



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D05D015A41D43C257354C52FBD093F88

Владелец: РОССИЙСКИЙ БИОТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ (РОСБИОТЕХ)

Действителен: с 11.11.2024 по 04.02.2026

«РОССИЙСКИЙ БИОТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ (РОСБИОТЕХ)»

«МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности

15.02.10 Мехатроника и робототехника (по отраслям)

Уровень образования:		Среднее профессиональное образование
Специальность		15.02.10 Мехатроника и робототехника (по отраслям)
Наименование квалификации		Техник-мехатроник
Форма обучения		Очная
Срок освоения образовательной программы в соответствии с ФГОС (очная форма)		2 года 10 месяцев <i>(на базе среднего общего образования)</i>
Год начала подготовки		2026 г.
В соответствии с утвержденным УП:		
	шифр и наименование дисциплины	СГЦ.04 Физическая культура
	семестры реализации дисциплины	1-6 семестр
	форма контроля	зачет в 1,2,3,4,5 семестре; зачет с оценкой в 6 семестре

ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (ФОС) разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности 15.02.10 Мехатроника и робототехника (по отраслям), утвержденного Приказом Министерства Просвещения России от 11 ноября 2022 года № 974 и в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины СГЦ.04 Физическая культура. ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме зачета и дифференцированного зачета (вопросы к зачету и дифференцированному зачету)

1. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Ко д ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 08	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии; взаимодействовать с коллегами.	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии; средства профилактики перенапряжения сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей.

2. Условия аттестации

Промежуточная аттестация не проводится.

3. Программа оценивания контролируемой компетенции

№ п.п .	Контролируемые модули, разделы (темы) дисциплины и их наименование	Код контролируемой компетенции или её части)	Наименование оценочного средства
1	Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и формирование ЗОЖ	ОК 08	Портфолио и/или тестирование
2	Раздел 2. Практические основы формирования физической культуры личности	ОК 08	Наблюдения в ходе выполнения практических занятий
Промежуточная аттестация		ОК 08	Вопросы к зачету Вопросы к зачету с оценкой

Примерная тематика для портфолио

1. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции.
2. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической направленности.
3. Характеристика психофизиологических состояний человека и использование двигательной активности для их коррекции
4. Исторические аспекты изменений правил игры в волейбол (баскетбол).
5. История Олимпийского движения: от Древней Греции до современности.
6. Виды лыжного спорта, их развитие. Успехи российских спортсменов на международных соревнованиях.
7. Анатомия человеческого тела и влияние физической культуры на состояние здоровья.
8. Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении.
9. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности финансового работника
10. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата.
11. Профилактика профессиональных заболеваний с помощью средств физической культуры.
12. Упражнения для коррекции зрения, их использование в профессиональной деятельности.
13. Методика определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста.
14. Составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности специалиста.

Критерии оценки портфолио

Критерии: Соответствие теме, глубина проработки материала, правильность и полнота использования источников, владение терминологией и культурой речи, оформление портфолио

Оценка «отлично» выставляется студенту если выполнены все требования к написанию и защите портфолио: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан

объём, соблюдены требования к внешнему оформлению.

Оценка «хорошо» - основные требования к портфолио и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты, например, имеются неточности в изложении материала, не выдержан объём портфолио.

Оценка «удовлетворительно» – имеются существенные отступления от требований к формированию портфолио, например, допущены фактические ошибки в содержании портфолио, отсутствует вывод.

Оценка «неудовлетворительно» – тема портфолио не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы или портфолио не представлено.

Вопросы к устному тестированию

1. Базовые понятие физической культуры: основные компоненты.
2. Гуманитарная значимость физической культуры.
3. Задачи, средства и методы ЛФК при заболеваниях: органов пищеварения, органов дыхания.
4. Задачи, средства и методы ЛФК при заболеваниях: сердечно-сосудистой системы и т.д. Контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом, оценка состояния сердечно-сосудистой системы.
5. Контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом, оценка состояния дыхательной системы.
6. Контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом, оценка состояния нервной системы.
7. Методические принципы и методы физического воспитания.
8. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
9. Основы социологии физической культуры и спорта.
10. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей.
11. Профилактика травматизма, острые патологические состояния и оказание первой доврачебной помощи.
12. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной, средства физической культуры в регулировании работоспособности.
13. Роль спорта в формировании общественного поведения молодежи.
14. Содержание физического воспитания студенческой молодежи (мотивационно – ценностные компоненты физической культуры).
15. Социально-биологические основы физической культуры.
16. Уровень здоровья людей в современных условиях: основные компоненты.
17. Физическая культура и спорт в решении социологических проблем.
18. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов.
19. Физическая культура и стресс.
20. Физическая культура работников умственного труда.
21. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: выносливость.
22. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: сила.
23. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: гибкость.
24. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: ловкость.
25. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития: быстрота.
26. Физические качества, методы и средства их воспитания, контроль уровня развития.
27. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: новорожденного и

грудного возраста.

28. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: дошкольного и школьного возраста.

29. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: младшего школьного и старшего школьного возраста.

30. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: юношеского и зрелого возраста.

31. Физическое воспитание в различных возрастных периодах: пожилого и старческого возраста.

32. Формирование личности под воздействием занятиями физической культуры и спортом в период: младшего школьного и старшего школьного возраста.

33. Формирование личности под воздействием занятиями физической культуры и спортом в период: юношеского и зрелого возраста.

34. Характеристика профессиональной деятельности и задачи профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП). Критерии оценки устного тестирования

Оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если он посещал занятия, усвоил программный материал курса, стал контролировать нормативы, понимает роль физической культуры в профессиональной деятельности, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с вопросами, использует на практике знания о здоровом образе жизни. Оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся, который посетил мало занятий, не сдал контрольные нормативы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями отвечает на дополнительные вопросы

Тест

1. Из перечисленного к методологическим подходам построения концепции валеологического воспитания молодежи относят:

- 1) системно-ценностный подход;
- 2) личностно-ориентированный подход;
- 3) образовательный подход;
- 4) воспитательный подход

Правильным ответом является

1. 2, 3, 4
2. 1, 3, 4
3. 1, 2, 3
4. 1, 2, 4

2. Программа олимпийского образования детей и молодежи представлена следующими направлениями:

- 1) познавательными;
- 2) мотивационными;
- 3) практическими;
- 4) деятельностными.

Правильным ответом является

1. 2, 3, 4
2. 1, 3, 4
3. 1, 2, 4
4. 1, 2, 3

3. Использование средств физической культуры после окончания рабочего дня, в выходные дни и в период каникул предусматривает _____ направление самостоятельных занятий

1. тактико-техническое
2. профессионально-прикладное
3. оздоровительно-рекреативное

4. теоретическое
4. Желательно сочетать с самомассажем и закаливанием такую форму самостоятельных занятий физическими упражнениями, как
 1. физкультминута
 2. утренняя гигиеническая гимнастика
 3. упражнения в течение рабочего дня
 4. учебно-тренировочные занятия
5. Возможность формирования у человека теоретических знаний, охватывающих спектр философских, медицинских и других наук, тесно связанных с физкультурным знанием, составляют сущность ... воспитания.
6. Знания об истоках спорта, генезисе олимпийского движения относят к ...? Гуманистические основы спорта, развитие олимпийского движения в соответствии с идеологией Олимпийской хартии относятся к ... ценностям
7. Формирование интереса к спорту, потребностей в спортивных занятиях, стремления к достижению спортивного результата составляет сущность одного из направлений программы олимпийского образования детей и молодежи, которое называется ...?
8. Создателем курсов организованного физического воспитания обучающихся в России был ...? (П.Ф. Лесгафт)
9. Соотнесите понятие основ системы физического воспитания с их определяющими характеристиками

Критерии оценки для тестирования:

- «5» - 85-100% верных ответов
- «4» - 69-84% верных ответов
- «3» - 51-68% верных ответов
- «2» - 50% и менее