

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**

ФК.00 Физическая культура программы подготовки  
специалистов среднего звена

54.01.03 Фотограф

Форма обучения: очная

Владивосток 2020

Рабочая программа учебной дисциплины ФК.00 «Физическая культура», разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 54.01.03 Фотограф утвержденного приказом Минобрнауки России от 02.08.2013 (Ред. от 09.04.2015) г №724, примерной образовательной программой.

Разработчик: Д.А. Васильева, преподаватель Колледжа индустрии моды и красоты.

Рассмотрено и одобрено на заседании Методического совета СПО

от «04» 06 2021 г. протокол № 6

Председатель Методического совета СПО А.Т. Бондарь А.Т. Бондарь

## 1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы** Учебная дисциплина ФК.00 «Физическая культура» является частью общепрофессионального учебного цикла основной образовательной программы (далее ООП) в соответствии с ФГОС СПО по профессии 54.01.03 Фотограф.

### 1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

По итогам освоения дисциплины, обучающиеся должны продемонстрировать результаты обучения, соотнесённые с результатами освоения ООП СПО, приведенные в таблице.

Код компетенции	Умения	Знания
ОК2 ОК3 ОК6 ОК7	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	31. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; 32. Основы здорового образа жизни

## 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	88
В том числе:	
практические занятия	44
самостоятельная работа	44
промежуточная аттестация	зачет
Итоговая аттестация в форме	Дифференцированный зачет

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.			
<b>Тема 1.1. Легкая атлетика</b> Кроссовая подготовка.	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК2
	Практическое занятие № 1 «Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения. Спортивная ходьба, беговые упражнения».	2	ОК3
	Практическое занятие № 2 «Высокий и низкий старт. Стартовый разгон».	2	ОК6
	Практическое занятие № 3. «Бег по дистанции».	1	ОК7
	Практическое занятие № 4. «Бег по дистанции. Финиширование».	1	
	Практическое занятие № 5 «Бег на средние и длинные дистанции»	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Реферат на тему: «Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования»	2	
<b>Тема 1.2 Гимнастика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК2
	Практическое занятие № 6 «Основы ОФП с элементами общеразвивающих упражнений по гимнастике в парах»	2	ОК3
	Практическое занятие № 7 «Акробатические упражнения»	2	ОК6
	Практическое занятие № 8 «Упражнения на гимнастической стенке»	2	ОК7

	Практическое занятие № 9 «Упражнения на гимнастическом мате»	2	
	Практическое занятие № 10 «Упражнения на гимнастической скамейке»	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Реферат на тему: «Организм человека как единая саморазвивающаяся, саморегулируемая биологическая система». Реферат на тему: «Двигательная активность и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды».	4	
<b>Тема 1.3 Баскетбол.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК2 ОК3 ОК6
	Практическое занятие № 11 «Основы ОФП с элементами ОРУ по спортивным играм»	1	
	Практическое занятие № 12 «Техника и правила игры в баскетбол»	1	
	Практическое занятие № 13 «Техника владения мячом при игре в баскетбол»	2	
	Практическое занятие № 14 «Техника и тактика игры в нападении»	2	
	Практическое занятие № 15 «Техника и тактика игры в защите»	2	
	Практическое занятие № 16 «Учебная игра в баскетбол»	2	
	Практическое занятие № 17 «Совершенствование техники игры в нападении»	1	
	Практическое занятие № 18 «Совершенствование техники игры в защите»	2	

	Практическое занятие № 19 «Совершенствование техники владения мячом»	1	ОК7
	Практическое занятие № 20 «Контрольная игра»	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Реферат на тему: «История развития баскетбола в России».	8	
	Реферат на тему: Официальные правила игры в баскетбол. Реферат на тему: «Физиологическое состояние организма при занятиях физическими упражнениями.» Реферат на тему: «Виды физических нагрузок и их интенсивность. Зоны интенсивности».		
<b>Тема 1.4</b> <b>Волейбол</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК2 ОК3 ОК6
	Практическое занятие № 21 «Стойки и перемещения. Техника перемещения в волейболе. Техника передачи мяча двумя руками сверху, снизу».	1	

	Практическое занятие № 22 «Техника подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Техника приема подачи, Прием мяча снизу, сверху двумя руками».	1	OK7
	Практическое занятие № 23 «Техника нападающего удара Нападающий удар с места, разбега (1, 2, 3 шага) по мячу, подвешенному на амортизаторах; через сетку по мячу, наброшенному партнеру; нападающий удар из зоны 4 с передачи партера из зоны 3. Нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач».	1	
	Практическое занятие № 24 «Совершенствование техника передачи мяча двумя руками сверху, снизу. Совершенствование техники нападающего удара»	1	
	Практическое занятие № 25 «Совершенствование техники подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Совершенствование техники приема мяча двумя руками снизу Соревнования на большее количество правильно выполненных подач».	1	
	Практическое занятие № 26 «Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. Контрольная игра»	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Реферат на тему: «Волейбол. Краткие исторические сведения о возникновении игры». Реферат на тему: «Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма, самоконтроль». Реферат на тему: «Правила игры в волейбол».	14	
<b>Тема 1.5</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		OK2
	Практическое занятие №27 «Понятие, цель, задачи ППФП»	2	OK3

Профессиональноприкладная физическая подготовка	Практическое занятие №28 «Особенности работы в сфере обслуживания»	1	ОК6 ОК7
	Практическое занятие №29 «Неблагоприятные факторы при работе в сфере обслуживания и их влияние на организм работника СО»	1	
	Практическое занятие № 30«Средства физической культуры для развития ПВК специалиста сферы обслуживания»	1	
	Практическое занятие №31 «Средства и методы профилактических мероприятий по предупреждению развития профессиональных заболеваний специалиста сферы обслуживания»	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Реферат на тему: «Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха» Реферат на тему: «Работоспособность в избранной профессиональной деятельности и влияние на нее различных факторов».	16	
Промежуточная аттестация (форма промежуточной аттестации)		зачет	
Итоговая аттестация (форма промежуточной аттестации)		Дифференцированный зачет	
<b>Всего:</b>		88	



### 3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1 Материально-техническое обеспечение

Основное оборудование: Ворота для игры в минифутбол и гандбол; Гантели разновесовые ; Гири разновесовые; Инвентарь для обучения плаванию (досточки, калабашки, пояса, спасательные жилеты); Комплект ворот для игры в футбол ворота для игры в минифутбол и гандбол; Маты гимнастические ; Музыкальный центр; Мячи баскетбольные; Мячи волейбольные ; Мячи набивные разновесовые; Оборудование для игры в бадминтон ; Площадка для игры в баскетбол. Стойки баскетбольные; Площадка для игры в волейбол. Стойки волейбольные; Скакалки; Степ (платформа); Стол для настольного тенниса (комплект сеток, ракетки, шарика).3.2 Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы учебной дисциплины библиотечный фонд ВГУЭС укомплектован печатными и электронными изданиями.

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

#### Основная литература:

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-

534-02309-1. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — <https://www.biblioonline.ru/bcode/448586>

2. Теория и методика обучения предмету «физическая культура»: водные виды спорта: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Ж. Булгакова [и др.]; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11455-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456829>

3. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448769>

#### Электронные ресурсы

1.ЭБС Юрайт [сайт]. — <https://urait.ru/>

2.ЭБС Znanium.com <https://new.znanium.com/>

3.Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_blocks&view=main\\_ub](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub) 4.

Справочно - правовая система «Консультант Плюс» <http://www.consultant.ru/online/>

5. Справочно-правовая система «Гарант» <https://www.garant.ru/>

Для оценки достижения запланированных результатов обучения по дисциплине разработаны контрольно-оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, которые прилагаются к рабочей программе дисциплины.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА

**КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА**  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

по учебной дисциплине

**ФК.00 Физическая культура**

программы подготовки

квалифицированных рабочих и служащих

**54.01.03 Фотограф**

Форма обучения: очная

Владивосток 2021

Контрольно-оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по ФК.00 Физическая культура, утвержденного приказом Минобрнауки России от 2 августа 2013 г. (Ред. от 09.04.2015) N 724, примерной образовательной программой, рабочей программой учебной дисциплины.

Разработчик: Д.А. Васильева, преподаватель Колледжа индустрии моды и красоты.

**Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие  
результаты освоения образовательной программы**

Код ОК, ПК	Код результата обучения	Наименование результата обучения		
ОК2 ОК3 ОК6	31	Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;		
	32	Основы здорового образа жизни		
<b>Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.</b>				
<b>Тема 1.1.</b> Легкая атлетика упражнения».	31	Понимает роль физической культуры и спорта как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования	Реферат.№1	
	У1	Умение демонстрировать технику выполнения строевых упражнений. Умение демонстрировать технику спортивной ходьбы, беговых упражнений. Умение демонстрировать технику высокого старта; Умение демонстрировать технику низкого старта. Умение демонстрировать технику стартового разгона.	Тест №1	
<b>Тема 1.2</b> <b>Гимнастика</b>	32	Знание основ двигательной активности и повышения устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды. Знание основ строения организма человека как единой саморазвивающейся, саморегулируемой биологической системы».	Реферат2	

	У1	Умение демонстрировать основы ОФП с элементами общеразвивающих упражнений по гимнастике в парах. Умение демонстрировать акробатические упражнения. Умение демонстрировать упражнения на гимнастической	Тест № 1, 2	
		стенке Умение демонстрировать упражнения на гимнастическом мате. Умение демонстрировать упражнения на гимнастической скамейке.		
<b>Тема 1.3 Баскетбол.</b>	31	Знать историю развития баскетбола в России. Знать официальные правила игры в баскетбол.	Реферат №3, 4	
	32	Знать основы физиологического состояния организма при занятиях физическими упражнениями. Знать виды физических нагрузок и их интенсивность. Зоны интенсивности.		

	У1	<p>Умение применить основы ОФП с элементами ОРУ по спортивным играм</p> <p>Умение продемонстрировать базовые элементы техники игры в баскетбол.</p> <p>Умение продемонстрировать основы техники владения мячом при игре в баскетбол.</p> <p>Умение применить на практике основы техники и тактики игры в нападении.</p> <p>Умение продемонстрировать основные элементы техники и тактика игры в защите. Умение продемонстрировать полученные навыки в учебной игре в баскетбол.</p> <p>Умение применить в игровых ситуациях элементы техники игры в нападении.</p> <p>Умение применить в игровых ситуациях элементы техники игры в защите.</p> <p>Умение применить в игровых ситуациях элементы техники владения мячом.</p>	Тест № 1, 3, 4	
<b>Тема 1.4 Волейбол</b>	31	Знать краткие исторические сведения о возникновении игры в волейбол. Правила игры в волейбол	Реферат №5, 6	
	32	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма, самоконтроль		
	У1	Уметь выполнять стойки и перемещения. Уметь	Тест №1, 3, 5	

		<p>демонстрировать технику различных перемещений в волейболе.</p> <p>Уметь демонстрировать технику передачи мяча двумя руками сверху, снизу.</p> <p>Уметь демонстрировать технику нижней прямой подачи. Уметь демонстрировать технику верхней прямой подачи. Уметь демонстрировать технику приема подачи снизу, сверху двумя руками.</p> <p>Уметь демонстрировать технику нападающего удара с места, разбега (1, 2, 3 шага) по мячу, подвешенному на амортизаторах; через сетку по мячу, наброшенному партнеру; нападающий удар из зоны 4 с передачи партера из зоны 3.</p> <p>Уметь демонстрировать технику нападающего удара из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач.</p> <p>Уметь демонстрировать в игровых ситуациях технику передачи мяча двумя руками сверху, снизу.</p> <p>Уметь демонстрировать в игровых ситуациях технику нападающего удара. Уметь демонстрировать в игровых ситуациях технику нижней прямой подачи, верхней прямой подачи.</p> <p>Уметь демонстрировать в игровых ситуациях технику приема мяча двумя руками снизу</p> <p>«Уметь применять на практике различные тактические схемы игры в нападении, в защите.</p> <p>Умение принимать участие в игре.</p>		
--	--	--	--	--



<b>Тема 1.5</b> Профессио- льноприкладная физическая подготовка	31	Знать определение ППФП, её цели и задачи.  Знать о работоспособности в избранной профессиональной деятельности и влиянии на нее различных факторов.	Устный опрос	
	32	Знать основы здорового образа жизни студента, рационального режим труда и отдыха  Знать особенности работы в сфере обслуживания.		
	У1	Знать неблагоприятные факторы при работе в сфере обслуживания и их влияние на организм работника СО.  Умение продемонстрировать средства физической культуры для развития ПБК специалиста сферы обслуживания. Умение продемонстрировать средства и методы профилактических мероприятий по предупреждению развития профессиональных заболеваний специалиста сферы обслуживания.	Тест №6, 7	

### 3.2 Средства, применяемые для оценки уровня практической подготовки

Краткое наименование раздела (модуля) / темы дисциплины	Код результата обучения	Показатель овладения результатами обучения	Наименование оценочного средства и представление его в КОС	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
<b>Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.</b>				
<b>Тема 1.1</b> Практическое занятие	31	Знает основы техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом.	Устный опрос	
№ 1 «Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения. Спортивная ходьба, беговые упражнения	У1	Умение демонстрировать технику выполнения строевых упражнений. Умение демонстрировать технику спортивной ходьбы, беговых упражнений. Умение демонстрировать технику высокого старта; Умение демонстрировать технику низкого старта. Умение демонстрировать технику стартового разгона.	Тест №1	Вопросы к дифференцированному зачёту (п.6.1)
<b>Тема 1.1</b> Практическое занятие № 2 «Высокий и низкий старт. Стартовый разгон».	У	Умение демонстрировать технику высокого и низкого старта, стартового разгона.	Тест №1	Вопросы к дифференцированному зачёту (п.6.1)
<b>Тема 1.1</b> Практическое занятие № 3 «Бег по дистанции»	У1	Умение демонстрировать технику бега по дистанции	Тест №1	Вопросы к дифференцированному зачёту (п.6.1)
<b>Тема 1.1</b> Практическое занятие № 4 «Бег по дистанции. Финиширование».	У1	Умение демонстрировать технику бега по дистанции. Финиширование.	Тест №1	

Краткое наименование раздела (модуля) / темы дисциплины	Код результата обучения	Показатель овладения результатами обучения	Наименование оценочного средства и представление его в КОС	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
<b>Тема 1.1</b> Практическое занятие № 5 «Бег на средние и длинные дистанции»	У1	Умение демонстрировать технику бега на средние и длинные дистанции.	Тест №1	

<b>Тема 1.1</b> Самостоятельная работа обучающихся	31	Понимает роль физической культуры и спорта как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования	Реферат №1	
<b>Тема 1.2</b> Практическое занятие № 6 «Основы ОФП с элементами общеразвивающих упражнений по гимнастике в парах»	У1	Умение демонстрировать основы ОФП с элементами общеразвивающих упражнений по гимнастике в парах.	Тест №2	
<b>Тема 1.2</b> Практическое занятие № 7 «Акробатические упражнения»	У1	Умение демонстрировать технику акробатических упражнений.	Тест №1	
<b>Тема 1.2</b> Практическое занятие № 8 «Упражнения на гимнастической стенке»	У1	Умение демонстрировать технику упражнений на гимнастической стенке.	Тест №1	
Практическое занятие № 9 «Упражнения на гимнастическом мате»	У1	Умение демонстрировать технику упражнений на гимнастическом мате.	Тест №1	
<b>Тема 1.2</b> Практическое занятие № 10 «Упражнения на гимнастической скамейке»	У1	Умение демонстрировать технику упражнений на гимнастической скамейке.	Тест №1	
<b>Тема 1.2</b> Самостоятельная работа обучающихся	32	Знание основ двигательной активности и повышения устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды. Знание основ строения организма человека как единой саморазвивающейся, саморегулируемой биологической системы.	Реферат №2	
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 11 «Основы ОФП с элементами ОРУ по спортивным играм»	У1	Умение применить основы ОФП с элементами ОРУ по спортивным играм	Тест №4	
<b>Тема 1.3</b>	У1	Умение демонстрировать базовые	Тест №1	

Практическое занятие № 12 «Техника и правила игры в баскетбол»		элементы техники игры в баскетбол.		
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 13 «Техника владения мячом при игре в баскетбол»	У1	Умение демонстрировать основы техники владения мячом при игре в баскетбол.	Тест №1	
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 14 «Техника и тактика игры в нападении»	У1	Умение применить на практике основы техники и тактики игры в нападении.	Тест №1	
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 15 «Техника и тактика игры в защите»	У1	Умение демонстрировать основные элементы техники и тактика игры в защите.	Тест №1	
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 16 «Учебная игра в баскетбол»	У1	Умение демонстрировать полученные навыки в учебной игре в баскетбол.	Тест №3	
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 17 «Совершенствование техники игры в нападении»	У1	Умение применить в игровых ситуациях элементы техники игры в нападении.	Тест №3	
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 18 «Совершенствование техники игры в защите»	У1	Умение применить в игровых ситуациях элементы техники игры в защите.	Тест №3	
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 19 «Совершенствование техники владения мячом»	У1	Умение применить в игровых ситуациях элементы техники владения мячом.	Тест №3	
<b>Тема 1.3</b> Практическое занятие № 20 «Контрольная игра»	У1	Участие в контрольной игре.	Тест №3	
<b>Тема 1.3</b> Самостоятельная работа обучающихся	З1	Знать историю развития баскетбола в России. Знать официальные правила игры в баскетбол.	Реферат №3	

<p><b>Тема 1.3</b> Самостоятельная работа обучающихся</p>	32	<p>Знать основы физиологического состояния организма при занятиях физическими упражнениями. Знать виды физических нагрузок и их интенсивность. Зоны интенсивности.</p>	Реферат №4	
<p><b>Тема 1.4</b> Практическое занятие № 21 «Стойки и перемещения. Техника перемещения в волейболе. Техника передачи мяча двумя руками сверху, снизу».</p>	У1	<p>Уметь выполнять стойки и перемещения. Уметь демонстрировать технику различных перемещений в волейболе. Уметь демонстрировать технику передачи мяча двумя руками сверху, снизу.</p>	Тест №1	
<p><b>Тема 1.4</b> Практическое занятие № 22 «Техника подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Техника приема подачи, Прием мяча снизу, сверху двумя руками».</p>	У1	<p>Уметь демонстрировать технику нижней прямой подачи. Уметь демонстрировать технику верхней прямой подачи. Уметь демонстрировать технику приема подачи снизу, сверху двумя руками.</p>	Тест №1	
<p><b>Тема 1.4</b> Практическое занятие № 23 «Техника нападающего удара Нападающий удар с места, разбега (1, 2, 3 шага) по мячу, подвешенному на амортизаторах; через сетку по мячу, наброшенному партнеру; нападающий удар из зоны 4 с передачи партера из зоны 3. Нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач».</p>	У1	<p>Уметь демонстрировать технику нападающего удара с места, разбега (1, 2, 3 шага) по мячу, подвешенному на амортизаторах; через сетку по мячу, наброшенному партнеру; нападающий удар из зоны 4 с передачи партера из зоны 3. Уметь демонстрировать технику нападающего удара из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач.</p>	Тест №1	
<p><b>Тема 1.4</b> Практическое занятие № 24 «Совершенствование техника передачи мяча двумя руками сверху, снизу. Совершенствование техники нападающего удара»</p>	У1	<p>Уметь демонстрировать в игровых ситуациях технику передачи мяча двумя руками сверху, снизу. Уметь демонстрировать в игровых ситуациях технику нападающего удара.</p>	Тест №3	

<b>Тема 1.4</b> Практическое занятие № 25 «Совершенствование техники подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача.	У1	Уметь демонстрировать в игровых ситуациях технику нижней прямой подачи, верхней прямой подачи. Уметь демонстрировать в игровых ситуациях технику приема мяча двумя руками снизу	Тест №3	
Совершенствование техники приема мяча двумя руками снизу Соревнования на большее количество правильно выполненных подач».				
<b>Тема 1.4</b> Практическое занятие № 26 «Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. Контрольная игра»	У1	Уметь применять на практике различные тактические схемы игры в нападении, в защите. Участие в игре	Тест №5	
<b>Тема 1.4</b> Самостоятельная работа обучающихся	31	Знать краткие исторические сведения о возникновении игры в волейбол. Правила игры в волейбол	Реферат №5	
<b>Тема 1.4</b> Самостоятельная работа обучающихся	32	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма, самоконтроль	Реферат №6	
<b>Тема 1.5 ППФП</b> Практическое занятие №27 «Понятие, цель, задачи ППФП»	31	Знать определение ППФП, её цели и задачи.	Устный опрос	
<b>Тема 1.5</b> Практическое занятие №28 «Особенности работы в сфере обслуживания»	31	Знать особенности работы в сфере обслуживания.	Устный опрос	
<b>Тема 1.5</b> Практическое занятие №29 «Неблагоприятные факторы при работе в сфере обслуживания и их влияние на организм работника СО»	31	Знать неблагоприятные факторы при работе в сфере обслуживания и их влияние на организм работника СО.	Устный опрос	

<b>Тема 1.5</b> Практическое занятие № 30 «Средства физической культуры для развития ПВК специалиста сферы обслуживания»	У1	Умение демонстрировать средства физической культуры для развития ПВК специалиста сферы обслуживания.	Тест №6	
<b>Тема 1.5</b> Практическое занятие №31 «Средства и методы профилактических мероприятий по предупреждению развития профессиональных заболеваний специалиста сферы обслуживания»	У1	Умение демонстрировать средства и методы профилактических мероприятий по предупреждению развития профессиональных заболеваний специалиста сферы обслуживания.	Тест №7	
Краткое наименование раздела (модуля) / темы дисциплины	Код результата обучения	Показатель овладения результатами обучения	Наименование оценочного средства и представление его в КОС	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
заболеваний специалиста сферы обслуживания»				
<b>Тема 1.5</b> Самостоятельная работа обучающихся	32	Знать основы здорового образа жизни студента, рационального режим труда и отдыха	Реферат №7	
<b>Тема 1.5</b> Самостоятельная работа обучающихся	31	Знать о работоспособности в избранной профессиональной деятельности и влиянии на нее различных факторов	Реферат №8	

## **4 Описание процедуры оценивания**

Уровень образовательных достижений, обучающихся по дисциплине оценивается по четырёх бальной шкале оценками: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»

Текущая аттестация по дисциплине проводится с целью систематической проверки достижений обучающихся. Объектами оценивания являются: степень усвоения теоретических знаний, уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы, качество выполнения самостоятельной работы, учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине).

При проведении промежуточной аттестации оценивается достижение студентом запланированных по дисциплине результатов обучения, обеспечивающих результаты освоения образовательной программы в целом. Оценка на дифференцированном зачете выставляется с учетом оценок, полученных при прохождении текущей аттестации.

### **4.1 Критерии оценивания устного ответа**

(оценочные средства: собеседование, устное сообщение, диспут, дискуссия,)

**5 баллов** - ответ показывает прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа; умение приводить примеры современных проблем изучаемой области.

**4 балла** - ответ, обнаруживающий прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается одна - две неточности в ответе.

**3 балла** – ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой предметной области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа; неумение привести пример развития ситуации, провести связь с другими аспектами изучаемой области.

**2 балла** – ответ, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы; незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа; незнание современной проблематики изучаемой области.



#### 4.2 Критерии оценивания письменной работы

(оценочные средства: реферат, эссе, конспект, контрольная работа, расчетнографическая работа, письменный отчет по лабораторной работе, портфолио, доклад (сообщение), в том числе выполненный в форме презентации, творческое задание).

**5 баллов** - студент выразил своё мнение по сформулированной проблеме, аргументировал его, точно определив ее содержание и составляющие. Проблема раскрыта полностью, выводы обоснованы. Приведены данные отечественной и зарубежной литературы, статистические сведения, информация нормативно-правового характера. Студент владеет навыком самостоятельной работы по заданной теме; методами и приемами анализа теоретических и/или практических аспектов изучаемой области. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет; графически работа оформлена правильно.

**4 балла** - работа характеризуется смысловой цельностью, связностью и последовательностью изложения; допущено не более 1 ошибки при объяснении смысла или содержания проблемы. Проблема раскрыта. Не все выводы сделаны и/или обоснованы. Для аргументации приводятся данные отечественных и зарубежных авторов. Продемонстрированы исследовательские умения и навыки. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет. Допущены одна-две ошибки в оформлении работы.

**3 балла** – студент проводит достаточно самостоятельный анализ основных этапов и смысловых составляющих проблемы; понимает базовые основы и теоретическое обоснование выбранной темы. Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Допущено не более 2 ошибок в смысле или содержании проблемы, оформлении работы.

**2 балла** - работа представляет собой пересказанный или полностью переписанный исходный текст без каких бы то ни было комментариев, анализа. Не раскрыта структура и теоретическая составляющая темы. Проблема не раскрыта. Выводы отсутствуют. Допущено три или более трех ошибок в смысловом содержании раскрываемой проблемы, в оформлении работы.

#### 4.3 Критерии оценивания тестового задания

При использовании теста в качестве оценочного средства для проведения текущего контроля или промежуточной аттестации необходимо представить шкалу интервальных баллов, соответствующую итоговой оценке, а также критерии её выставления в привязке к четырех балльной системе, либо «зачтено», «не зачтено», например:

Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой,
	умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными умениями, навыками, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Дисциплинарные компетенции не сформированы. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.

Оценка	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Качество выполнения тестового задания	Студент демонстрирует правильную технику выполнения заданных элементов. Свободно может применить их в нестандартной ситуации.	Студент демонстрирует правильную технику выполнения заданных элементов.	Студент демонстрирует технику выполнения заданных элементов с небольшими ошибками.	Студент не может продемонстрировать технику выполнения заданных элементов.

#### 4.4 Критерии выставления оценки студенту на зачете.

(оценочные средства: устный опрос в форме собеседования)

Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными умениями, навыками, применяет их в ситуациях повышенной сложности.
«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.

#### 5. Примеры оценочных средств для проведения текущей аттестации

##### 5.1 Вопросы для собеседования (устного опроса):

##### 5.1.1 Раздел 1. Организация (предприятие) в условиях рыночной экономики

##### Тема 1.1 Легкая атлетика

1. Назвать основные положения техники безопасности при занятиях физической культурой.
3. Требования ТБ к помещению для занятий физической культурой.
4. Требования ТБ к спортивной форме и обуви занимающихся.
5. ТБ до начала занятий физической культурой.
6. ТБ во время занятий физической культурой.
7. ТБ после занятий по физической культуре. **Тема**

##### 1.5 ППФП

1. Назвать определение ППФП, её цели и задачи.

2. Назвать основные особенности работы в сфере обслуживания.
3. Перечислить неблагоприятные факторы при работе в сфере обслуживания и их влияние на организм работника СО.

## **5.2 Темы рефератов**

1. Физическая культура и спорт как средство сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
2. Организм человека как единая саморазвивающаяся, саморегулируемая биологическая система.
3. Двигательная активность и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.
4. История развития баскетбола в России
5. Официальные правила игры в баскетбол
6. Физиологическое состояние организма при занятиях физическими упражнениями.
7. Виды физических нагрузок и их интенсивность. Зоны интенсивности.
8. Волейбол. Краткие исторические сведения о возникновении игры.
9. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма, самоконтроль.
10. Правила игры в волейбол.
11. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха
12. Работоспособность в избранной профессиональной деятельности и влияние на нее различных факторов.

### **5.2.1 Примеры тестовых заданий 5.3.1**

Тест №1 по темам:

Тема 1.1 Легкая атлетика

Практическое занятие №1, 2, 3, 4, 5.

Тема 1.2 Гимнастика

Практическое занятие №7, 8, 9, 10.

Тема 1.3 Баскетбол

Практическое занятие №12, 13, 14, 15

Тема 1.4 Волейбол

Практическое занятие №21, 22, 23

Задание.

Выполнить элемент техники.

### **5.3.2 Тест №2 по темам:**

Тема 1.2. Гимнастика

Практическое занятие № 6.

Задание.

Продemonстрировать основы ОФП с элементами общеразвивающих упражнений по гимнастике в парах.

**5.3.3** Тест №3 по темам:

Тема 1.3. Баскетбол

Практическое занятие №16, 17, 18, 19, 20.

Тема 1.4. Волейбол

Практическое занятие №24, 25.

Задание.

Продemonстрировать умение применить в игровых ситуациях элементы техники посредством игровых упражнений.

**5.3.4** Тест №4 по темам:

Тема 1.3 Баскетбол

Практическое занятие № 11

Задание.

Применить основы ОФП с элементами ОРУ по спортивным играм

**5.3.5** Тест №5 по темам: Тема

1.4 Волейбол

Практическое занятие № 26

Задание.

Применить посредством игровых упражнений различные тактические схемы игры в нападении, в защите. **5.3.6** Тест №6 по темам:

Тема 1.5 ППФП

Практическое занятие № 30

Задание.

Продemonстрировать средства физической культуры для развития ПВК специалиста сферы обслуживания.

**5.3.7** Тест №7 по темам:

Тема 1.5 ППФП

Практическое занятие № 31

Задание.

Продemonстрировать средства и методы профилактических мероприятий по предупреждению развития профессиональных заболеваний специалиста сферы обслуживания.

