



Автономная некоммерческая образовательная организация  
высшего образования  
«Воронежский экономико-правовой институт»  
(АНОО ВО «ВЭПИ»)

УТВЕРЖДАЮ

Проректор

по учебно-методической работе

А.Ю. Жильников

« 22 »

мая 2022

г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ДИСЦИПЛИНЫ**

ОГСЭ.04.Физическая культура Адаптивная физическая культура

(шифр и наименование дисциплины)

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

(код и наименование специальности)

Квалификация выпускника

бухгалтер

(наименование квалификации)

Уровень базового образования обучающихся

Среднее общее образование

(основное / среднее общее образование)

Вид подготовки

базовый

(базовый / углубленный)

Форма обучения

очная / заочная

(очная, заочная)

Год начала подготовки

2022

Воронеж 2022

Фонд оценочных средств дисциплины одобрен на заседании кафедры  
общих дисциплин.

Протокол от 24 ноября 2021 г. № 4.

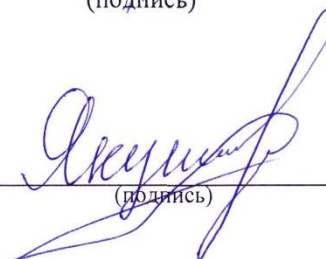
Заведующий кафедрой

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

В.А. Семилетова  
(инициалы, фамилия)

Разработчик:

\_\_\_\_\_  
преподаватель  
(занимаемая должность)

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_  
А.А. Якушев  
(инициалы, фамилия)

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОГСЭ.04.Физическая культура / Адаптивная физическая культура

(индекс, наименование дисциплины)

## 1.1. Общие положения

Фонд оценочных средств по дисциплине разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования 38.02.01 Экономика и бухгалтерский (учет по отраслям), утвержденного приказом Минобрнауки России от 09.12.2016 № 1547 и является частью образовательной программы в части освоения соответствующих общих компетенций (далее – ОК) и профессиональных компетенций (далее – ПК):

Код компетенции	Наименование компетенции
ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие
ОК 04	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

## 1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина ОГСЭ.04.Физическая культура / Адаптивная физическая культура относится к дисциплинам общегуманитарного и социально-экономического цикла.

## 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- 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 (специальности).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности);
- средства профилактики перенапряжения.

Формой промежуточной аттестации по дисциплине является экзамен и зачет.

## 2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Формы и методы контроля результатов обучения

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки
<p>Знания:</p> <p>Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Основы здорового образа жизни;</li><li>• Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)</li><li>• Средства профилактики перенапряжения</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Компьютерное тестирование на знание терминологии по теме</li><li>• Тестирование</li><li>• Контрольная работа</li><li>• Самостоятельная работа</li><li>• Защита реферата</li><li>• Семинар</li><li>• Защита курсовой работы (проекта)</li><li>• Выполнение проекта</li><li>• Наблюдение за выполнением практического задания. (деятельностью студента)</li><li>• Оценка выполнения практического задания(работы)</li><li>• Подготовка и выступление с докладом, со-общением, презентацией</li><li>• Решение ситуационной задачи</li></ul>
<p>Умения:</p> <p>Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности</li><li>• Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)</li></ul>	

## 2.2. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины по темам (разделам)

Наименование темы (раздела)	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые ОК, ПК, У, З	Форма контроля	Проверяемые ОК, ПК, У, З
Раздел 1. Основы физической культуры.	Сдача нормативов, решение тестов, реферат		Экзамен и зачет	
Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Раздел 2. Легкая атлетика.	Сдача нормативов, решение тестов, реферат			
Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Тема 2.2. Бег на длинные дистанции	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Тема 2.3. Бег на средние дистанции. Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Раздел 3. Баскетбол.	Сдача нормативов, решение			

	тестов, реферат			
Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Тема 3.2. Техник выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение –2 шага – бросок	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Тема 3.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Раздел 4. Волейбол.	Сдача нормативов, решение тестов, реферат			
Тема 4.1. Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передач двумя руками	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Тема 4.2. Техника нижней подачи и приёма после неё	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		

Тема 4.3. Техника прямого нападающего удара	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Тема 4.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Раздел 5. Легкоатлетическая гимнастика	Сдача нормативов, решение тестов, реферат			
Тема 5.1 Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		
Раздел 6. Лыжная подготовка	Сдача нормативов, решение тестов, реферат			
Тема 6.1. Лыжная подготовка	Сдача нормативов, решение тестов, реферат	ОК 3 ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8		



### **3.ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

#### **3.1. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний и умений в процессе освоения дисциплины**

##### **3.1.1. Типовые контрольные задания для текущего контроля**

1. Физическая культура в системе общекультурных ценностей.
2. Физическая культура в СПО.
3. История возникновения и развития Олимпийских игр.
4. Контроль, самоконтроль в занятиях физической культурой и спортом. Профилактика травматизма.
5. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее значение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
6. Здоровый образ жизни студентов.
7. Символика и атрибутика Олимпийских игр.
8. Двигательный режим и его значение.
9. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
10. Роль общеразвивающих упражнений в физической культуре.
11. Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями.
12. Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.
13. Атлетическая гимнастика и ее влияние на организм человека.
14. Бег, как средство укрепления здоровья.
15. Научная организация труда : утомление, режим, гиподинамия, работоспособность, двигательная активность, самовоспитание.
16. Гигиенические и естественные факторы природы: режим труда и отдыха; биологические ритмы и сон; наука о весе тела и питании человека.
17. Формирование двигательных умений и навыков.
18. Воспитание основных физических качеств человека (определение понятия, методика воспитания качества).
19. Основы спортивной тренировки.
20. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
21. Организм, как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
22. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма.
23. Внешняя среда и ее воздействие на организм человека.
24. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
25. Утомление при физической и умственной работе. Восстановление.
26. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
27. Влияние физкультуры на опорно-двигательный аппарат

28. Гиподинамия, гипокинезия
29. Закаливание как оздоровительная система
30. Связь интенсивности физических упражнений с объемом учебной и умственной деятельности
31. Использование индивидуальной двигательной активности и основных валеологических факторов для профилактики и укрепления здоровья (при различных заболеваниях).
32. Спортивный комплекс ГТО в системе физического воспитания студентов музыкального колледжа.
33. Двигательная активность человека: чудо, которое всегда с тобой.
34. Рекорды и мифы древних олимпиад. и др.

### **3.1.2. Типовые контрольные задания для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

1. Дайте определение понятию «физическая культура» и раскройте его
2. Дайте определение основным понятиям теории физической культуры, ее компонентам.
3. Сформулируйте цель, задачи и опишите формы организации физического воспитания.
- Назовите задачи физического воспитания студентов в вузе.
4. Перечислите основные компетенции студента, формируемые в результате освоения дисциплины «Физическая культура».
5. Перечислите основные требования, предъявляемые к студенту в процессе освоения дисциплины «Физическая культура».
6. Перечислите основные требования, необходимые для успешной аттестации студента (получение «зачета») по дисциплине «Физическая культура».
7. Что являлось единственным состязанием первых тринадцати игр древности?
8. Чем награждались победители олимпийских игр древности?
9. С какой целью возродил Олимпийские игры Пьер де Кубертен?
10. Что означает каждое из пяти олимпийских колец?
11. Назовите традиционные ритуалы олимпийских игр современности.
12. Какие организации включает в себя олимпийское движение?
13. Какие виды спорта входят в обязательную программу летних и зимних Универсиад?
14. Каковы цели введения комплексов БГТО и ГТО?
15. Назовите главные задачи возрождения физкультурно-спортивного комплекса
16. Что такое здоровье?
17. Какое здоровье определяет духовный потенциал человека?
18. Какие факторы окружающей среды влияют на здоровье человека?

19. Какова норма ночного сна?
20. Укажите среднее суточное потребление энергии у девушек.
21. Укажите среднее суточное потребление энергии у юношей.
22. За сколько времени до занятий физической культурой следует принимать пищу?
23. Укажите в часах минимальную норму двигательной активности студента в неделю.  
Укажите важный принцип закаливания организма
24. Дайте определение понятию «лечебная физическая культура». Кратко опишите ее цель и задачи.
25. Как действуют физические упражнения на организм человека?
26. Перечислите механизмы лечебного действия физических упражнений.
27. Какие средства используются лечебной физической культурой?
28. Классификация и характеристика физических упражнений.
29. Формы лечебной физической культуры.
30. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
31. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания.
32. Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ.
33. Показания и противопоказания к занятиям лечебной физической культурой
34. Какие системы классификаций видов спорта вы знаете?
35. Как влияет избранный вами вид спорта (вид двигательной активности) на ваше физическое развитие, физическую подготовленность, вашу психоэмоциональную сферу?
36. Каковы пути достижения физической, технической, тактической и психологической подготовленности в избранном виде спорта?
37. Как спланировать тренировочный процесс в избранном виде спорта (виде двигательной активности)?
38. Как контролировать эффективность тренировочных занятий?
39. Что представляет собой система студенческих спортивных соревнований?
40. Каковы цели и задачи проведения студенческих соревнований различного уровня?
41. Что представляют собой «необычные виды спорта»?
42. Какая существует классификация «необычных видов спорта»?
43. Какие необычные соревнования проводятся в России?
44. Какие необычные соревнования, проводимые за рубежом, вам видятся наиболее интересными?
45. Зачем проводятся такие необычные соревнования?

46. Какой вид проведения необычных соревнований могли бы предложить вы?
47. Мотивация и направленность самостоятельных занятий.
48. Утренняя гигиеническая гимнастика.
49. Физические упражнения в течение учебного дня: физкультминутки, физкультпаузы. Самостоятельные тренировочные занятия: структура, требования к организации и проведению.
50. Мотивация выбора видов двигательной активности
51. Самостоятельные занятия оздоровительным бегом.
52. Самостоятельные занятия лыжным спортом.
53. Самостоятельные занятия спортивными играми.
54. Самостоятельные занятия ритмической гимнастикой.
55. Самостоятельные занятия избранным вами видом физической активности (спортом).
56. Охарактеризуйте субъективные и объективные показатели самоконтроля.
57. Какую информацию о состоянии организма во время занятий физическими упражнениями студент может собрать при помощи самоконтроля?
58. Какие существуют виды диагностики?
59. На что направлен и что включает в себя врачебный контроль?
60. Каково содержание педагогического контроля?
61. С помощью каких основных показателей можно оценить уровень функционального состояния и тренированности?
62. Как оценить физическое состояние при помощи тестирования и контрольных нормативов?
63. Антропометрические признаки физического развития. Рост, вес, окружность грудной клетки, ручная динамометрия.
64. Методика определения артериального давления.

## 3.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания уровня сформированности знаний и умений

### 3.2.1. Критерии оценивания работы на семинаре и участия в деловой игре

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
активное участие, обучающийся сам вызывается отвечать, дает четкие, грамотные развернутые ответы на поставленные вопросы, приводит примеры из реальной жизни; полно и обосновано отвечает на дополнительные вопросы; грамотно использует понятийный аппарат и профессиональную терминологию	в целом активное участие, обучающийся дает правильные в целом грамотные ответы, но для уточнения ответа требуются наводящие вопросы; достаточно полно отвечает на дополнительные вопросы при использовании профессиональной терминологии допускает незначительные ошибки	обучающийся правильно излагает только часть материала, затрудняется привести примеры; недостаточно четко и полно отвечает на дополнительные вопросы; при использовании профессиональной терминологии допускает незначительные ошибки	обучающийся дает ответ с существенными ошибками или отказывается ответить на поставленные вопросы; не отвечает на дополнительные вопросы; профессиональной терминологией не владеет или допускает существенные ошибки при использовании терминов

### 3.2.2. Критерии оценивания решения ситуационно-прикладных задач

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
обучающийся дает полный и правильный ответ на вопросы задачи; подробно аргументирует решение, демонстрирует глубокое знание теоретических аспектов решения	в решении были допущены незначительные ошибки, аргументация решения достаточная, продемонстрировано общее знание теоретических аспектов решения	частично правильное решение ситуационно-прикладных задачи, недостаточная аргументация ответа, знание лишь отдельных теоретических аспектов решения	ответ не соответствует критериям оценки «удовлетворительно»

### 3.2.3. Критерии оценивания внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы могут быть:

- для овладения знаниями: чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы); составление плана текста; графическое изображение структуры текста; конспектирование текста; выписки из текста; работа со словарями и справочниками; ознакомление с нормативными документами; учебно-исследовательская работа; использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.;

- для закрепления и систематизации знаний: работа с конспектом лекции (обработка текста); повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей); составление плана и тезисов ответа; составление таблиц для систематизации учебного материала; изучение нормативных материалов; ответы на контрольные вопросы; аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент - анализ и др.); подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции; подготовка рефератов, докладов; составление библиографии, тематических кроссвордов; тестирование и др.;

- для формирования умений: решение ситуационно-прикладных задач и упражнений по образцу; решение вариативных задач и упражнений; решение ситуационных производственных (профессиональных) задач; подготовка к деловым играм; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности.

Виды заданий для внеаудиторной самостоятельной работы, их содержание и характер могут иметь вариативный и дифференцированный характер, учитывать специфику специальности, изучаемой дисциплины, индивидуальные особенности студента.

При предъявлении видов заданий на внеаудиторную самостоятельную работу рекомендуется использовать дифференцированный подход к студентам. Перед выполнением студентами внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит инструктаж по выполнению задания, который включает цель задания, его содержание, сроки выполнения, ориентировочный объем работы, основные требования к результатам работы, критерии оценки. В процессе инструктажа преподаватель предупреждает студентов о возможных типичных ошибках, встречающихся при выполнении задания. Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины.

Во время выполнения студентами внеаудиторной самостоятельной работы и при необходимости преподаватель может проводить консультации за счет общего бюджета времени, отведенного на консультации.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в

письменной, устной или смешанной форме, с представлением изделия или продукта творческой деятельности студента.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентом учебного материала;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- сформированность общеучебных умений;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями.

### **3.2.4. Критерии оценивания знаний и умений по итогам освоения дисциплины**

Промежуточная аттестация (итоговый контроль) проводится в форме экзамена и зачета в ходе экзаменационной сессии с выставлением итоговой оценки по дисциплине. К экзамену допускаются студенты, успешно выполнившие все виды отчетности, предусмотренные по дисциплине учебным планом. В ходе экзамена проверяется степень усвоения материала, умение творчески и последовательно, четко и кратко отвечать на поставленные вопросы, делать конкретные выводы и формулировать обоснованные предложения. Итоговая оценка охватывает проверку достижения всех заявленных целей изучения дисциплины и проводится для контроля уровня понимания студентами связей между различными ее элементами.

В ходе итогового контроля акцент делается на проверку способностей студентов к творческому мышлению и использованию понятийного аппарата дисциплины в решении профессиональных задач по соответствующей специальности.

Знания, умения и навыки обучающихся на экзамене оцениваются по пятибалльной системе. Оценка объявляется студенту по окончании его ответа на экзамене. Положительная оценка («отлично», «хорошо», «удовлетворительно») заносится в зачетно-экзаменационную ведомость и зачетную книжку лично преподавателем. Оценка «неудовлетворительно» проставляется только в экзаменационную ведомость студента.

Общими критериями, определяющими оценку знаний на экзамене, являются:

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
наличие глубоких, исчерпывающих знаний в объеме пройденного курса в соответствии с поставленными	наличие твердых и достаточно полных знаний в объеме пройденного курса в соответствии с целями	наличие твердых знаний в объеме пройденного курса в соответствии с целями обучения, но изложение ответов с ошибками, исправляемыми	наличие грубых ошибок в ответе, непонимание сущности излагаемого вопроса, неумение применять знания на практике, неуверенность и неточность ответов на дополнительные и

<p>программой курса целями обучения, правильные, уверенные действия по применению полученных знаний на практике, грамотное и логически стройное изложение материала при ответе, знание дополнительно рекомендованной литературы</p>	<p>обучения, незначительные ошибки при освещении заданных вопросов, правильные действия по применению знаний на практике, четкое изложение материала</p>	<p>после дополнительных вопросов, необходимость наводящих вопросов, в целом правильные действия по применению знаний на практике</p>	<p>наводящие вопросы</p>
---	--	--	--------------------------

«Зачтено»	«Не зачтено»
<p>даны в основном правильные ответы на все поставленные вопросы; правильно решены практические задания; в ответах в основном выделялось главное, показано умение анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии.</p>	<p>не выполнены требования, соответствующие оценке «зачтено».</p>