

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Обшаровский государственный техникум им.В.И.Суркова»

Рассмотрено:

На заседании метод. комиссии

Председатель МК

_____ Ящук Н.Ю.

Протокол №7 от «20» мая 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ «Обшаровский

государственный техникум

им.В.И.Суркова»

_____ Захаров Н.В.

«20» мая 2022г.

Оценочные средства

по учебному предмету

АФК.01 Адаптивная физическая культура

**Категория ОВЗ - нарушение интеллекта (*легкая, средняя, умеренная
степень умственной отсталости*)**

по программе профессиональной подготовки

по профессии 17542 Рабочий плодоовощного хранилища

Оценочные средства по профессии 17542 «Рабочий плодоовощного хранилища» разработаны на основе адаптированной рабочей программы по учебному предмету Адаптивная физическая культура и профессионального стандарта «Мастер растениеводства», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 17.06.2019 г. № 408 н

Разработчик:

ГБПОУ «Обшаровский государственный техникум им. В.И.Суркова»
преподаватель В.А. Жоголев

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта оценочных средств
2. Результаты освоения учебного предмета, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебного предмета
 - 3.1. Формы и методы оценивания
 - 3.2. Типовые задания для оценки освоения учебного предмета
4. Оценочных материалов для итоговой аттестации по учебному предмету

1. Паспорт комплекта оценочных средств

В результате освоения учебного предмета *Адаптивная физическая культура* обучающийся должен обладать предусмотренными программой профессиональной подготовки по профессии 17542 Рабочий плодоовощного хранилища следующими умениями, знаниями:

Умения

У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

Знания

З1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З2 - основы здорового образа жизни.

Формой аттестации по учебному предмету является дифференцированный зачет.

2. Результаты освоения учебного предмета, подлежащие проверке

2.1. В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Результаты обучения: умения, знания.	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	Учебный диалог, опрос, показ
Знать:	
З1. О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	Учебный диалог
З2. Основы здорового образа жизни.	Практические занятия Тестирование

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

3. Оценка освоения учебного предмета:

3.1. Формы оценивания

Предметом оценки служат умения и знания по учебному предмету Адаптивная физическая культура.

Контроль и оценка освоения учебного предмета по разделам

Элемент учебной дисциплины	Формы контроля					
	Текущий контроль		Рубежный контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые У, З	Форма контроля	Проверяемые У, З	Форма контроля	Проверяемые У, З, ОК и ПК
1 курс						
Тема 1.1. Ручной мяч	Устный опрос Самостоятельная работа Практическое выполнение	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	Выполнение нормативов	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;		
Тема 1.2. Настольный теннис	Устный опрос Самостоятельная работа Практическое выполнение	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	Выполнение нормативов	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;		
Тема 1.3. Баскетбол	Устный опрос Самостоятельная работа Практическое выполнение	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	Выполнение нормативов	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;		
Тема 1.4 Волейбол	Устный опрос Самостоятельная работа Практическое выполнение	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	Выполнение нормативов	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	выполнение теста (зачет)	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;
Зачет					выполнение теста	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;
2 курс						
Тема 1.1. Ручной мяч	Устный опрос Самостоятельная работа Практическое выполнение	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	Выполнение нормативов	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;		
Тема 1.2. Настольный теннис	Устный опрос Самостоятельная работа Практическое выполнение	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	Выполнение нормативов	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;		
Тема 1.3. Баскетбол	Устный опрос Самостоятельная работа Практическое выполнение	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	Выполнение нормативов	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;		
Тема 1.4 Волейбол	Устный опрос Самостоятельная работа Практическое выполнение	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	Выполнение нормативов	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;	выполнение теста (зачет)	У1;31; 32; ОК1- ОК 6;
Дифференцированный зачет						У1;31; 32; ОК1- ОК 6;

3.2. Типовые задания для оценки освоения учебного предмета

3.2.1 Типовые задания для оценки умений У1;31; 32; ОК1- ОК 6;

В соответствии с программой Адаптивной физической культуры обучающийся должен выполнить нормативы, согласно критериям оценивания по видам спорта.

Критерии оценивания

(Извлечение из Письма Министерства образования Российской Федерации от 31 октября 2003 г. N 13-51-263/123 "Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий «Физической культурой»)

1. **Общую выносливость** обучающегося можно оценить при беге (ходьбе) в течение шести минут. Тестируемый выполняет упражнение в удобном для него темпе, переходя с бега на ходьбу и обратно в соответствии с его самочувствием. Тест выполняется на беговой дорожке стадиона или в спортивном зале образовательного учреждения. Результатом теста является расстояние, пройденное обучающимся.

2. **Оценку скоростно-силовых качеств, силы мышц обучающегося можно проводить при прыжке в длину с места.** Прыжок проводится на нескользкой поверхности. Сделав взмах руками назад, обучающийся резко выносит их вперед и, толкнувшись обеими ногами, прыгает как можно дальше. Результатом является максимальная длина прыжка, которая засчитывается из трех попыток.

3. **Силу мышц рук и плечевого пояса** можно оценить с помощью сгибания и разгибания рук в упоре лежа (при выпрямленном туловище). Выполняя упражнения, обучающийся опирается на выпрямленные в локтях руки и носки ног (во время сгибания рук живот не должен касаться пола). Засчитывается количество выполненных упражнений.

4. Броски и ловля теннисного мяча двумя руками с расстояния 1 метра от стенки в течение 30 секунд в максимальном темпе могут свидетельствовать о **координации движений**, ловкости, быстроте двигательной реакции. Засчитывается количество пойманных мячей.

5. **Прыжки через скакалку на двух ногах** помогают судить о координации движений, ловкости, быстроте двигательной реакции, скоростной выносливости, силе мышц ног. Засчитывается количество прыжков с одной попытки до момента отказа тестируемого.

6. Приседания, выполненные в произвольном темпе до утомления, позволяют оценить **силовую выносливость**. Засчитывается количество выполненных упражнений до момента отказа тестируемого.

Тесты физической подготовленности для учащихся первого года обучения в составе СМГ проводятся в декабре и апреле, для второго и последующих лет обучения - в сентябре, декабре и апреле.

4. Оценочные материалы для итоговой аттестации по учебному предмету

Предметом оценки являются умения и знания. Контроль и оценка осуществляются с использованием следующих форм: в форме **дифференцированного зачета**

Оценка освоения дисциплины предусматривает использование 5 бальной системы оценивания

I. ПАСПОРТ

Назначение:

ОС предназначены для контроля и оценки результатов освоения учебного предмета Адаптивная физическая культура по профессии 17542 Рабочий плодоовощного хранилища следующими умениями, знаниями:

Уметь:

У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

Знать:

З1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З2 - основы здорового образа жизни.

Общие компетенции

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

**Контрольные нормативы и испытания по физической культуре для
детей с ограниченной возможностью здоровья.**

N п/п	Наименование испытания (теста) по выбору	Нормативы						Физические качества
		Мужчины			Женщины			
		Уровень сложности						
		Брон зовы й знак отли чия	Серебря ный знак отличия	Золот ой знак отлич ия	Бронзов ый знак отлич ия	Серебря ный знак отличия	Золото й знак отлич ия	
1.	Бег на 30 м (с)	5,2	5,1	4,8	6,2	6,0	5,6	Скоростные возможност и
2.	Бег на 60 м (с)	9,3	9,2	8,6	11,9	11,6	11,0	
3.	Бег на 100 м (с)	15,8	15,5	14,5	18,2	18,0	17,4	
4.	Бег на 2000 м (мин, с)	-	-	-	13.40	12.55	12.05	Выносливос ть
5.	Бег на 3000 м (мин, с)	15.25	14.55	14.00	-	-	-	
6.	Бег на лыжах на 3 км (мин, с) <*>	-	-	-	22.45	21.40	19.20	
7.	Бег на лыжах на 5 км (мин, с) <*>	28.06	27.38	25.42	-	-	-	
8.	Кросс (бег по пересеченной местности) (без учета времени, км)	3	4	5	2	2.5	3	
9.	Плавание без учета времени (м)	40	50	75	40	50	75	
10.	Подтягивание из виса на высокой	8	10	12	-	-	-	Сила

	перекладине (количество раз)							
11.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	20	25	30	8	11	14	
12.	Рывок гири 16 кг (количество раз)	10	16	20	-	-	-	
13.	Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см)	+6	+8	+10	+8	+10	+14	Гибкость
14.	Прыжок в длину с разбега (см)	296	304	344	235	260	280	Скоростно- силовые возможност и
15.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	172	184	192	148	162	180	
16.	Метание мяча весом 150 г (м)	28	32	40	20	26	32	
17.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	24	32	42	18	22	32	
18.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий из 20 бросков)	12	15	16	12	14	16	Координац ионные способности