями:

- ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.
- ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.
- OК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

#### 2. Оценивание уровня освоения учебной дисциплины

Предметом оценивания служат умения и знания, предусмотренные ФГОС СПО по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций. Промежуточная аттестация по учебной дисциплине проводится в форме зачета / дифференцированного зачёта.

Таблица 1 **Контроль и оценивание уровня освоения учебной дисциплины по темам (разделам)** 

		Формы и методы контроля							
Элемент учебной	Текущи	ій контроль	Промежуточная аттестация						
дисциплины	Форма контроля	Проверяемые ОК, У, 3	Форма контроля	Проверяемые ОК, У, 3					
Раздел 1.									
Ознакомление с									
материалами									
Тема 1 Введение	Устный опрос	31 - 33, Y1 – Y3, OK 01, OK O4, OK 08							
Тема 2 Легкая	Учебные	31 - 33, Y1 – Y3, OK							
атлетика	нормативы	01, OK O4, OK 08							
Тема 3 Волейбол	Учебные	31 - 33, Y1 – Y3, OK 01, OK O4, OK 08							
Тема 4 Атлетизм	нормативы Учебные нормативы	31 - 33, Y1 – Y3, OK 01, OK O4, OK 08							
Тема 5 Баскетбол	Учебные нормативы	31 - 33, Y1 – Y3, OK 01, OK O4, OK 08							
Тема 6 Туризм	Учебные нормативы	31 - 33, Y1 – Y3, OK 01, OK O4, OK 08							
Промежуточная		01, 011 0 1, 011 00	Зачет	31 - 33, У1 – У3,					
аттестация			Дифференцированн ый зачет	OK 01, OK O4, OK 08					

#### 2. Задания для оценки освоения учебной дисциплины

- 2.1.Задания для текущего контроля.
- 2.2.Задания для промежуточной аттестации. (прилагаются задания для промежуточной аттестации).

#### 3. Условия проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация в форме зачета, дифференцированного зачета проводится путем выставление итоговой оценки по результатам сдачи нормативов.

**4.** Критерии оценивания для промежуточной аттестации Приложение № 1, 2, 3

## II курс (на базе 9 классов)

W # V		юноши		девушки			
Учебный норматив	5	4	3	5	4	3	
Бег 30 м	4,5	5,0	5,5	4,8	5,5	5,8	
Бег 60 м	8,3	8,9	9,7	9,6	9,9	10,4	
Бег 100 м	13,6	14,2	14,8	16,7	17,2	17,7	
4 х 9 м	9,3	9,8	10,3	10,2	10,8	11,2	
Бег 500 м	14,0	15,0	20,0	20,3	21,0	22,0	
Бег 1000 м	3.30	3.50	4.20	4.50	5.10	5.30	
Бег 2000 м	8.40	9.10	9.40	10,20	11,20	12,20	
Бег 3000м	13,00	14,40	15,30	19,00	21,00	24,00	
Кросс 500 м	1,45	2,00	2,10	2,08	2,15	2,25	
Кросс 1000 м	3,45	4,00	4,30	5,05	5,25	5,50	
Кросс 2000 м	9,00	9,30	10,00	10,40	11,40	13,00	
Кросс 3000 м	13,20	15,00	15,50	20,00	22,00	25,00	
Прыжки в длину	4,50	4,20	3,50	3,80	3,40	3,10	
Прыжки с места	2,35	2,10	1,90	1,90	1,65	1,55	
Метание гранаты 700г, 500г	38	32	27	23	18	12	
Гибкость	16	11	8	19	15	12	
Подтягивание на	13	10	8	23	19	13	
Сгибание рук	40	32	26	20	15	12	
Пресс 1 мин.	50	44	38	41	33	27	
Скакалка 1 мин.	140	120	100	150	135	110	
Подъём переворот	4	3	1				
Плавание 50 м	50	55	110	115	125	145	

7

## III курс (на базе 9 классов)

		юноши		девушки			
Учебный норматив	5	4	3	5	4	3	
Бег 30 м	4,4	4,8	5,4	4,8	5,4	5,8	
Бег 60 м	8,2	8,8	9,6	9,5	9,8	10,3	
Бег 100 м	13,4	13,8	14,3	16,6	17,1	17,5	
4 х 9 м	9,2	9,7	10,2	10,2	10,7	11,2	
Бег 500 м	1,35	1,48	1,55	2,00	2,07	2,18	
Бег 1000 м	3,25	3,45	4,20	4,40	5,00	5,25	
Бег 2000м	8,30	9,00	9,30	10,10	11,10	12,20	
Бег 3000 м	13,00	14,20	15,30	19,00	21,30	23,30	
Кросс 500 м	1,40	1,50	2,10	2,05	2,15	2,22	
Кросс 1000 м	3,40	4,00	4,30	5,00	5,25	5,50	
Кросс 2000 м	8,45	9,20	9,50	10,30	11,30	13,00	
Кросс 3000 м	13,10	14,10	15,30	20,00	21,40	24,30	
Прыжки в длину	4,50	4,25	3,55	3,80	3,35	3,10	
Прыжки с места	2,40	2,20	1,95	1,90	1,70	1,55	
Метание гранаты 700г, 500г	40	33	28	24	18	12	
Гибкость	17	12	8	20	15	12	
Подтягивание на перекладине	14	11	9	23	20	14	
Сгибание рук	44	35	30	22	16	12	
Пресс 1 мин.	50	45	38	41	34	27	
Скакалка 1 мин.	140	125	105	155	140	115	
Подъём переворот	5	4	1	_		_	
Плавание 50 м	48	54	100	110	120	140	

## II курс - Волейбол

№ п\п	Виды испытаний	Пол	Оценка				
245 11/11			5	4	3		
1	Передача мяча сверху двумя руками над собой,	Ю	15	13	10		
	высота передачи 1.5-2 м	Д	15	10	7		
2	Передача мяча сверху двумя руками у стены,	Ю	16	14	10		
ВЬ	высота передачи 2.5 м расстояние 1.5-2 м	Д	13	10	7		
1 -	Передача мяча снизу двумя руками над собой,	Ю	16	14	10		
	высота передачи 1.5-2 м	Д	13	10	7		
4	Передача мяча снизу двумя руками у стены,	Ю	16	14	10		
	высота передачи 2.5 м расстояние 1.5-2 м	Д	13	10	7		
5	Подача мяча сверху 5 попыток	Ю	4	3	2		
	Подача мяча снизу 5 попыток	Д	4	3	2		

## III курс - Волейбол

Ma1-	Виды испытаний	П. –	Оценка			
№ п\п		Пол	5	4	3	
1	Передача мяча сверху двумя руками над собой,	Ю	17	15	12	
	высота передачи 1.5-2 м	Д	15	12	9	
2	Передача мяча сверху двумя руками у стены,	Ю	18	16	12	
	высота передачи 2.5 м расстояние 1.5-2 м	Д	15	12	9	
3	3 Передача мяча снизу двумя руками над собой,	Ю	18	16	12	
	высота передачи 1.5-2 м	Д	15	12	9	
4	Передача мяча снизу двумя руками у стены,	Ю	18	16	12	
	высота передачи 2.5 м расстояние 1.5-2 м	Д	15	12	9	
5	Подача мяча сверху 5 попыток	Ю	4	3	2	
	Подача мяча снизу 5 попыток	Д	4	3	2	

## Приложение 3

## II курс - Баскетбол

№ п\п	Виды испытаний		Пол	Оценка		
0 (2 22 (22	2		11001	5	4	3
1	Передача и ловля мяча у стены за 20 сек	3м	Ю	21	19	14
		2м	Д	21	18	14
2	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно	4×9	Ю	11,5	13,5	15,5
		4×9	Д	15,0	16,5	19,0
3	Ведение, двойной шаг, бросок в кольцо	3×3	Ю	4	3	2
		3×3	Д	3	2	1
4	Штрафной бросок	10 p	Ю	4	3	2
		8 p	Д	3	2	1

## III курс - Баскетбол

№ п\п	Виды испытаний		Пол	Оценка		
345 H/H	виды испытании		110,1	5	4	3
1	Передача и ловля мяча у стены за 20 сек	3м	Ю	22	20	15
		2м	Д	21	19	14
2	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно	4×9	Ю	11,0	13,0	15,0
		4×9	Д	14,5	16,0	18,5
3	Ведение, двойной шаг, бросок в кольцо	3×3	Ю	5	4	3
		3×3	Д	4	3	2
4	Штрафной бросок	10 p	Ю	4	3	2
		8 p	Д	3	2	1