

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОЦЕНКЕ КАЧЕСТВА ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

ОУД.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность

34.02.01 Сестринское дело

Квалификация выпускника: медицинская сестра / медицинский брат

(базовая подготовка)

Разработчик:

В.В. Королёв – преподаватель Медицинского колледжа МПК Новгородского государственного университета имени Ярослава Мудрого

Методические рекомендации по оценке качества подготовки обучающихся *ОУД.05 Физическая культура* приняты на заседании предметной (цикловой) комиссии преподавателей общеобразовательных, общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин колледжа

Протокол № 1 от «03» сентября 2015г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии – Л.Д. Черкасова

1. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

по учебной дисциплине ОУД.05 Физическая культура

Специальность 34.02.01 Сестринское дело (базовая подготовка)

Наименование раздела, МДК, видов и этапов практики	Коды контролируемых компетенций	Результаты обучения (усвоенные знания, освоенные умения, практический опыт)/ основные показатели оценки результата*	Наименование контрольно-оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Раздел 1. Теоретическая часть. Тема 1.1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО Тема 1.2 Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья населения. Тема 1.3 Самостоятельные занятия физическими упражнениями. Самоконтроль. Тема 1.4 Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.		обучающийся должен уметь: – обосновывать значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний – составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики знать: – значение физической культуры для формирования личности профессионала, профилактики профзаболеваний; – формы и содержание физических упражнений; – основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиены; – требования, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности	<i>Тестовые задания</i> <i>Устный опрос</i> <i>Реферат</i>	<i>тестовые задания</i>

Раздел 2. Тема 2.1 Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	обучающийся должен уметь: – овладеть элементами техники беговых движений (кроссового бега, бега на короткие, средние и длинные дистанции), высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бега на 100м, эстафетного бега 4*100м, 4*400м; бега по прямой с различной скоростью, равномерного бега на дистанцию 2000м (девушки) и 3000м (юноши) – выполнять контрольные нормативы; – применять средства и методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности и для профилактики профессиональных заболеваний знать: – технику беговых упражнений – основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиены;	<i>Индивидуальные практические задания №1 (выполнение контрольных нормативов)</i>	
Тема 2.2 Волейбол	обучающийся должен уметь: – овладеть техникой базовых игровых элементов волейбола: исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди – животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты	<i>Индивидуальные практические задания №2</i>	

		– освоить правила игры, игры по упрощенным правилам – освоить технику безопасности игры, технику самоконтроля на занятиях – выполнять технику игровых элементов на оценку – оказывать первую помощь при травмах в игровой ситуации знать: – основные правила игры в волейбол, игры по упрощенным правилам – основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиены;		
Тема 2.3. Лыжная подготовка		обучающийся должен уметь: – овладеть элементами техники ходьбы на лыжах (лыжных ходов, перехода с одновременных лыжных ходов на попеременные, преодолевать подъемы и препятствия, выполнять переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни) – выполнять технику лыжного хода на оценку – разбираться в элементах тактики лыжных гонок: распределении сил, лидировании, обгоне, финишировании и др. – проходить дистанции до 3 км (девушки) и 5 км (юноши)	<i>Индивидуальные практические задания №3 (выполнение контрольных нормативов)</i>	

		– оказывать первую помощь при травмах и обморожениях знать: – правила соревнований, техники безопасности при занятиях лыжным спортом – основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиены;		
Тема 2.4. Гимнастика – акробатика		обучающийся должен уметь: – овладеть техникой общеразвивающих упражнений, упражнений в паре с партнером, упражнений с гантелями, набивными мячами, упражнений с мячом, обручем (девушки), – выполнять упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушения осанки, упражнения на внимание, упражнения висов и упоров у гимнастической стенки, упражнения для коррекции зрения) – выполнять комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики знать: – требования, которые предъявляет профессиональная деятельность к личности, ее психофизиологическим возможностям, здоровью и физической подготовленности	Индивидуальные практические задания №4	

		– основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиены;		
Тема 2.5. Баскетбол 		обучающийся должен уметь: – овладеть техникой базовых игровых элементов баскетбола: ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), приемы техники защиты– перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. – освоить правила игры, игры по упрощенным правилам баскетбола – освоить технику безопасности игры, технику самоконтроля на занятиях – выполнять технику игровых элементов на оценку – оказывать первую помощь при травмах в игровой ситуации знать: – основные правила и технику игры в баскетбол – основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиены;	<i>Индивидуальные практические задания №5</i>	
Тема 2.6. Лёгкая атлетика		обучающийся должен уметь: – освоить технику прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту – технически грамотно выполнять прыжки в	<i>Индивидуальные практические задания №6 (выполнение</i>	

		длину с разбега способом «согнув ноги», прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной. – выполнять метание гранаты весом 500г (девушки) и юноши 700 г; толкание ядра; – выполнять контрольные нормативы; знать: – технику прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту	<i>контрольных нормативов)</i>	
--	--	---	---------------------------------------	--