

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Андрей Драгомирович Хлутков  
Должность: директор  
Дата подписания: 07.11.2024 16:57:47  
Уникальный идентификатор:  
880f7c07c583b07b775f6604a630281b13ca9fd2

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
**РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ  
СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

**СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ**

**ФАКУЛЬТЕТ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

РАССМОТРЕНО на заседании

ПЦК общеобразовательных дисциплин

Протокол №1

От «31» августа 2022 г.

## **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

### **ОГСЭ.01 Физическая культура**

для специальности 43.02.14 «Гостиничное дело»

на базе основного общего образования

очная форма обучения

Квалификация выпускника

### **Специалист по гостеприимству**

Год набора - 2022

Санкт-Петербург  
2022

Фонд оценочных средств по учебной дисциплине ОГСЭ.01 Физическая культура разработан на основе рабочей программы учебной дисциплины Физическая культура для специальности 43.02.14 Гостиничное дело среднего профессионального образования (далее – СПО).

Автор-составитель:

Апанасенко Галина Васильевна

Аринова Киляра Исаевна

Рецензент: Клементьева Э.С.



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>I ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.....</b>	<b>4</b>
<b>1.1 Область применения оценочных средств промежуточной аттестации.....</b>	<b>4</b>
<b>1.2. Цели и задачи промежуточной аттестации.....</b>	<b>4</b>
<b>1.3. Формы проведения промежуточной аттестации.....</b>	<b>5</b>
<b>1.4. Задания для промежуточной аттестации.....</b>	<b>5</b>

# **I ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

## **1.1 Область применения оценочных средств промежуточной аттестации**

Фонды оценочных средств промежуточной аттестации являются частью рабочей программы дисциплины программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.14 Гостиничное дело

## **1.2. Цели и задачи промежуточной аттестации**

Целью промежуточной аттестации является установление соответствия уровня освоения компетенций, обеспечивающих соответствующую квалификацию и уровень образования обучающихся, ФГОС СПО по специальности 43.02.14 Гостиничное дело. Промежуточная аттестация призвана способствовать систематизации и закреплению знаний и умений обучающегося по специальности при решении конкретных профессиональных задач, определить уровень подготовки выпускника к самостоятельной работе.

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО специальности социально-экономического профиля и рабочей программой дисциплины «Физическая культура».

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии следующей общей компетенции:

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, 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.

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 и снятия перенапряжения во время умственного труда;

Средства профилактики профессиональных заболеваний

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

Использовать физкультурно-оздоровительную практику для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности.

Владеть техникой и приемами игровых и массовых видов спорта

Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности).

Взаимодействовать в группе и команде.

### 1.3. Формы проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация в форме зачета (3-7 семестры) и дифференцированного зачета (8 семестр).

### 1.4. Задания для промежуточной аттестации

## ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ ОСНОВНОГО И ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Тесты	Оценка в баллах					
	3-6 семестр			7-8 семестр		
	5	4	3	5	4	3
1. Бег 3000 м (мин, с)	13,00	14,30	б/вр	12,30	14,00	б/вр
2. Бег 100 м (с)	15,0	15,5	16,0	14,5	15,0	15,5
3. Бег 400 м (мин, с)	1,15	1,19	1,25	1,13	1,17	1,23
4. Прыжок в длину с места (см)	220	200	185	230	210	190

5. Бросок набивного мяча 2 кг из-за головы (м)	-	-	-	9,5	7,5	6,5
6. Приседание на одной ноге с опорой о стену (кол-во раз на каждой ноге)	-	-	-	10	8	5
7. Прыжки через гимнастическую скамейку						
8. Силовой тест - подтягивание на высокой						
9. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа						
10. Сгибание и разгибание рук в упоре на						
11. Координационный тест — челночный	23	24	25	-	-	-
12. Поднимание ног в висе до касания						
13. Поднимание и опускание туловища из						
14. Гимнастический комплекс упражнений: -утренней гимнастики;	-	-	-	До 9	До 8	До 7,5

### ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК ОСНОВНОГО И ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Тесты	Оценка в баллах					
	3-6 семестр			7-8 семестр		
	5	4	3	5	4	3
1. Бег 2000 м (мин, с)	11,30	13,30	б/вр	11,0 0	13,0 0	б/вр
2. Бег 100 м (с)	17,5	18,5	19,0	16,5	17,5	18,0
3. Бег 400 м (мин, с)	1,40	1,50	2,00	1,35	1,40	1,50
4. Прыжок в длину с места (см)	180	165	150	190	175	160
5. Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м)	-	-	-	10,5	6,5	5,0
6. Приседание на одной ноге, опора о стену (кол-во раз на каждой ноге)	-	-	-	8	6	4
7. Прыжки через скакалку толчком двух ног за 30 сек (кол-во раз)	-	-	-	65	60	55
8. Силовой тест — подтягивание на низкой перекладине (количество раз)	15	5	3	20	10	5

9. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от скамейки (кол-во)	12	10	8	-	-	-
10. Сгибание и разгибание рук, в упоре лежа на полу (кол-во раз)	-	-	-	14	12	10
11. Координационный тест - челночный бег 90 м (с)	25	26	27	-	-	-
12. Поднимание и опускание туловища из положения лежа (кол-во раз)	35	25	15	-	-	-
13. Поднимание и опускание туловища из положения лежа (кол-во раз за 30с)	-	-	-	20	15	10
16. Гимнастический комплекс упражнений: -утренней гимнастики; -производственной гимнастики; -релаксационной гимнастики (из 10	-	-	-	До 9	До 8	До 7,5

### Контрольные задания по спортивным играм

#### ДЕВУШКИ

Вид задания	3	4	5
Броски мяча в баскетбольную корзину (кол-во раз)	1 из 6	2 из 6	3 из 6
Подача мяча в волейболе (кол-во раз)	3 из 10	4 из 10	5 из 10
Передача мяча в парах (кол-во раз)	16	18	20



## ЮНОШИ

Вид задания			
	3	4	5
Броски мяча в баскетбольную корзину (кол-во раз)	1 из 6	2 из 6	3 из 6
Подача мяча в волейболе (кол-во раз)	3 из 8	4 из 8	5 из 8
Передача волейбольного мяча в парах (кол-во раз)	20	30	40
Футбол: удар по воротам (кол-во попаданий)	3 из 8	4 из 8	5 из 8

### Задания для промежуточной аттестации

#### Критерии и шкала оценивания

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета состоят из заданий открытой формы, ответы на вопросы необходимо писать развернуто.

#### Шкала оценивания

Количество баллов(%)	Оценка	Вербальный аналог
85-100	5	Отлично/Зачтено
76-84	4	Хорошо/Зачтено
50-75	3	Удовлетворительно/Зачтено
0- 49	2	Неудовлетворительно/Не зачтено

<b>Закрытые задания</b>	<b>Коды общих или</b>	<b>Ключи ответов</b>
-------------------------	-----------------------	----------------------

	<b>профессиональных компетенций, проверяемых в результате выполнения задания</b>	
<p>1. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Какие основные физические качества развивает лёгкая атлетика?</p> <p>а) Гибкость б) Выносливость в) Скорость г) Силу</p>	ОК 03.; ОК 04.; ОК 06.; ОК 07.; ОК 08.	б, в
<p>2. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. К спринтерскому бегу в лёгкой атлетике относится:</p> <p>а) Бег на 200 метров б) бег на 5000м в) марафонский бег г) Бег на 100 метров</p>		а, г
<p>3. Ошибкой при подаче в волейболе будет:</p> <p>а) Удар по неподвижному мячу б) Касание мяча сетки в) Удар по мячу ногой</p>		а, в
<p>4. Что входит в экипировку спортсмена мини-футболиста:</p> <p>а) Футболка б) Майка в) Шорты г) Толстовка</p>		а, в
<p>5. Сопоставьте виды спорта и в какой стране он родился.</p> <p>а) Баскетбол           1. Канада б) Футбол               2. США в) Хокей с шайбой   3. Англия                                   4. Китай</p>		а) -2 б) -3 в) -1
<p>6. Сопоставьте, кто придумал вид спорта.</p> <p>а) Волейбол 1. Жорж Демени</p>		а) -3 б) -1 в) -4

б) Художественная Гимнастика 2. Пьер де Кубертен в) Фигурное Катание 3. Уильям Морган  4. Джексон Хейнса								
7. Прочитайте текст и установите соответствие. Сопоставьте, в каком году и где проводились летние олимпийские игры.  <table border="1" data-bbox="228 584 671 887"> <tr> <td data-bbox="228 584 493 645">а) СССР,</td> <td data-bbox="493 584 671 645">1. 2016</td> </tr> <tr> <td data-bbox="228 645 493 786">б) Греция, Афины Москва</td> <td data-bbox="493 645 671 786">2. 1996 3. 2004 4. 1980</td> </tr> <tr> <td data-bbox="228 786 493 887">в) Бразилия, Рио-Де-Жанейро</td> <td data-bbox="493 786 671 887"></td> </tr> </table>	а) СССР,	1. 2016	б) Греция, Афины Москва	2. 1996 3. 2004 4. 1980	в) Бразилия, Рио-Де-Жанейро		ОК 03.; ОК 04.; ОК 06.; ОК 07.; ОК 08.	а) -4 б) -3 в) -1
а) СССР,	1. 2016							
б) Греция, Афины Москва	2. 1996 3. 2004 4. 1980							
в) Бразилия, Рио-Де-Жанейро								
8. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Установите правильную последовательность ОРУ.  а) Корпус б) Голова в) Ноги		б, а, в						
9. Установите правильную последовательность методов обучения.  а) Доступности б) Наглядности в) Рассказа		в, а, б						
10. Установите правильную последовательность фазы техники, удара по мячу в футболе.  а) Завершающая фаза б) Предварительный разбег в) Рабочая фаза г) Подготовительная фаза		б, г, в, а						
11. Прыгучесть и _____ влияют на результат в прыжках в высоту		Взрывная сила						
12. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа.	ОК 03.; ОК 04.; ОК 06.; ОК 07.; ОК 08.	а, б						

<p>Какие классификации видов спорта входят в лёгкую атлетику:</p> <p>а) Бег, прыжки, метания, марафонские дистанции  б) Ходьба, бег, прыжки, метания, многоборье  в) Беговые виды, прыжковые, игры</p>										
<p>13. Какие номера позиций имеют игроки вдоль сетки (передней линии)?</p> <p>а) 3  б) 2,4  в) 5, 6</p>		а, б								
<p>14. Что входит в экипировку спортсмена мини-футболиста:</p> <p>а) Брюки  б) Гетры  в) Кроссовки  г) Шапочка</p>		б, в								
<p>15. Прочитайте текст и установите соответствие. Сопоставьте вид спорта и его средства.</p> <table border="1" data-bbox="213 1196 651 1384"> <tr> <td data-bbox="213 1196 421 1240">а) Лыжи</td> <td data-bbox="421 1196 651 1240">1. Лыжные палки</td> </tr> <tr> <td data-bbox="213 1240 421 1285">б) Стрельба</td> <td data-bbox="421 1240 651 1285">2. Сетка</td> </tr> <tr> <td data-bbox="213 1285 421 1330">в) Волейбол</td> <td data-bbox="421 1285 651 1330">3. Ворота</td> </tr> <tr> <td></td> <td data-bbox="421 1330 651 1384">4. Мишень</td> </tr> </table>	а) Лыжи	1. Лыжные палки	б) Стрельба	2. Сетка	в) Волейбол	3. Ворота		4. Мишень		а) -1 б) -4 в) -2
а) Лыжи	1. Лыжные палки									
б) Стрельба	2. Сетка									
в) Волейбол	3. Ворота									
	4. Мишень									
<p>16. Прочитайте и запишите ответ.</p> <p>_____ - фармакологический препарат, искусственно повышающий работоспособность и спортивный результат</p>		Допинг								
<p>17. Установите правильную последовательность решения задач в обучении физических</p>		а,в,б,г								

упражнений А. Ознакомление Б. Закрепление В. Разучивание Г. Совершенствование		
18. Дополните текст. Футбол зародился в _____		Англии