



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
Учебно-методическая документация

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОЦЕНКЕ КАЧЕСТВА ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность:

43.02.01 Туризм

Квалификация выпускника: специалист по туризму
(углублённая подготовка)

Разработчик: Петров О.Г., преподаватель

Методические рекомендации по оценке качества подготовки обучающихся приняты на заседании предметной (цикловой) комиссии общеобразовательных, общегуманитарных, социально-экономических, математических и естественно-научных дисциплин Гуманитарно-экономического колледжа.

Протокол № 1 от 31.08.17

Председатель предметной (цикловой) комиссии  Н.Х. Федорова

Содержание

Пояснительная записка	4
Текущий контроль успеваемости	6
Промежуточная аттестация	7
Критерии оценки	10
Информационное обеспечение обучения	13
Лист регистрации изменений	14

Пояснительная записка

Методические рекомендации по оценке качества подготовки обучающихся, являющиеся составной частью учебно-методического комплекса по дисциплине ОГСЭ.05 «Физическая культура» составлены в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 43.02.10 Туризм
2. Рабочей программой учебной дисциплины;
3. Примерной программой учебной дисциплины «Физическая культура»
4. Положением об оценке качества освоения обучающимися основных профессиональных образовательных программ среднего профессионального образования в колледжах НовГУ.

Методические рекомендации по оценке качества подготовки обучающихся охватывают весь объем содержания учебной дисциплины «Физическая культура», включают в себя все виды планируемых аттестационных мероприятий с указанием формы проведения, перечня вопросов и (или) практических заданий, критериев оценки.

Оценка качества подготовки обучающегося **проводится с целью** выявления уровня знаний, умений обучающегося.

После изучения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

-использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

Оценка качества подготовки обучающихся по данной дисциплине предусматривает следующие аттестационные мероприятия: текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию.

Текущий контроль успеваемости проводится по темам, разделам рабочей программы дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в соответствии с учебным планом: 3 семестр - зачет; 4 семестр – дифференцированный зачет; 5 семестр - зачет; 6 семестр - дифференцированный зачет; 7 семестр – зачет; 8 семестр - в форме дифференцированного зачета.

Текущий контроль успеваемости

Тема	Виды контроля, формы контроля
Тема 2.2. Легкая атлетика	Оценка выполнения двигательных действий (проводится в ходе занятий): ▪ бега на дистанции; ▪ прыжков в длину, в высоту Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением конкретно поставленной задачи по развитию физического качества средствами легкой атлетики. Оценка выполнения студентом индивидуального задания.
Тема 2. 3. Баскетбол	Оценка техники базовых элементов спортивных игр. Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм. Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением конкретно поставленной задачи по развитию физического качества средствами спортивных игр. Оценка выполнения студентом индивидуального задания.
Тема 2.4 Волейбол	Оценка техники базовых элементов спортивных игр. Оценка технико-тактических действий студентов в ходе проведения контрольных соревнований по спортивным играм. Оценка самостоятельного проведения студентом фрагмента занятия с решением конкретно поставленной задачи по развитию физического качества средствами спортивных игр. Оценка выполнения студентом индивидуального задания.
Тема 2.5 Лыжная подготовка	Оценка техники передвижения на лыжах различными ходами, техники выполнения поворотов, торможения, спусков и подъемов. Оценка выполнения студентом индивидуального задания.
Тема 2. 6 Аэробика.	Оценка техники выполнения комбинаций и связок. Оценка самостоятельного проведения фрагмента занятия. Оценка выполнения студентом индивидуального задания.

Тема 2.7 Атлетическая гимнастика	Оценка техники выполнения комбинаций и связок. Оценка самостоятельного проведения фрагмента занятия. Оценка выполнения студентом индивидуального задания
Тема 3.1 Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Промежуточная аттестация

Семестр 3: промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета

Перечень вопросов и практических заданий

1. Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность.
2. Компоненты здорового образа жизни.
3. Норма двигательной активности, гиподинамия и гипокинезия
4. Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье.
5. Коррекция индивидуальных нарушений здоровья.
6. Построения, перестроения, различные виды ходьбы,
7. Техники бега на короткие, средние и длинные дистанции,
8. Бег по прямой и виражу.
9. Эстафетный бег.
10. Техника спортивной ходьбы.

Семестр 4: промежуточная аттестация осуществляется в форме дифференцированного зачета

Перечень вопросов и практических заданий

1. Прыжки в длину
2. Прыжки в высоту
3. Ведение мяча в игре в баскетбол.
4. Передачи мяча.
5. Ловля мяча.
6. Броски мяча по кольцу с места, в движении.
7. Тактика игры в нападении.
8. Тактика игры в защите в баскетболе.
9. Групповые и командные действия игроков.
10. Двусторонняя игра.

Семестр 5: промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета

Перечень вопросов и практических заданий

1. Стойки в волейболе.
2. Перемещение по площадке.
3. Подача мяча
4. Прием мяча.
5. Передачи мяча. Нападающие удары.
6. Блокирование нападающего удара.
7. Страховка у сетки. Расстановка игроков.
8. Тактика игры в защите, в нападении.
9. Групповые и командные действия игроков.
10. Взаимодействие игроков.

Семестр 6: промежуточная аттестация осуществляется в форме дифференцированного зачета

Перечень вопросов и практических заданий

- 1.Классический ход на лыжах
2. Попеременные лыжные ходы.
3. Полуконьковый и коньковый ход.
- 4.Передвижение по пересеченной местности.
- 5.Повороты, торможения при ходьбе на лыжах.
- 6.Прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте.
- 7.Базовые шаги, движения руками в занятиях аэробикой.
- 8.Техника выполнения движений в аэробике.
- 9.Основные исходные положения.
- 10.Движения ногами и руками в различных видах аэробики.

Семестр 7: промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета

Перечень вопросов и практических заданий

- 1.Техника выполнения движений в шейпинге
- 2.Методы регулирования нагрузки в ходе занятий аэробикой.
3. Специальные комплексы развития гибкости и их использование в процессе физкультурных занятий.
- 4.Особенности использования атлетической гимнастики.
- 5.Упражнения на блочных тренажёрах для развития основных мышечных групп.
6. Упражнения со свободными весами: гантелями, штангами.
- 7.Упражнения с собственным весом.
- 8.Техника выполнения упражнений. Методы регулирования нагрузки
- 9.Комплексы упражнений для акцентированного развития определённых мышечных групп.
- 6.Круговая тренировка.
- 10.Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности.

Семестр 8-Форма промежуточной аттестации - **дифференцированный зачет**

Перечень вопросов и практических заданий

- 1.Основные факторы и дополнительные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП студентов с учётом специфики будущей профессиональной деятельности.
2. Цели и задачи ППФП с учётом специфики будущей профессиональной деятельности.
- 3.Профессиональные риски, обусловленные спецификой труда.
- 4.Средства, методы и методика формирования профессионально значимых двигательных умений и навыков
- 5.Средства, методы и методика формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств

6. Средства, методы и методика формирования устойчивости к профессиональным заболеваниям. Прикладные виды спорта.
7. Прикладные умения и навыки.
8. Физическая культура личности человека
9. Физическое развитие, физическое воспитание
10. Физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание.
11. Сущность и ценности физической культуры.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Зачет и дифференцированный зачет включает в себя текущие оценки, полученные обучающимися за усвоение всех составляющих успеваемости:

- знания;
- двигательные умения и навыки;
- сдвиги в развитии физических способностей;
- умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Оценка техники владения двигательными действиями и умениями:

для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

оценка 5 - движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив

оценка 4 - при выполнении студент действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок

оценка 3 - двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности, учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях

оценка 2 - движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

- оценка 5* – обучающийся умеет:
- самостоятельно организовать место занятий;
 - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях;
 - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги

- оценка 4*
- организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью;
 - допускает незначительные ошибки в подборе средств;
 - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги

- оценка 3*
- более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов

оценка 2

- обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов

Уровень физической подготовленности обучающихся

оценка 5

- исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту студента в показателях физической подготовленности за определенный период времени

оценка 4 - исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста

оценка 3 - исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту

оценка 2 - обучающийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов.)

Оценка устных ответов:

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

Оценка «2» выставляется за непонимание и незнание материала темы.

Оценка письменной работы:

«отлично» -

- информация отражена логично, в полном объеме, верно или есть 1 несущественная ошибка,
- сделаны выводы,
- работа сдана в указанные сроки,
- оформлена эстетично;

«хорошо» -

- информация отражена с небольшими неточностями, без подробностей, в работе допущены 1-2 ошибки,
- сделаны выводы
- работа сдана в указанные сроки либо с задержкой не более 1 недели,
- оформлена эстетично;

«удовлетворительно» -

- выполнено верно 2/3 объема работы,
- нет выводов,
- работа сдана с задержкой более 1 недели,
- оформлена неэстетично;

«неудовлетворительно» - задание не выполнено.

Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 431 с.
2. Бишаева, А.А. Физическая культура: Учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования / А.А. Бишаева. - М.: ИЦ Академия, 2014. - 304 с.
3. Муллер, А.Б. Физическая культура: Учебник и практикум для СПО / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 424 с. 14. Петрова, В.И.
4. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. - М.: ЮНИТИ, 2016. - 431 с.

Дополнительные источники:

1. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учебное пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. - М.: КноРус, 2013. - 240 с. 10. Дианов, Д.В.
2. Мельников, П.П. Физическая культура и здоровый образ жизни студента (для бакалавров) / П.П. Мельников. - М.: КноРус, 2013. - 240 с.
3. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента (для бакалавров) / В.И. Петрова, А.Ю. Петров, А.Н. Сорокин. - М.: КноРус, 2014. - 304 с.
4. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура студента: Учебник для СПО. - 8-е изд., стер. - М.: Академия, 2013. - 176с.

Интернет-ресурсы:

1. www.lib.sportedu.ru
2. www.school.edu.ru
3. <http://www.infosport.ru/minsport/>

Перечень методических рекомендаций, разработанных преподавателем:

- 1 Методические рекомендации по оценке качества подготовки обучающихся
- 2 Методические рекомендации по практическим занятиям
- 3 Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

Номер изме- нения	Номер листа				Всего листов в документе	ФИО и подпись ответственного за внесение изменения	Дата внесения изменения	Дата введения изменения
	измененного	замененного	нового	изъятого				

