

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Выборнова Любовь Алексеевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 02.07.2026 09:43  
Уникальный программный ключ:  
c3b3b9c625f6c113afa2a2c42baff9e05a38b76e

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Поволжский государственный университет сервиса»  
(ФГБОУ ВО «ПВГУС», Университет сервиса)

Колледж креативных индустрий и предпринимательства

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**  
**(фонд оценочных средств) для проведения промежуточной аттестации**  
**по дисциплине Физическая культура**

учебному предмету, дисциплине, междисциплинарному курсу, профессиональному модулю

**по образовательной программе среднего профессионального образования –**

**программе подготовки специалистов среднего звена**

программе подготовки специалистов среднего звена / программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих

**Эксплуатация беспилотных авиационных систем**

наименование образовательной программы

**25.02.08 Эксплуатация беспилотных авиационных систем**

шифр, наименование специальности / профессии

Составитель

Березовский М.А. преподаватель Колледжа  
креативных индустрий и предпринимательства  
ФИО, должность, структурное подразделение,  
ученая степень, ученое звание

Тольятти  
2024

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ДАЛЕЕ – ФОС)

### 1.1. Планируемые результаты обучения по дисциплине

| Код компетенции | Наименование компетенции                                                                                                                                                               |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| OK.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:

**уметь:** использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности.

**знать:** о роли 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 перенапряжения.

### 1.2. Содержание дисциплины

| №                 | Тема (раздел дисциплины)<br>(в соответствии с РПД)                                                                                                               | Код компетенции |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 1,2,3,4,5 семестр |                                                                                                                                                                  |                 |
| 1.                | Базовый: * Легкая атлетика.                                                                                                                                      | OK 8            |
| 2.                | Базовый: Волейбол.                                                                                                                                               |                 |
| 3.                | Вариативный: **<br>1.1. Баскетбол.<br>1.2. Волейбол.<br>1.3. Фитнес.<br>1.4. Мини футбол.<br>1.5. Общая физическая подготовка.                                   |                 |
| 4.                | Занятия в спортивных клубах и секциях, выполнение утренней гигиенической гимнастики и тренировки по индивидуальным программам<br>Базовый: Методико-практический. |                 |

### 1.3. Система оценивания по дисциплине

Курс изучается в течение пяти семестров. Форма промежуточной аттестации дисциплины – 1,2,3,4 семестр зачет, 5 семестр дифференцированный зачет

| Шкалы оценки уровня сформированности результатов обучения |                       | Шкала оценки уровня освоения дисциплины |                                                  |                             |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------|
| Уровневая шкала оценки компетенций                        | 100 балльная шкала, % | 100 балльная шкала, %                   | 5-балльная шкала, дифференцированная оценка/балл | недифференцированная оценка |
| допороговый                                               | ниже 61               | ниже 61                                 | «неудовлетворительно» / 2                        | не зачтено                  |
| пороговый                                                 | 61-85,9               | 61-69,9                                 | «удовлетворительно» / 3                          | зачтено                     |
|                                                           |                       | 70-85,9                                 | «хорошо» / 4                                     | зачтено                     |
| повышенный                                                | 86-100                | 86-100                                  | «отлично» / 5                                    | зачтено                     |

## **2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

### **Перечень вопросов и заданий к зачету (ОК 8)**

#### **1 семестр:**

1. Методико-практическая работа: «Методика составления и проведения утренней гигиенической гимнастики».
2. Темы рефератов для учащихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья (справка ВКК из госмедучреждения):
  - Лечебная физическая культура при заболевании
  - Представление о физическом воспитании как системе.
  - Факторы физической культуры и спорта в аспекте их оздоровительной ценности.
  - Формы построения занятий в физическом воспитании и спорте
  - Теоретико-практические основы развития физических качеств (двигательных способностей)
  - Физическое воспитание студенческой молодежи.

#### **2 семестр:**

1. Методико-практическая работа: «Самооценка телосложения, физического развития и физической подготовленности»
2. Темы рефератов для учащихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья (справка ВКК из госмедучреждения):
  - Планирование и контроль в физическом воспитании и спорте. Оценка эффективности физкультурно-спортивных занятий.
  - Физическое воспитание взрослого населения.
  - Спорт в современном обществе, тенденции его развития.
  - Организационно-правовые основы физического воспитания и спорта в образовательных учреждениях.
  - Государственная политика российской федерации в области физической культуры и спорта

#### **3 семестр**

1. Понимание роли физической культуры в общекультурном развитии человека.
2. Понимание роли физической культуры в профессиональном развитии человека.
3. Знание основ здорового образа жизни.
4. Выполнение комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма.
5. Демонстрация 2-3 тестов для определения физического качества гибкость.
6. Демонстрация теста для определения физического качества силовая выносливость длинных разгибателей мышц спины.
7. Демонстрация 2-3 тестов для определения физического качества силовая выносливость мышц груди и трёхглавой плеча.
8. Продемонстрировать и проанализировать функциональный тест сердечно-сосудистой системы.
9. Выполнение тестов на техническую подготовленность.
10. Выполнение тестов на физическую подготовленность.
11. Выполнение методико-практического задания.

#### **4 семестр**

1. Темы рефератов для учащихся, освобожденных от практических занятий по состоянию здоровья (справка ВКК из госмедучреждения):
  - Реализация принципов обучения в физическом воспитании.
  - Средства и методы физического воспитания и спорта.
  - Направленное формирование личности в процессе физического воспитания и спорта.
- Международное олимпийское движение.
  - Международное спортивное движение студентов, в области массовой и оздоровительной физической культуры, его современные проблемы.
2. Демонстрация 2-3 тестов для определения физического качества гибкость.
3. Выполнение комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма.
4. Выполнение тестов на физическую подготовленность.
5. Выполнение методико-практического задания.

#### **Перечень вопросов и заданий к дифференцированному зачету (ОК 8):**

#### **5 семестр**

1. Перечислить функции сердечно-сосудистой системы.
2. Перечислить виды спорта акцентированно влияющие на сердечно-сосудистую систему.
3. Показ упражнений на восстановление и развитие гибкости, дыхательные упражнения.
4. Демонстрация техники волейбола на уровне умения переходящего в навык.
5. Выполнение физических упражнений, составляющих основу различных направлений и программ аэробики.
6. Демонстрация комплексов упражнений силовой направленности, локально воздействующих на различные группы мышц.
7. Демонстрация знания и применения основ тактики командной игры по выбранному виду спорта.
8. Демонстрация лидерских качеств (капитанских) в подвижных играх.
9. Выполнение методико-практического задания.