

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Поверинов Игорь Егорович **МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

Должность: Проректор по учебной работе **Федеральное государственное бюджетное**

Дата подписания: 21.03.2024 17:13:40 **образовательное учреждение высшего образования**

Уникальный программный ключ: **«Тувашский государственный университет**

6d465b936eef331cede482bde6d12ab98246652f016465d53b72a2eab0de1b2 **имени И.Н. Ульянова»**

Юридический факультет

Кафедра физической культуры и спорта

**Фонд оценочных средств для
ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ**

по учебной дисциплине
ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности среднего профессионального образования

**40.02.01 ПРАВО И ОРГАНИЗАЦИЯ
СОЦИАЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

Год начала подготовки - 2023

Чебоксары 2023

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО
на заседании предметной (цикловой) комиссии
общего гуманитарного и социально-экономического цикла
07.04.2023 г., протокол № 01
Председатель *Широков О.Н.*

Фонд оценочных средств предназначен для текущего контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины *ОГСЭ.04 Физическая культура* обучающимися по специальности: *40.02.01 Право и организация социального обеспечения*

Составитель:
к.п.н., доцент А.Г. Шугаев

1. ПАСПОРТ

Назначение:

КИМ предназначены для контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины *ОГСЭ.04 Физическая культура / Адаптивная физическая культура* по специальности *40.02.01 Право и организация социального обеспечения*.

Уровень подготовки: базовый

Умения, знания и компетенция, подлежащие проверке:

| № | Наименование | Метод контроля |
|---------------------------|---|--|
| Умения: | | |
| У 1. | использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей | <i>решение ситуационных задач и выполнение заданий</i> |
| Знания: | | |
| З 1. | о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека | <i>письменные и устные вопросы по вопросам тем</i> |
| З 2. | основы здорового образа жизни | |
| Общие компетенции: | | |
| ОК 2 | организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество | <i>индивидуальные и групповые творческие задания</i> |
| ОК 3 | принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность. | |
| ОК 6 | работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями | |
| ОК 10 | соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда | |

2. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки служат умения и знания, по учебной дисциплине **ОГСЭ.04 Физическая культура**, направленные на формирование общих и/или профессиональных компетенций.

| Элемент учебной дисциплины | Методы контроля | Проверяемые У, З, ОК |
|--|--|--|
| Раздел 1. Основы здорового образа жизни | | У-1, З-1, З-2, ОК-2, ОК-3, ОК-6, ОК-10 |
| Тема 1. Физическая культура в обеспечении здоровья | Практическое занятие 1: Выполнение реферата | |
| Раздел 2. Легкая атлетика | | У-1, З-1, З-2, ОК-2, ОК-3, ОК-6, ОК-10 |
| Тема 2. Бег на короткие и длинные дистанции. | Практическое занятие 2,3,4: выполнение упражнений и сдача нормативов Самостоятельная работа 1: выполнение реферата | |
| Тема 3. Прыжки в длину с места, с разбега. | Практическое занятие 5,6,7: выполнение упражнений и сдача нормативов Самостоятельная работа 2: Работа в малых группах | |
| Тема 4. Метание мяча, гранаты. | Практическое занятие 8,9,10: выполнение упражнений и сдача нормативов. Самостоятельная работа 3,4: Работа в малых группах: «Выполнение всех элементов техники метания мяча, гранаты в цель и на дальность» | |

| | | |
|---|---|--|
| <p>Тема 5. Бег на средние дистанции</p> | <p>Практическое занятие 11,12,13: Выполнение всех элементов техники бега на короткие и длинные дистанции. Техника безопасности на занятиях по физической культуре. Практическая реализация основ судейства беговых видов легкой атлетики. Сдача нормативов по бегу на средние дистанции. Самостоятельная работа 5,6: Выполнение реферата на тему: «Основы правил, организации и проведения спортивных соревнований»</p> | |
| <p>Тема 6. Основная гимнастика</p> | <p>Практическое занятие 14,15,16: Строевые упражнения: построения и перестроения, передвижения, размыкание и смыкание. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) без предметов. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) с предметами. Подбор упражнений с предметами и без предметов. Сдача нормативов по основной гимнастике. Самостоятельная работа 7,8: Выполнение реферата на тему: «Значение формирования правильной осанки».</p> | |
| <p>Тема 7. Атлетическая гимнастика</p> | <p>Практическое занятие 17,18,19: Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой.</p> | |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>Силовая подготовка. Упражнения на тренажерах на различные группы мышц. Развитие физического качества силы. Упражнения без отягощений и с собственным весом. Сдача нормативов по атлетической гимнастике. Самостоятельная работа 9,10, 11: подготовка сообщения</p> | |
| Раздел 3. Спортивные игры | | У-1, 3-1, 3-2, ОК-2, ОК-3, ОК-6, ОК-10 |
| Тема 8. Футбол | <p>Практическое занятие 20,21,22: Игровые действия полевого игрока (обманные движения, остановка и ведение мяча, отбор мяча). Игровые действия полевого вратаря (ловля мяча, отражение мяча лежачим, отбивание и перевод мяча). Основы правил и судейства соревнований по футболу. Сдача нормативов по футболу. Самостоятельная работа 12,13,14: подготовка сообщения</p> | |
| Тема 9. Профессионально-прикладная физическая подготовка | <p>Практическое занятие 23,24,25: Игра 2х2, 5х5. Учебная игра по футболу. Сдача нормативов по профессионально-прикладной физической подготовке. Самостоятельная работа 15,16,17,18: выполнение реферата</p> | |

| | | |
|--|--|--|
| Тема 10. Волейбол | Практическое занятие 26,27,28,29,30: Учебная игра 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 в волейбол Самостоятельная работа 19,20,21,22: выполнение реферата | |
| Тема 11. Баскетбол | Практическое занятие 31,32,33,34,35: Учебная игра 3х3, 2х2 в баскетбол. Техника атаки на кольцо с сопротивлением, передачи в усложненных условиях. Самостоятельная работа 23, 24, 25, 26, 27: выполнение реферата | |
| Тема 12. Бадминтон | Практическое занятие 36,37,38,39,40: Одиночная игра. Парная игра. Сдача нормативов по бадминтону. Самостоятельная работа 28, 29, 30: выполнение доклада | |
| Тема 13. Общая физическая подготовка | Практическое занятие 41, 42, 43, 44, 45: Спортивная игра (по выбору учащихся). Сдача нормативов по общей физической подготовке. Выполнение заданий по теме Самостоятельная работа 31,32,33,34,35: выполнение реферата | |
| Раздел 4. Стрельба из пневматического пистолета | | У-1, 3-1, 3-2, ОК-2, ОК-3, ОК-6, ОК-10 |
| Тема 14. Стрельба из пневматического пистолета | Практическое занятие 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55: Тренировочные упражнения по стрельбе из пневматического пистолета Самостоятельная работа 36, 37, 38: выполнение реферата | |

| | | |
|----------------------------------|--|--|
| Раздел 5. Контрольный | | |
| Тема 15. Контрольные нормативы | Практическое занятие 56,57,58,59,60,61: сдача нормативов физической подготовленности студентов. Сдача нормативов по ППФП. Самостоятельная работа 39,40: выполнение реферата по теме | |

2.2. Задания для оценки освоения учебной дисциплины

РАЗДЕЛ 1. Основы здорового образа жизни

Тема 1. Физическая культура в обеспечении здоровья

Практическое занятие 1

Выполнение реферата на тему "Значение физической культуры и спорта в студенческой жизни".

РАЗДЕЛ 2. Легкая атлетика

Тема 2. Бег на короткие и длинные дистанции

Практическое занятие 2,3,4.

Выполнение всех элементов техники бега на короткие и длинные дистанции. Практическая реализация основ судейства беговых видов легкой атлетики. Сдача нормативов по бегу на короткие и длинные дистанции

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 1

Выполнение реферата на тему «Методические основы занятий оздоровительным бегом».

Тема 3. Прыжки в длину с места, с разбега

Практическое занятие 5,6,7.

Спортивная игра (по выбору учащихся). Выполнение всех элементов прыжков в длину и высоту с места и разбега. Практическая реализация основ судейства прыжковых видов легкой атлетики. Выполнение всех элементов техники бега на короткие и длинные дистанции. Сдача нормативов по прыжкам в длину, с места, с разбега.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 2

Работа в малых группах: «Специальные прыжковые упражнения».

Тема 4. Метание мяча, гранаты

Практическое занятие 8,9,10.

Выполнение всех элементов техники метания мяча, гранаты в цель и на дальность. Практическая реализация основ судейства метания. Спортивная игра. Сдача нормативов по метанию мяча, гранаты.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 3,4

Работа в малых группах: «Выполнение всех элементов техники метания мяча, гранаты в цель и на дальность».

Тема 5. Бег на средние дистанции

Практическое занятие 11,12,13 Выполнение всех элементов техники бега на короткие и длинные дистанции. Техника безопасности на занятиях по физической культуре. Практическая реализация основ судейства беговых видов легкой атлетики. Сдача нормативов по бегу на средние дистанции.

Самостоятельная работа 5,6

Выполнение реферата на тему: «Основы правил, организации и проведения спортивных соревнований».

Тема 6. Основная гимнастика

Практическое занятие 14,15,16 Строевые упражнения: построения и перестроения, передвижения, размыкание и смыкание. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) без предметов. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) с предметами. Подбор упражнений с предметами и без предметов. Сдача нормативов по основной гимнастике.

Самостоятельная работа 7,8:

Выполнение реферата на тему: «Значение формирования правильной осанки».

Тема 7. Атлетическая гимнастика

Практическое занятие 17,18,19

Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами, амортизаторами из резины, гантелями, гирей, штангой. Силовая подготовка. Упражнения на тренажерах на различные группы мышц. Развитие физического качества силы. Упражнения без отягощений и с собственным весом. Сдача нормативов по атлетической гимнастике.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 9,10,11

Подготовка сообщения на тему: «Развитие скоростно-силового компонента физических качеств».

РАЗДЕЛ 3. Спортивные игры

Тема 8. Футбол

Практическое занятие 20,21,22

Игровые действия полевого игрока (обманные движения, остановка и ведение мяча, отбор мяча). Игровые действия поле-

вого вратаря (ловля мяча, отражение мяча лежа, отбивание и перевод мяча). Основы правил и судейства соревнований по футболу. Сдача нормативов по футболу.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 9,10,11

Подготовка сообщения на тему: «Основы правил и судейства соревнований по футболу».

Тема 9. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Практическое занятие 23,24,25: Игра 2х2, 5х5. Учебная игра по футболу. Сдача нормативов по профессионально-прикладной физической подготовке.

Самостоятельная работа 15,16,17,18:

Выполнение реферата на тему «Физкультпауза и физкультминутки и роль в физической культуре».

Тема 10. Волейбол

Практическое занятие 26,27,28,29,30

Учебная игра 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 в волейбол.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 19,20,21,22

Выполнение реферата на тему «Основы правил и судейства соревнований по волейболу».

Тема 11. Баскетбол

Практическое занятие 31,32,33,34,35

Учебная игра 3х3, 2х2 в баскетбол. Техника атаки на кольцо с сопротивлением, передачи в усложненных условиях.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 23,24,25,26,27

Выполнение реферата на тему «Основы правил и судейства соревнований по баскетболу»

Тема 12. Бадминтон

Практическое занятие 36,37,38,39,40

Одиночная игра. Парная игра. Сдача нормативов по бадминтону.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 28,29,30

Выполнение доклада по теме: «История возникновения игры в бадминтон и ее роль в современной физической культуре».

Тема 13. Общая физическая подготовка

Практическое занятие 41,42,43,44,45

Спортивная игра (по выбору учащихся). Сдача нормативов по общей физической подготовке.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 31,32,33,34,35

Выполнение реферата по теме: «Физическое самовоспитание и самосовершенствование – условие здорового образа жизни».

РАЗДЕЛ 4. Стрельба из пневматического пистолета

Тема 14. Стрельба из пневматического пистолета

Практическое занятие 46,47,48,49,50,51,52,53,54,55

Тренировочные упражнения по стрельбе из пневматического пистолета.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 36,37,38

Выполнение реферата по теме: «Упражнения на дыхание при стрельбе».

РАЗДЕЛ 5. Контрольный

Тема 15. Контрольные нормативы

Практическое занятие 56,57,58,59,60,61

Сдача нормативов физической подготовленности студентов.

Сдача нормативов по ППФП.

Выполнение заданий по теме

Самостоятельная работа 39,40

Самостоятельная работа 39,40:

Выполнение реферата по теме «Образ жизни студентов и его влияние на здоровье» и «Закаливание воздухом, солнцем, водой».

3. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

3.1. Критерии оценки умений выполнения *ситуационных задач, индивидуальных и групповых творческих заданий:*

| Критерий | Оценка в журнал |
|---------------------------|-----------------|
| Верное решение 51-100 % | зачтено |
| Правильное решение 0-50 % | незачтено |

3.2. Критерии оценки результатов *выполнения заданий (индивидуальных и тестовых) по теме:*

| Критерий | Оценка в журнал |
|---------------------------------|-----------------|
| Не менее 90% правильных ответов | 5 |
| 70-89% правильных ответов | 4 |
| 50-69% правильных ответов | 3 |

3.3. Критерии оценки знаний путем *устного и фронтального* опроса:

Оценка **5** (*отлично*) выставляется студентам, освоившим все предусмотренные профессиональные и общие компетенции, обнаружившим всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой, продемонстрировавшим умение применять теоретические знания для решения практических задач, умеющим находить необходимую информацию и использовать ее, а также усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Оценка **4** (*хорошо*) выставляется студентам, овладевшим общими и профессиональными компетенциями, продемонстрировавшим хорошее знание учебно-программного материала, успешно выполняющим предусмотренные в программе задания, усвоившим основную литературу, рекомендованную в программе, а также показавшим систематический характер знаний по дисциплине, способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Оценка **3** (*удовлетворительно*) выставляется студентам, обнаружившим знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справляющемся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомым с основной литературой, рекомендованной программой, допустившим погрешности в устном ответе и при выполнении заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя. Общие и профессиональные компетенции у таких студентов сформированы либо сформированы частично и находятся на стадии формирования, но под руководством преподавателя будут полностью сформированы.

Оценка **2** (*неудовлетворительно*) выставляется студентам, обнаружившим пробелы в знаниях основного учебно-

программного материала, допустившим принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, если общие и профессиональные компетенции не сформированы, виды профессиональной деятельности не освоены, если не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании техникума без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

3.4. Критерии оценки знаний путем *письменного опроса*:

Оценка **5** (*отлично*) выставляется студентам, освоившим все предусмотренные профессиональные и общие компетенции, обнаружившим всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой, продемонстрировавшим умение применять теоретические знания для решения практических задач, умеющим находить необходимую информацию и использовать ее, а также усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Оценка **4** (*хорошо*) выставляется студентам, овладевшим общими и профессиональными компетенциями, продемонстрировавшим хорошее знание учебно-программного материала, успешно выполняющим предусмотренные в программе задания, усвоившим основную литературу, рекомендованную в программе, а также показавшим систематический характер знаний по дисциплине, способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Оценка **3** (*удовлетворительно*) выставляется студентам, обнаружившим знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справляющемуся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомым с основной литературой, рекомендованной программой, допустившим погрешности в устном ответе и при выполнении заданий, но обла-

дающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя. Общие и профессиональные компетенции у таких студентов сформированы либо сформированы частично и находятся на стадии формирования, но под руководством преподавателя будут полностью сформированы.

Оценка **2 (неудовлетворительно)** выставляется студентам, обнаружившим пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившим принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, если общие и профессиональные компетенции не сформированы, виды профессиональной деятельности не освоены, если не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании техникума без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.