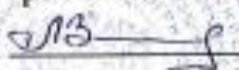


Министерство сельского хозяйства Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Казанская государственная академия  
ветеринарной медицины имени Н.Э. Баумана»

«УТВЕРЖДАЮ»  
проректор по учебно-воспитательной  
работе и молодежной политике  
 /Л.Р. Загидуллин/  
« 20 » февраля 2024 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Среднее профессиональное образование

Наименование дисциплины: СОО.01.09 Физическая культура

Наименование специальности: 36.02.01 Ветеринария

Квалификация выпускника: ветеринарный фельдшер

Форма обучения: очная

Уровень подготовки: базовый

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура»

Составили:

д.биол.наук, проф.



И.Х. Вахитов

ст. преподаватель



А.А. Гайнутдинов

ст. преподаватель



А.М. Миндубаев

преподаватель



Л.К. Фахртдинова

Рецензенты:

- директор МБОУ «СОШ» - №-173, Р.Г. Гибадуллин;

- зав. кафедрой фармакологии, токсикологии и радиобиологии ФГБОУ ВО Казанская ГАВМ, д.биол.н., профессор, Ф.А. Медетханов

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры физического воспитания протокол № 6 «13» 02 2024 г.

Зав. кафедрой, д.биол.н., проф.



И.Х. Вахитов

Рецензент:

Одобрена на заседании методической комиссии факультета СПО, протокол № 2 «20» 02 2024 г.

Председатель методической комиссии, доцент



Г.М. Закирова

Декан факультета СПО, профессор

«20» 02 2024 г.



Д.Д. Хайруллин

Согласовано:

Заведующий

библиотекой



20.02.2024  
(подпись, дата)

Ч.А. Харисова

## Содержание

	Стр.
1. Общая характеристика программы дисциплины .....	4
1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы .....	4
1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины .....	4
2. Структура и содержание дисциплины .....	8
2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....	8
2.2 Тематический план и содержание дисциплины .....	8
3. Условия реализации программы общеобразовательной дисциплины .....	11
3.1 Материально-техническое обеспечение дисциплины .....	11
3.2 Информационное обеспечение обучения .....	11
4. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины.....	13
<b>ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ</b> .....	17
1. Паспорт фонда оценочных средств .....	17
2. Контрольно-оценочные средства (КОС) для текущего контроля знаний, умений обучающихся .....	18
3. Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации обучающихся .....	20
4. Критерии выставления оценок .....	26

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы**

Учебная дисциплина – ОГСЭ.04 «Физическая культура» включена в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

Взаимосвязь с ООП заключается, прежде всего, в физической и профессионально-прикладной физической подготовке будущих специалистов СПО. «Входные» данные состоят в том, что поступающие в сельскохозяйственные вузы должны обладать хорошим здоровьем, физической подготовкой, желательно – наличие хотя бы первоначальной подготовки по спортивно-профессиональной подготовке.

Другое важное место физической культуры в структуре ООП – их роль в формировании всесторонне развитой личности агрономов и других специалистов сельского хозяйства – проводников культуры, в том числе физической культуры, на селе, организаторов физкультурной и спортивной работы среди сельского населения.

## **1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины**

### **1.2.1. Цели и задачи дисциплины**

**Цель:** формирование физической культуры личности студента и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психологической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности специалиста сельского хозяйства.

#### **Задачи дисциплины:**

- понимание студентами социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание естественнонаучных и практических основ физической культуры и спорта и ЗОЖ;
- формирование положительного отношения к физической культуре и спорту, установка на здоровый стиль жизни, потребностей к занятиям физическими упражнениями;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовки с учетом будущей профессии;
- приобретение опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### 1.2.2. Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Код	Содержание компетенции	Знания	Умения
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p><b>Уметь:</b> - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;</p> <p>- устанавливать существенный признак и/или основания для сравнения, классификации и обобщения;</p> <p>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</p> <p>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</p> <p>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</p> <p>- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</p> <p>- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</p> <p>- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</p> <p>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение</p>	<p><b>Знать:</b> - использование разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);</p> <p>- владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>- владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</p> <p>- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p>

		<p>в новых условиях;</p> <p>-уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</p> <p>-уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</p> <p>-выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</p> <p>-способность их использования в познавательной и социальной практике.</p>	
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<p><b>Уметь:</b> - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</p> <p>- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;</p> <p>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</p> <p>- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.</p>	<p><b>Знать:</b> - овладение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств.</p>
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной	<p><b>Уметь:</b> - самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</p> <p>-давать оценку новым ситуациям;</p> <p>-расширять рамки учебного предмета на основе личных</p>	<p><b>Знать:</b> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <p>-наличие мотивации к обучению и личностному развитию.</p>

	<p>деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>предпочтений; -делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретенный опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.</p>	
--	---	---	--

### 1.2.3. Перечень личностных результатов

<p><b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b></p>	<p><b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b></p>
<p>Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях</p>	<p>ЛР 9</p>
<p>Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности</p>	<p>ЛР 13</p>
<p>Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p>ЛР 14</p>
<p>Самостоятельный и ответственный в принятии решений во всех сферах своей деятельности</p>	<p>ЛР 21</p>
<p>Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях</p>	<p>ЛР 22</p>
<p>Препятствующий действиям, направленным на ущемление прав или унижение достоинства (в отношении себя или других людей)</p>	<p>ЛР 23</p>
<p>Демонстрирующий навыки самообучения</p>	<p>ЛР 26</p>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	1 семестр, часов	2 семестр, часов	Общий объем, часов
<b>Объем образовательной программы дисциплины</b>	<b>34</b>	<b>38</b>	<b>72</b>
<b>в т.ч.</b>			
<b>Основное содержание</b>	<b>34</b>	<b>38</b>	<b>72</b>
в т. ч.:			
Лекционные занятия	12	-	12
практические занятия	22	38	60
<b>Промежуточная аттестация (зачет)</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>

### 2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Название раздела и тема	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем лекций, в часах	Объем практической подготовки, в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
<b>1 семестр</b>				
<b>Раздел 1. Физическая культура, как часть культуры общества и человека</b>				
Тема: Программно-нормативно и	Современное состояние физической культуры и спорта	2		ОК 01, ОК 04,



организационные аспекты физической культуры	Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой		2	ОК 08
	Здоровье и здоровый образ жизни	2		
	Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»		2	
<b>Раздел 2. Методические основы обучения различным видам физкультурно-спортивной деятельности</b>				ОК 01, ОК 04, ОК 08
Тема: Профессионально-прикладная физическая подготовка	Современные системы и технологии укрепления и сохранения здоровья	2		
	Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности		2	
	Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при решении профессионально-ориентированных задач		2	
Тема: Двигательная деятельность в форме физических упражнений	Основы методики самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и самоконтроль за индивидуальными показателями здоровья	2		ОК 01, ОК 04, ОК 08
	Профессионально-прикладная физическая подготовка		8	
	Физическая культура в режиме трудового дня	2		ОК 01, ОК 04, ОК 08
	Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой		2	

	Профессионально-прикладная физическая подготовка	2		ОК 01, ОК 04, ОК 08
	Спортивная гимнастика		4	
Итого:		12	22	
2 семестр				
Тема: Составная часть физической культуры, средства и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовки к ней	Акробатика		2	ОК 01, ОК 04, ОК 08
	Аэробика		2	
	Атлетическая гимнастика		2	
	Самбо		2	
	Футбол		2	
	Баскетбол		4	
	Волейбол		4	
	Бадминтон		4	
	Теннис		4	
	Хоккей		4	
	Спортивные игры, отражающие национальные, региональные или этнокультурные особенности		2	
Лёгкая атлетика		6		
Итого за 2 семестр		0	38	
Консультация / экзамен			-	
Итого:		12	60	
Всего:			72	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта (с указанием площади и номера помещения в соответствии с документами бюро технической инвентаризации)
<p><b>Учебная аудитория</b> для проведения практических занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации</p> <p><b>Оборудование:</b> столы – 11 шт. стулья для обучающихся - 37 шт., стол -1 шт., стул для преподавателя – 1 шт.; компьютеры персональный USN Business– 9 шт., телевизор Roisen C25r21j – 1шт., проектор переносной BengMX 520DLP 3000 LmXGA-1 шт</p>	<p>420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Сибирский тракт, д.35, 3 этаж.</p> <p><b>Учебная аудитория №307</b> (площадь – 59,4 кв.м., номер в соответствии с документами по технической инвентаризации - 55)</p>
<p><b>Спортивный зал №1:</b> Щиты баскетбольные, стойки волейбольные, сетка волейбольная, вышка для судейства в волейболе, стенка шведская, скамейки гимнастические, мячи футбольные, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, маты гимнастические, столы для настольного тенниса, турник, ракетки для большого тенниса, ракетки для настольного тенниса, ракетки для бадминтона, воланчики, мячики для настольного тенниса, мячики для большого тенниса, ворота для мини-футбола, сетка для настольного тенниса, мецин. бол., обручи, скакалки, диски, копья (м/ж), ядра (м/ж), лыжи пластиковые комплекты</p>	<p>420029, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Сибирский тракт, д. 35, 3 этаж.</p> <p><b>Спортивный зал №1</b> (площадь – 410,9 кв.м., номер в соответствии с документами по технической инвентаризации - 18)</p>

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

##### 3.2.1. Литература по дисциплине «Физическая культура»

Источники информации	Кол-во экземпляров
<p>1.Теория и методика физической культуры и спорта / Г.Ф. Агеева, Е.Н. Карпенкова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 68с. — ISBN 978-5-8114-9763-8.</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/198284">https://e.lanbook.com/book/198284</a></p>

<p>2.Баскетбол / В.Л. Коновалов, В.А. Погодин. — 1-е изд. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 84 с. — ISBN 978-5-8114-9723-2.</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/207539">https://e.lanbook.com/book/207539</a></p>
<p>3.Плавание: учебное пособие для СПО / Г.Ф. Агеева, В.И. Величко, И.В. Тихонова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 64 с. — ISBN 978-5-8114-9471-2.</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/195475">https://e.lanbook.com/book/195475</a></p>
<p>Льжжный спорт. Методика обучения основам горнолыжной техники / И.В. Тихонова, В.И. Величко. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-9993-9.</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/202178">https://e.lanbook.com/book/202178</a></p>
<p>Организация учебно-тренировочного процесса по физической культуре в среднем учебном заведении (на примере тяжёлой атлетики) / И.В. Чернов, Р.В. Ревунов. — 1-е изд. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 104 с. — ISBN 978-5-8114-9722-5.</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/207551">https://e.lanbook.com/book/207551</a></p>
<p>Легкая атлетика: методические указания / С.В. Краснов, Д.А. Аксенов. — Самара: СамГАУ, 2022. — 36 с.</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/244517">https://e.lanbook.com/book/244517</a></p>
<p>Элективные курсы по физической культуре и спорту студентов: учебное пособие / В.А. Бомин, А.И. Ракоца, А.И. Трегуб [и др.]. — Иркутск: Иркутский ГАУ, 2020. — 173 с.</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/183496">https://e.lanbook.com/book/183496</a></p>
<p>Методика организации и проведения занятий по баскетболу в ВУЗе: учебное пособие/ Мадьяров А. Р., Фахрутдинов Л.К., Гайнутдинов А.А., Бозин А.А.,2023.</p>	<p>Казань: ООО «45 Тираж-500</p>
<p>Методика воспитания силовых качеств: учебное пособие/ Б.И. Эмирусайинов, А.Р. Мадьяров, И.Х. Вахитов.,2023.</p>	<p>ООО «45»</p>
<p>Методика организации и проведения занятий по легкой атлетике в ВУЗе: учебное пособие/ Мадьяров А. Р., Фахрутдинов Л.К., Гайнутдинов А.А., Миндубаев А.М.,2023.</p>	<p>Издательство «Отечество», типография «Вестфалика»</p>
<p>Формирование валеологической культуры педагога: учебное пособие/ Мадьяров А.Р., Вахитов И.Х.,2023.</p>	<p>Издательство «Отечество», типография «Вестфалика»</p>

Физическая культура и спорт студентов: учебное пособие / В.А. Бомин, А.И. Ракоца, А.И. Трегуб [и др.]. — Иркутск: Иркутский ГАУ, 2020. — 115 с.	Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/183498">https://e.lanbook.com/book/183498</a>
Рахматов, А. А. Теория и история физической культуры: социология физической культуры и спорта / А. А. Рахматов, А. И. Рахматов. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 68 с. — ISBN 978-5-507-45385-6.	Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/333224">https://e.lanbook.com/book/333224</a>
Федякин, А. А. Теория и организация адаптивной физической культуры / А. А. Федякин. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 212 с.	Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/362339">https://e.lanbook.com/book/362339</a>
Соколовская, С. В. Психология физической культуры и спорта / С. В. Соколовская. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 144 с.	Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/352055">https://e.lanbook.com/book/352055</a>
Бобков, В. В. Физическая культура: подготовка студентов к выполнению нормативов ВФСК ГТО / В. В. Бобков. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 128 с	Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/362795">https://e.lanbook.com/book/362795</a>

### 3.2.2. Программное обеспечение и интернет-ресурсы

1. Электронный каталог библиотеки ФГБОУ ВО Казанской ГАВМ – Режим доступа: <http://ksavm.senet.ru/>
2. Образовательный портал ФГБОУ ВО Казанская ГАВМ – Режим доступа: <https://kazanveterinary.ru/moodle/>
3. Электронно-библиотечная система «Лань» - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/books>
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС Юрайт» - Режим доступа: <https://urait.ru/>
5. Система «КонсультантПлюс» - Режим доступа: <https://dsm.consultant.ru/cgi/online.cgi?req=home&rnd=A1mMTQ>
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/>
7. Электронно-библиотечная система «IPR SMART» - Режим доступа: <https://www.iprbookshop.ru/>
8. Polpred.com Обзор СМИ - Режим доступа: <https://polpred.com/news>

9. Национальная электронная библиотека НЭБ - Режим доступа: <https://rusneb.ru/>

10. Программное обеспечение «Антиплагиат.ВУЗ» - Режим доступа: <https://ksavm-senet.antiplagiat.ru/>

11. Платформа ВКР-ВУЗ - размещение, хранение материалов и поиск на заимствования - Режим доступа: <http://www.vkr-vuz.ru/>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов обучения осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований. Результаты обучения определяют, что обучающиеся должны знать, понимать и демонстрировать по завершении изучения дисциплины.

Для формирования, контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины используется система оценочных мероприятий, представляющая собой комплекс учебных мероприятий, согласованных с результатами обучения и сформулированных с учетом ФГОС СОО (предметные результаты по дисциплине) и ФГОС СПО.

№№ п/п	Название раздела	Содержание раздела в дидактических единицах	
Самостоятельная работа			
1	Раздел 1.	Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	<u>Вопросы:</u> 1. Социальные функции физической культуры и спорта. 2. Распределение студентов по 4 медицинским группам. 3. Распределение студентов по 3 учебным отделениям.
2	Раздел 1.	Тема 2. Основы здорового образа жизни (ЗОЖ).	1. Факторы ЗОЖ (3 фактора). 2. Основные составляющие ЗОЖ. 3. Физическая культура и спорт как фактор ЗОЖ.
3	Раздел 2.	Тема 3. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	1. Динамика работоспособности студентов в учебном году. 2. Основные причины изменения психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии. 3. Особенности использования средств ф.к. для оптимизации работоспособности.

4	Раздел 2.	Тема 4. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.	1.Методические принципы физического воспитания. 2.Физические качества (какие пять?). 3.Структура учебного и учебно-тренировочного занятия (три части).
5	Раздел 3.	Тема 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студента.	1.Определение. 2.ППФП полеводов. 3.ППФП животноводов. 4.ППФП механизаторов. 5.ППФП управленческого аппарата.
6	Раздел 4.	Тема 6. История Олимпийских игр. История физической культуры и спорта Удмуртии.	1.Древние Олимпийские игры.2. 2.Современные Олимпийские игры. 3.Участие спортсменов Удмуртии в Олимпийских играх.
7	Раздел 4.	Тема 7. История физической культуры и спорта.	
Практические занятия			
1	Легкая атлетика	Основные разделы: Техника бега (постановка ног, работа рук и т.п.). Бег на короткие дистанции. Низкий и высокий старт. Развитие скорости и выносливости (ускорения, кроссы, переменный, повторный и интервальный бег).	1.Основы техники бега. 2.Правила выполнения высокого и низкого старта. 3.Методика развития выносливости.
2	Спортивные игры (волейбол, футбол, баскетбол)	Техника. Тренировка. Двусторонняя игра. Правила игры. Судейство.	1.Владение техникой элементов игры. 2.Владение основ техники игры.3. 3. Знание правил игры и судейскими навыками.
3	Дополнительные виды Гиревой спорт	Знакомство с силовыми видами спорта. Техника выполнения. Силовая подготовка. Тренировка. Правила соревнований.	Особенности видов спорта. Техника выполнения. Тренировка. Правила соревнований. Инструкторская практика.
	Аэробика	Особенности вида. Техника выполнения. Музыкальное сопровождение. Тренировка. Правила соревнований.	
	Дзюдо	Особенности вида спорта. Техника выполнения. Тактика. Тренировка. Правила соревнований.	

### 4.3 Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинары)
1	2.1	Легкая атлетика: Тематика: Техника бега (положение туловища, разгиб рук, постановка ног). Бег на коротки дистанции. Низкий и высокий старт. Развитие скорости. Бег на средние и длинные дистанции. Развитие общей и скоростной выносливости (кросс, кросс с ускорением, темповой кросс, переменный бег, повторный бег, интервальный бег. Эстафеты, передача эстафетной палочки. Прыжки в длину с разбега: разбег, толчок, полет, приземление. Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости. Основные правила судейства соревнований.
2	2.2	Спортивные игры: волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис Тематика: изучение техники элементов игр, правил игр, тактика игры. Тренировка. Двусторонняя игра. Развитие физических качеств: силы, быстроты, общей и специальной выносливости, гибкости, ловкости. Судейство соревнований. Инструкторская практика.
3	2.3	Дополнительные виды спорта <u>Гиревой спорт</u> Тематика: особенности вида спорта, техника поднятия гирь, правила соревнований. Развитие физических качеств, прежде всего, силы специальной выносливости и других физических качеств. Судейство соревнований, инструкторская практика. <u>Дзюдо.</u> Тематика: особенности вида спорта, изучение техники, правила соревнований, тактика борьбы. Развитие физических качеств, прежде всего, силы, ловкости, гибкости, общей и специальной выносливости. Судейство соревнований. Инструкторская практика. <u>Аэробика.</u> Тематика: особенности вида спорта, изучение техники. Выполнение упражнений. Умение составлять композиции с музыкальным сопровождением. Тренировка. Развитие физических качеств: силы, ловкости, гибкости, специальной выносливости. Правила соревнований.



**Министерство сельского хозяйства Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Казанская государственная академия  
ветеринарной медицины имени Н.Э. Баумана»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

проректор по учебно-воспитательной  
работе и молодежной политике

\_\_\_\_\_ /Л.Р. Загидуллин/

« 20 » февраля 2024 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**Среднее профессиональное образование**

**Наименование дисциплины:** СОО.01.09 Физическая культура

**Наименование специальности:** 36.02.01 Ветеринария

**Квалификация выпускника:** ветеринарный фельдшер

**Форма обучения:** очная

**Уровень подготовки:** базовый

Казань 2024

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для проверки результатов освоения учебной дисциплины ветеринарная фармакология ОПОП СПО (ППССЗ) по специальности 36.02.01 Ветеринария.

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины:

### **Знать/понимать:**

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличения продолжительности жизни;
- способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;

### **Уметь:**

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;
- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физкультурой;
- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом по легкой атлетике, гимнастике, лыжам при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма;

### **Общие компетенции:**

ОК 01 - Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

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

ОК 8 - Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

## 2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Показателями уровня освоенности компетенций на всех этапах их формирования являются:

### **1-й этап (уровень знаний):**

- знать социальный заказ общества на подготовку специалистов для и понимать роль физической культуры в формировании профессионально важных физических качеств и психических свойств личности;

- знать научно-теоретические основы формирования базовой, спортивной, оздоровительной, рекреационной, профессионально-прикладной физической культуры студента и понимать их интегрирующую роль в процессе формирования здоровьесбережения будущих специалистов;

- знать особенности воздействия на организм условий и характера различных видов профессионального труда и понимать важность поддержания высокого уровня физического и психического здоровья;

### **2-й этап (уровень умений):**

- уметь управлять своим физическим здоровьем и применять высокоэффективные оздоровительные и спортивные технологии;

- уметь самостоятельно заниматься различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами и применять свои навыки для организации коллективных занятий и соревнований;

- уметь воспитывать индивидуально-психологические и социально-психологические свойства личности и применять средства спортивных состязаний;

- готовность применять практические умения и навыки по физической культуре в экстремальных ситуациях производственной деятельности;

- уметь переносить предметные знания по теории и методике физического воспитания на другие предметные области в процессе профессиональной подготовки в вузе.

### **3-й этап (уровень владения навыками):**

- способностью к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию в выборе средств и методов оздоровительных и спортивных технологий;

- высоким уровнем готовности к развитию в сфере физической культуры (мотивация, знания, умения, навыки и самооценка достижений);

- технологией мониторинга собственного физического развития, функционального состояния систем организма, физической и психической работоспособности;

- способностью передавать систему формирования индивидуальной здоровьесберегающей жизнедеятельности членам трудового коллектива.

Уровень сформированности компетенций в целом по дисциплине оценивается на основе результатов текущего контроля знаний в процессе освоения дисциплины как средний балл результатов текущих оценочных мероприятий в течение семестра;

На основе результатов промежуточной аттестации как средняя оценка входного контроля, контрольных упражнений по физической подготовке и вопросов по теоретическому разделу дисциплины. По итогам изучения дисциплины «Физическая культура» студент сдает экзамен.

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 3000 м (мин, с)	12,30	14,00	б/вр
2. Бег на лыжах 5 км (мин, с)	25,50	27,20	б/вр
3. Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)	10	8	5
4. Прыжок в длину с места (см)	230	210	190
5. Бросок набивного мяча 2 кг из-за головы (м)	9,5	7,5	6,5
6. Силовой тест – подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	13	11	8
7. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	12	9	7
8. Координационный тест – челночный бег 3x10 м (с)	7,3	8,0	8,3
9. Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)	7	5	3
10. Гимнастический комплекс упражнений: утренней гимнастики; производственной гимнастики; релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	до 9	до 8	до 7,5

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются кафедрами физического воспитания с учетом специфики профессий (специальностей) профессионального образования.

**Таблица 3 - Оценка уровня физической подготовленности девушек основного и подготовительного учебного отделения**

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 2000 м (мин, с)	11,00	13,00	б/вр
2. Бег на лыжах 3 км (мин, с)	19,00	21,00	б/вр
3. Прыжок в длину с места (см)	190	175	160
4. Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)	8	6	4
5. Силовой тест – подтягивание на низкой перекладине (количество раз)	20	10	5
6. Координационный тест – челночный бег 3x10 м (с)	8,4	9,3	9,7
7. Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м)	10,5	6,5	5,0
8. Гимнастический комплекс упражнений: - утренней гимнастики; - производственной гимнастики; - релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	до 9	до 8	до 7,5

Примечание. Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются кафедрами физического воспитания с учетом специфики профессий (специальностей) профессионального образования

**Таблица 4 - Оценка уровня физических способностей студентов**

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Оценка					
				Юноши			Девушки		
				5	4	3	5	4	3
1	Скоростные	Бег 30 м/с	16-17	4,4 и выше 4,3	5,1 – 4,8 5,0 – 4,7	5,2 и ниже 5,2	4,8 и выше 4,8	5,9 – 5,3 5,9 – 5,3	6,1 и ниже 6,1
2	Координационные	Челночный бег 310 м/с	16-17	7,3 и выше 7,2	8,0 – 7,7 7,9 – 7,5	8,2 и ниже 8,1	8,4 и выше 8,4	9,3 – 8,7 9,3 – 8,7	9,7 и ниже 9,6
3	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	16-17	230 и выше 240	195 – 210 205 – 220	180 и ниже 190	210 и выше 210	170 – 190 170 – 190	160 и ниже 160
4	Выносливость	6-минутный бег, м	16-17	1500 и выше 1500	1300-1400 1300-1400	1100 и ниже 1100	1300 и выше 1300	1050-1200 1050-1200	900 и ниже 900
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	16-17	15 и выше 15	9 – 12 9 – 12	5 и ниже 5	20 и выше 20	12 - 14 12 - 14	7 и ниже 7
6	Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса, количество раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа, количество раз	16-17	11 и выше 12	8– 9 8- 10	4 и ниже 4	18 и выше 18	13 - 15 13 - 15	6 и ниже 6

		(девушки)							
--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--

### 1. Тестовые задания

1. Причины травм в волейболе:

- а) прыжки
- б) падения
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

2. На уроках можно формировать бесстрашие и преодоление негативных факторов, что развивает психические свойства личности, так ли это:

- а) нет
- б) отчасти
- в) да +

3. Начальной стадией самоконтроля является контроль:

- а) исходного уровня возможностей занимающегося+
- б) двигательной деятельности
- в) внешних факторов воздействия на занимающегося

4. Циклическое физическое упражнение:

- а) метания
- б) прыжки
- в) бег +

5. Как обозначают прыжок со снаряда в гимнастике:

- а) вылет
- б) спад
- в) соскок +

6. Часть занятия включает общую и специальную разминку:

- а) подготовительная +
- б) основная
- в) развивающая

7. Что такое кросс:

- а) бег с ускорением
- б) бег по искусственной дорожке стадиона
- в) бег по пересеченной местности +

8. Разучивание движений в физическом воспитании проводится в строго определенном порядке, так ли это:

- а) да +
- б) нет
- в) по желанию преподавателя

9. На развитие гибкости влияет:
- а) настойчивость и воля
  - б) внешняя температура и время суток +
  - в) солнечная активность и время года
10. Форма физической культуры, использующая физические упражнения в качестве средств и методов лечения и восстановления функций организма, называется:
- а) медицинской
  - б) базовой
  - в) лечебной +
11. Какова наиболее эффективная форма отдыха при умственном труде:
- а) сон
  - б) большая физическая нагрузка
  - в) активный отдых в виде умеренного физического труда или занятий физическими упражнениями +
12. Для ритмично выполняемых физических упражнений характерна четко согласованная последовательность мышечных групп, так ли это:
- а) да +
  - б) нет
  - в) отчасти
13. Оказывают ли влияние на работоспособность человека биологические ритмы:
- а) частично
  - б) нет
  - в) да +
14. Разминка, задачами которой является активизация мышц и функций основных систем организма, – это разминка:
- а) профессиональная
  - б) общая +
  - в) методическая
15. Что является одним из обязательных условий при занятиях физической культурой и спортом:
- а) тщательный контроль за состоянием здоровья занимающихся +
  - б) наличие начальной физической подготовки
  - в) систематическое посещение занятий
16. Выбор способа проведения соревнования зависит:
- а) от количества спортивных площадок
  - б) от задач соревнования, сроков проведения, числа участников соревнований +
  - в) от положения о соревнованиях
17. Какой учет тренировочной нагрузки позволяет анализировать показатели тренировочных занятий:
- а) предварительный учет
  - б) итоговый учет
  - в) текущий учет +
18. Личная гигиена включает в себя:
- а) посещение сауны

б) рациональный суточный режим

в) оба варианта верны +

г) нет верного ответа

19. Педагогический процесс развития физических способностей и двигательных навыков с учетом требований вида деятельности (производства, военного дела, спорта) – это физическая(ое):

а) развитие

б) культура

в) подготовка +

20. Перечислите, от чего зависит продолжительность подготовительной части занятий:

а) времени года

б) подготовленности занимающихся +

в) времени суток

21. Физическая подготовка:

а) результат педагогического процесса развития физических качеств +

б) степень наивысшей физической подготовленности занимающихся

в) изучение методических материалов по физической культуре

22. Перечислите, от чего зависит продолжительность подготовительной части занятий:

а) времени суток

б) времени года

в) характера предстоящих упражнений +

23. Прикладные физические качества:

а) имеют наибольшее значение для качественного выполнения конкретной производственной деятельности +

б) уровень развития силы и выносливости

в) умение плавать, ходить на лыжах

24. Назовите, каким целям служат самостоятельные занятия физической культурой и спортом:

а) самообразованию

б) самовоспитанию

в) оба варианта верны +

г) нет верного ответа

## **2. ТЕМЫ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

1. Социальные функции физической культуры и спорта.
2. Физическая культура и ее роль в решении социальных проблем.
3. Занятия спортом как средство развития профессионально важных жизненных качеств (на примере конкретной профессиональной деятельности).
4. Организация здорового образа жизни студента.
5. Здоровый образ жизни и факторы его определяющие.



Значение средств физической культуры в повышении работоспособности студента и профилактике утомления.

6. Значение физической культуры для будущего специалиста - работника социальной сферы.

7. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями.

8. Приемы регуляции и саморегуляции неблагоприятных психических и физических состояний.

9. Предупреждение профессиональных заболеваний и самоконтроль.

10. Взаимосвязь и взаимозависимость духовного и физического самосовершенствования.

11. История развития физической культуры как дисциплины.

12. Современные олимпийские игры: особенности проведения и их значение в жизни современного общества.

13. Физическая культура как средство борьбы от переутомления и низкой работоспособности.

14. Основные методы коррекции фигуры с помощью физических упражнений.

15. Основные системы оздоровительной физической культуры.

16. Профилактика возникновения профессиональных заболеваний.

17. Взаимосвязь физического и духовного развития личности.

18. Адаптация к физическим упражнениям на разных возрастных этапах.

19. Адаптация профессиональных спортсменов к выполнению предусмотренных нагрузок.

20. Анализ системы физической культуры в высших учебных заведениях.

21. Актуальные проблемы в проведении занятий по физической культуре в учебных заведениях.

22. Особенности правовой базы в отношении спорта и физической культуры в России.

23. Возрастные особенности двигательных качеств

24. Методики оценки усталости и утомления

25. Особенности подготовки для приписанных к специальной медицинской группе

26. Русские национальные виды спорта и игры

27. Учет половых и возрастных особенностей при занятиях физической культурой и спортом

28. Организм человека, как единая биологическая система. Воздействие средств физической культуры и спорта, природных, социальных и экологических факторов на организм

29. Понятие о гигиене. Значение гигиенических требований и норм для организма

30. Национальные виды спорта и игры народов мира

## 4. КРИТЕРИИ ВЫСТАВЛЕНИЯ ОЦЕНОК

### 4.1 Критерии выставления оценок при тестировании

Результат тестирования оценивается по процентной шкале оценки. Каждому обучающемуся предлагается комплект тестовых заданий, количество которых приравнивается к 100%:

Отметка	Критерии оценивания
отлично	больше 85% правильных ответов
хорошо	66-85% правильных ответов
удовлетворительно	51-65% правильных ответов
неудовлетворительно	меньше 50% правильных ответов

### 4.2 Критерии выставления оценок при проведении экзамена (контрольной работы)

Отметка	Критерии оценивания
Отлично	Выполнены все виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. Обучающийся демонстрирует соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, оперирует приобретенными знаниями, умениями, навыками, применяет их в ситуациях повышенной сложности. При этом могут быть допущены неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации
Хорошо	Выполнены все виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. Обучающийся демонстрирует соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, оперирует приобретенными знаниями, умениями, навыками, применяет их в стандартных ситуациях. При этом могут быть допущены незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации
Удовлетворительно	Не выполнен один или более видов учебной работы, предусмотренных учебным планом. Обучающийся демонстрирует неполное соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателям, допускаются значительные ошибки, проявляется частичное отсутствие знаний, умений, навыков по ряду показателей, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации
Неудовлетворительно	Не выполнены виды учебной работы, предусмотренные учебным планом. демонстрирует неполное соответствие знаний, умений, навыков приведенным в таблицах показателей, допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие знаний, умений, навыков по большому ряду показателей, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации