

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**ФИНАНСОВЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

ЛИПЕЦКИЙ ФИЛИАЛ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Липецкого филиала
Финуниверситета
Н.Н. Нестерова
«28» июня 2023 г.»



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОПБ.07 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

для проведения процедуры контроля остаточных знаний и диагностических работ
по специальности среднего профессионального образования

38.02.07 Банковское дело

Форма обучения – очная

Фонд оценочных средств разработан на основе рабочей программы по дисциплине «Физическая культура» и в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 38.02.07 «Банковское дело», утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 67 от 05.02.2018, а также Примерной основной образовательной программы по специальности 38.02.07 Банковское дело (организация разработчик: Федеральное учебно-методическое объединение СПО по укрупненной группе специальностей УГС 38.00.00 Экономика и управление). – Липецк: Финансовый университет (Липецкий филиал), 2023. – 40 с.

Нормативный срок обучения - 2 года 10 месяцев на базе основного общего образования.

Разработчики:

Мельников В.В. – к.п.н., доцент, доцент кафедры "Менеджмент и общегуманитарные дисциплины" Липецкого филиала Финуниверситета.

Рецензент:

Полянская М.А. – преподаватель ГОБПОУ «Липецкий торгово-технологический техникум».

Фонд оценочных средств дисциплины рассмотрен и рекомендован к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии и методического объединения профессионального мастерства в 2023-2024 учебном году.

Приказ от «19» июня 2023 г. № 39-1/о

Заместитель директора

По учебно-методической работе _____ О.Н. Левчegov



© Мельников В.В., 2023

© Липецкий филиал Финуниверситета, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Фонд оценочных средств предназначен для контроля и оценки результатов освоения необходимых знаний и умений обучающихся, осваивающих программу дисциплины «Физическая культура» специальности среднего профессионального образования 38.02.07 Банковское дело.

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

ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ПК 2.1. Оценивать кредитоспособность клиентов;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся:

должен приобрести практический опыт:

- сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;

- приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;

- формирование личностных ценностно - смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;

- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;

- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;

- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности.

должен уметь:

- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

- владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности, выполнять нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

должен знать:

- разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

- основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

2.Оценочные материалы

Задания для текущего контроля Практическое тестирование по разделу 1. Легкая атлетика

Критерии оценки:

№ п/п	Тест	Пол	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 100 м	Д	14,0	14,5	15,0
		Ю	12,5	13,0	13,5
2.	Бег 200 м	Д	37,0	40,0	45,0
		Ю	31,0	33,0	35,0
3.	Прыжок в длину с места	Д	185	170	160
		Ю	220	210	190

Задания для текущего контроля Практическое тестирование по разделу 2. Гимнастика

Критерии оценки по контрольному тестированию:

Оценка «Отлично» ставится студенту, если комплекс упражнений был выполнен в полном объеме и технически точно.

Оценка «Хорошо» ставится студенту, если при выполнении комплекса упражнений были упущены до 3-х упражнения, и были незначительные ошибки в технике выполнения.

Оценка «Удовлетворительно» ставится студенту, если при выполнении комплекса упражнений были упущены свыше 3-х упражнений, и в технике выполнения были допущены значительные ошибки.

Оценка «Неудовлетворительно» ставится студенту, если студент не выполнил ни одного упражнения из назначенного комплекса.

Длинный кувырок вперед. Техника выполнения: выполняется из положения стоя с места или с разбега. Обучающийся отталкивается 2 мя ногами от пола и происходит фаза полёта, приземляясь на обе руки голову убирает под себя, и сгруппировавшись выполняет кувырок, выходит в положение упор присед, становится на обе ноги, руки разводит в сторону, и фиксирует движение на 1-2 секунды.

Ошибки: не правильная основная стойка, нет группировки, отсутствие техники выполнения упражнения, отсутствие фазы полёта.

Критерии оценивания: оценивание происходит по правильности выполнения упражнения (правильная стойка, правильная группировка, выполнение кувырка по прямой линии).

Кувырок назад. Техника выполнения: выполняется из положения упор присед. Сгруппировавшись обучающийся наклоняется вперед, затем перекатившись на спину руками отталкивается от пола и выполняет кувырок назад, приходя в исходное положение упор присед, встаёт, разводит руки в стороны и фиксирует стойку на 1-2 секунды.

Ошибки: не правильная основная стойка, нет группировки, отсутствие техники выполнения упражнения, не отталкивает себя руками от пола.

Критерии оценивания: оценивание происходит по правильности выполнения упражнения (правильная стойка, правильная группировка, выполнение кувырка по прямой линии).

Стойка на лопатках (девочки). Техника выполнения: выполняется из положения лёжа на спине. Обучающаяся поднимает ноги вверх, становясь на лопатки, при этом руками поддерживает себя за поясницу, а локтями упирается в пол. Ноги должны быть вместе, носы вытянуты и смотреть вверх. Зафиксироваться в стойке на 2-3 секунды.

Ошибки: упор идёт на спину, а не на лопатки, ноги врозь и не образуют прямой линии с телом.

Критерии оценивания: чем выше обучающаяся стоит на лопатках и чем прямее у него ноги по отношению к телу, тем выше ему ставится отметка.

Стойка на голове (юноши). Техника выполнения: выполняется из положения упор присед. Обучающийся упирается головой и руками в пол, образуя треугольник, отталкивается двумя ногами от пола и, удерживая равновесие выпрямляет ноги вверх (при этом ему могут, как и учитель, так и кто-то из назначенных учеников помочь в начале удержать равновесие). Зафиксироваться на 2-3 секунды и вернуться в упор присед.

Ошибки: не может удержать равновесие, тело не составляет одну прямую линию.

Критерии оценивания: оценивается правильность выполнения упражнения, дополнительный бал добавляется, если обучающийся без посторонней помощи справился самостоятельно.

Задания для текущего контроля

Практическое тестирование по разделу 3. Лыжная подготовка

Критерии оценки:

Контрольное упражнение	пол	время	«5»	«4»	«3»
Бег на лыжах 3 км	Д	мин:сек	18:00	19:00	20:00
Бег на лыжах 5 км	Ю	мин:сек	25:00	26:00	28:00

Задания для текущего контроля

Практическое тестирование по разделу 4. Волейбол

Критерии оценки:

Контрольное упражнение	«5»	«4»	«3»	«2»
верхняя прямая подача (раз)	5	4	3	2
нижняя прямая подача (раз)	5	4	3	2
практическое судейство	знает и умеет на практике применять судейскую жестикуляцию.	знает жестикуляцию, немного путается в применении.	знает жестикуляцию, но имеет значительные ошибки в применении	не знает жестикуляцию.

Задания для текущего контроля
Практическое тестирование по разделу 5. Баскетбол

Критерии оценки:

оценка «**отлично**» выставляется студенту, если:

- 1 задание - пять из пяти попаданий мяча в кольцо;
- 2 задание - девушки без потерь выполняют пять передач с дальнейшим попаданием мяча в кольцо; юноши без потерь выполняют четыре передачи с дальнейшим попаданием мяча в кольцо;
- 3 задание - выполняющий задание, технически правильно исполняет: ведение мяча, два шага, прыжок вверх, тем самым оказываясь как можно ближе к кольцу и результативный бросок;
- 4 задание - знает и умеет на практике применять судейскую жестикуляцию.

оценка «**хорошо**»

- 1 задание - четыре из пяти попаданий;
- 2 задание - девушки с одной потерей выполняют пять передач с дальнейшим попаданием мяча в кольцо; юноши с одной потерей выполняют четыре передачи с дальнейшим попаданием мяча в кольцо;
- 3 задание - выполняющий задание исполняет: ведение мяча, два шага, --- и результативный бросок;
- 4 задание - знает жестикуляцию, немного путается в применении.

оценка «**удовлетворительно**»

- 1 задание - три из пяти попаданий;
- 2 задание - девушки с одной потерей выполняют шесть передач с дальнейшим попаданием мяча в кольцо; юноши с одной потерей выполняют пять передач с дальнейшим попаданием мяча в кольцо;
- 3 задание - выполняющий задание исполняет: ведение мяча, ---, -- и результативный бросок;
- 4 задание - знает жестикуляцию, но значительные ошибки в применении.

оценка «**неудовлетворительно**»

- 1 задание - 1 или 2 из пяти попаданий;
- 2 задание - девушки с потерями выполняют более 4 передач с дальнейшим не попаданием мяча в кольцо; юноши с потерями выполняют более 5 передач с дальнейшим не попаданием мяча в кольцо;
- 3 задание - выполняющий задание ничего из ранее описанного не выполнил.
- 4 задание - не знает жестикуляцию и отказывается от судейства игры.

Задания для текущего контроля
Практическое тестирование по разделу 6. Общая физическая подготовка

Критерии оценки:

№ п/п	Тест	Пол	«5»	«4»	«3»
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	Д	17	11	8
	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (раз)	Ю	12	10	8
2.	Подтягивание на нижней перекладине (раз)	Д	19	13	11
	Подтягивание на высокой перекладине (раз)Подтягивание на нижней перекладине (раз)	Ю	13	11	8
3.	Кросс 2 – 3 км на время	Д 2км	10.30	10.56	12.30
		Ю 3 км	11.50	12.30	13.10