

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области      государственное  
автономное профессиональное образовательное учреждение      Свердловской области  
«Ирбитский мотоциклетный техникум» (ГАПОУ СО «ИМТ»)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГАПОУ СО «ИМТ»

 С.А. Катцина

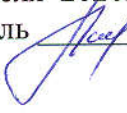


 июня 2020 г

**ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА  
ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ  
15.02.08. Технология машиностроения**

**КОМПЛЕКС КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
ОГСЭ.04 Физическая культура**

## РАССМОТРЕНО

На заседании цикловой комиссии  
-специальности  
15.02.08 Технология машиностроения  
ГАПОУ СО «ИМТ»  
Протокол № 14  
от «28» апреля 2020г.  
Председатель  Л.В.Лаптева

## СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
учебно-методической работе  
ГАПОУ СО «ИМТ»



Е.С.Прокопьев

«10» июня 2020г.

ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА  
ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ  
**15.02.08. Технология машиностроения**  
КОМПЛЕКС КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ  
ОГСЭ.04 Физическая культура

Разработчик: Е.А. Юдин, преподаватель

Рецензент Е. С. Прокопьев, зам. директора по УМР

Комплекс контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 15.02.08. Технология машиностроения утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 июля 2014 года № 832.

Комплекс контрольно-оценочных средств предназначен для определения качества освоения обучающимися учебного материала, является частью программы подготовки специалистов среднего звена в целом и учебно-методического комплекса (УМК) дисциплин.

**КОМПЛЕКС КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень)**

**СОДЕРЖАНИЕ**

№	Наименование раздела	С.
1.	Паспорт комплекса контрольно-оценочных средств	3
2.	Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке	5
3.	Оценка освоения учебной дисциплины	13
4.	Контрольно- измерительные материалы для промежуточной аттестации по учебной дисциплине	17
5.	Приложения	21
	1. Комплект контрольно-измерительных материалов – зачетных билетов	
	2. Сводная ведомость уровня сформированности элементов общих компетенций	
	3. Сводная ведомость уровня сформированности первоначальных элементов профессиональных компетенций	
	4. Сводная ведомость освоения учебной дисциплины	

## 1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКСА КОНТРОЛЬНО - ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОГСЭ.04 Физическая культура

В результате освоения инвариантной учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) обучающийся должен обладать предусмотренными Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) по специальности СПО 15.02.08. Технология машиностроения, базовая подготовка, следующими умениями, знаниями:

**Умения** (далее – У):

У 1 – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Знания** (далее – З):

З 1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З 2 - основы здорового образа жизни

Усвоенные знания и приобретенные умения в результате освоения учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) формируют общие компетенций:

**Общие компетенции** (далее – ОК), включающие в себя способность:

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество

ОК 3. Принимать решение в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством и клиентами

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Формой аттестации по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) является дифференцированный зачет.

В соответствии с требованиями ФГОС СПО и рабочей программы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) разработан Комплекс контрольно-оценочных средств, являющийся частью учебно-методического комплекса настоящей дисциплины.

Комплекс контрольно-оценочных средств (КОС) включает:

1. Паспорт КОС;

2. КОС текущей аттестации:

- Обязательные тесты определения физической подготовленности,

- методические указания по выполнению реферативных работ.

КОС текущей аттестации представляется приложениями к настоящему документу сборник.

3. КОС промежуточной аттестации:

- вопросы для студентов для подготовки к дифференцированному зачету,

- пакет экзаменатора.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.04 Физическая культура, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате текущей аттестации и промежуточной аттестации (в форме дифференцированного зачета) по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций.

В процессе текущей аттестации производится контроль сформированности следующих умений и знаний:

**Умения** (далее – У):

У 1 – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей: наблюдается положительная динамика при сдаче нормативов

**Знания** (далее – З):

З 1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

З 2 - основы здорового образа жизни

В процессе промежуточной аттестации осуществляется контроль сформированности умений и знаний:

Таблица 1.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Основные показатели оценки результата	Формы, методы контроля и оценки результатов обучения
<i>Обучающийся умеет:</i>		
У 1 – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и	Отбирает по заданным критериям алгоритм выполнения норматива (упражнения, теста, задания) из числа известных для применения в	Проверка экспертами правильности выполнения заданий практической направленности

профессиональных целей:	конкретной ситуации,	
<i>Обучающийся знает:</i>		
З 1 - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;	Воспроизводит знания о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; приводит разъясняющие примеры	Проверка правильности, собеседование с экспертами
З 2 - основы здорового образа жизни В процессе промежуточной аттестации осуществляется контроль сформированности умений и знаний:	применяет знание здорового образа жизни опираясь на заданный алгоритм деятельности.	Проверка правильности, собеседование с экспертами

Сформированности общих и профессиональных компетенций может быть подтверждена деятельностью учащегося в ходе промежуточной аттестации как изолированно, так и комплексно. Показатели сформированности элементов общих и профессиональных компетенций:

Таблица 2.

<b>Уровни деятельности</b>	<b>Результаты обучения (освоенные ОК, ПК)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы, методы контроля и оценки результатов обучения</b>
Регулятивный	ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Обосновывает постановку цели, выбора и применения методов и способов при организации собственной деятельности в процессе промежуточной аттестации. Демонстрирует способность к анализу, контролю и оценки рабочих ситуаций (при решении ситуационных задач). Проводит самоанализ и коррекцию результатов собственной работы.	Наблюдение при собеседовании с экспертами
	ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	Демонстрирует навыки использования технологий активного и эффективного взаимодействия при собеседовании с экспертами, способность и готовность к сотрудничеству. Проявляет терпимость к другим мнениям и позициям.	Наблюдение при собеседовании с экспертами
Аналитический	ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Выбирает методы и способы выполнения профессиональных задач из известных. Обосновывает постановку цели, выбора и применения методов и способов при организации собственной деятельности	Наблюдение при собеседовании с экспертами

		в процессе промежуточной аттестации. Определяет цели деятельности. Демонстрирует способность к анализу, контролю и оценки рабочих ситуаций (при решении ситуационных задач). Проводит самоанализ и коррекцию результатов собственной работы.	
Самосовершенствования	ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Демонстрирует умение планировать свою деятельность при решении ситуационных задач и стремление к самосовершенствованию самоорганизации.	Наблюдение при собеседовании с экспертами
	ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Демонстрирует понимание задач своего дальнейшего профессионального и личностного развития, стремления к самообразованию, планированию дальнейшего повышения квалификации. Обоснованно выбирает варианты реализации профессиональных планов, проектирует профессиональную карьеру.	Наблюдение при собеседовании с экспертами

### 3. ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### ОГСЭ.04 Физическая культура

##### 3.1. Формы и методы оценивания образовательных достижений студентов при промежуточной аттестации

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные ФГОС по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Занятия по дисциплине представлены следующими видами работы: лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов. На всех видах занятий предусматривается проведение текущего контроля в различных формах. Текущая аттестация студентов по дисциплине проводится в соответствии с Уставом техникума, локальными актами и является обязательной.

Текущая аттестация по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) осуществляется преподавателем, ведущим дисциплину, и проводится в форме контрольных мероприятий по оцениванию фактических результатов обучения студентов: защиты практических работ, проверка результатов самостоятельной внеаудиторной работы студентов.

Объектами оценивания выступают:

- общие компетенции (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по дисциплине);
- степень усвоения теоретических знаний;
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы;
- результаты самостоятельной работы.

По итогам текущей аттестации по дисциплине проводится обязательная ежемесячная аттестация на 1 число каждого месяца.

Методическое обеспечение текущей аттестации по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) является самостоятельным документом.

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) проводится в соответствии с Уставом техникума, Положением о порядке проведения промежуточной аттестации и другими локальными актами техникума. Промежуточная аттестация студентов является обязательной.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится, в соответствии с рабочим учебным планом специальности 15.02.08. Технология машиностроения, в четвертом семестре. В соответствии с Положением о порядке проведения промежуточной аттестации по учебным дисциплинам, междисциплинарным курсам, профессиональным модулям и переводе на следующий курс обучающихся по основным профессиональным образовательным программам среднего профессионального образования на основе ФГОС информация о форме промежуточной аттестации доводится до обучающихся в начале семестра. Дифференцированный зачет проводится за счет времени, отведенного на изучение дисциплины на последнем занятии. Дифференцированный зачет принимается экспертами. В качестве экспертов могут выступать: преподаватель, проводивший занятия; преподаватели ГАПОУ СО «ИМТ» читающие смежные учебные дисциплины, преподаватели других образовательных организаций; руководители специальностей, руководитель общеобразовательной подготовки, представители социальных партнеров.

Дифференцированный зачет по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) проводится по билетам (далее – билет) - в количестве 27 штук (комплект контрольно-измерительных материалов – билетов - приложение 1 к настоящему документу). В каждом билете содержится два блока заданий, позволяющие осуществить контроль усвоения знаний и умений, приобретенных в процессе изучения дисциплины. Контроль знаний и умений осуществляется в соответствии с требованиями ФГОС СПО специальности 15.02.08. Технология машиностроения и рабочей программы учебной дисциплины. ОГСЭ.04 Физическая культура

Блок заданий билета предназначен для контроля знаний основных учебных дидактических единиц курса и предусматривает выполнение студентом практических нормативов.

1 этап. Проверка экспертами выполнения студентом блока заданий практической направленности зачетного билета. Экспертам предлагается пакет экзаменатора, содержащий критерии оценки сформированности элементов общих компетенций. Первый этап предназначен для контроля уровня сформированности знаний и умений по результатам изучения дисциплины, а также сформированности элементов общих компетенций (ОК2, ОК6, ОК8) 2 этап. Собеседование экспертов со студентом

по второму блоку заданий зачетного билета; по дополнительным вопросам, которые возникли у экспертов в процессе проверки выполнения заданий билета; по вопросам, позволяющим оценить уровень знаний и умений по дисциплине в целом, уровень сформированности компетенций. Второй этап предназначен для контроля уровня сформированности знаний и умений по результатам изучения дисциплины, а также сформированности элементов общих компетенций (ОК 2, ОК 06, ОК 08).

3 этап. Принятие экспертами решения о результатах освоения студентом дисциплины ОГСЭ 04. 15.02.08. Технология машиностроения оформление документации по результатам дифференцированного зачета в соответствии с Положением о порядке проведения промежуточной аттестации

По результатам промежуточной аттестации эксперты принимают решение об уровне усвоения учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) и оформляют:

- зачетную итоговую ведомость;
- сводные ведомости сформированности элементов общих и профессиональных компетенций;
- сводную ведомость освоения учебной дисциплины.

### 3.2. Критерии оценивания образовательных достижений студентов при промежуточной аттестации

Оценки знаний, умений студента при всех видах аттестации выражается в параметрах:

- «очень высокая», «высокая» - соответствует академической оценке «отлично»;
- «достаточно высокая», «выше средней» - соответствует академической оценке «хорошо»;
- «средняя», «ниже средней», «низкая» - соответствует академической оценке «удовлетворительно»;
- «очень низкая», «примитивная» - соответствует академической оценке «неудовлетворительно».

На дифференцированном зачете по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) знания и умения студента оцениваются оценками по пятибалльной шкале: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Основой для определения оценки служит уровень усвоения студентами материала, предусмотренного рабочей программой учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура.

Оценивание студента на дифференцированном зачете по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура.

Таблица 3.

дифференцированный зачет	Требования к знаниям (оценка ответа студента на теоретический вопрос и дополнительные вопросы членов преподавателя)	Требования к умениям (оценка решения ситуационных задач и дополнительных вопросов экспертов)*
«отлично»	Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, демонстрирует отличные знания по дисциплине.	Правильное выполнение практических нормативов, и показывает максимальный результат.

«хорошо»	Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он выполняет практические задания с небольшими недочетами или показывает недостаточные знания.	Испытывает затруднение при выполнении практических нормативов, показывает не достаточный результат выполнения.
«удовлетворительно»	Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он выполняет практические задания с небольшими недочетами и не усвоил практические задания	Не правильно выполняет практическое задание, показывает очень низкий нормативный показатель.
«неудовлетворительно»	Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает программного материала, допускает существенные ошибки выполнения задания.	Не правильно выполняет практическое задание, показывает очень низкий нормативный показатель.

\* Существенными операциями, которые являются объектом контроля и основой критериев оценки результатов решения ситуационных задач являются:

- правильность применения конкретных знаний по темам дисциплины, рассмотренных в конкретной задаче;
- пояснение своей точки зрения, обоснованность принятого решения.

### **3.3. Критерии оценивания сформированности элементов общих и профессиональных компетенций при промежуточной аттестации**

Проявление каждого признака оценивается в 1 балл. По общей сумме баллов определяется уровень сформированности элементов ОК и ПК и осуществляется перевод в оценку по пятибалльной системе:

- «очень высокий», «высокий» - соответствует академической оценке «отлично»;
- «достаточно высокий», «выше среднего» - соответствует академической оценке «хорошо»;
- «средний», «ниже среднего», «низкий» - соответствует академической оценке «удовлетворительно»;
- «очень низкий», «примитивный» - соответствует академической оценке «неудовлетворительно».

3.3.1. При анализе сформированности элементов общих компетенций по всем уровням деятельности максимальное количество баллов составляет 16 баллов. По сумме баллов определяется уровень сформированности и оценка:

- 16-15 баллов - «очень высокий», «высокий» уровень, оценка «5»;
- 14-13 баллов - «достаточно высокий», «выше среднего» уровень, оценка «4»;
- 12-10 баллов - «средний», «ниже среднего», «низкий» уровень, оценка «3»;
- 9-0 баллов - «очень низкий», «примитивный» уровень, оценка «2».

3.3.2. При анализе сформированности первоначальных элементов профессиональных компетенций по всем уровням деятельности максимальное количество баллов составляет 5 баллов. По сумме баллов определяется уровень сформированности и оценка:

- 5 баллов - «очень высокий», «высокий» уровень, оценка «5»;
- 4 балла - «достаточно высокий», «выше среднего» уровень, оценка «4»;
- 3 балла - «средний», «ниже среднего», «низкий» уровень, оценка «3»;
- 2-0 баллов - «очень низкий», «примитивный» уровень, оценка «2».

Общая оценка уровня освоения учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) по результатам промежуточной аттестации носит комплексный, обобщающий характер и учитывает:

- оценку за выполнение практических заданий билета зачетной работы;
- оценку за дополнительные вопросы (по мере необходимости);
- оценку по результатам собеседования с преподавателем; результаты оценивания сформированности общих компетенций.

## **4. КОНТРОЛЬНО – ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОГСЭ.04 Физическая культура.**

Контрольно-измерительные материалы (КИМ) охватывают наиболее актуальные разделы и темы программы и содержит 27 зачетных билетов. Материалы дифференцированного зачета целостно отражают объем проверяемых теоретических знаний и практических умений.

Спецификация контрольно-измерительных материалов для промежуточной аттестации по дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура.



Таблица 4.

Освоенные умения, усвоенные знания	Основные показатели оценки результата (ОПОР)	№№ аттестационных заданий, билетов для проверки
<b>Обучающийся умеет:</b>		
У 1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	Использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. Делает выводы о состоянии собственного здоровья.	Билет № 1-25
<b>Обучающийся знает:</b>		
З 1 – о роли физической культуры общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.	Воспроизводит, демонстрирует знания влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни.	Билет № 1-25
З 2 – основы здорового образа жизни	Воспроизводит, демонстрирует знания способов контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности.	Билет № 1-25

Для подготовки к промежуточной аттестации студентом (не позднее чем за 20 дней до проведения дифференцированного зачета в соответствии с календарным графиком учебного процесса) выдаются вопросы и тематика практических заданий, составленные исходя из требований ФГОС СПО и рабочей программы дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) к уровню умений и знаний:

Перечень требований к уровню подготовки обучающихся специальности 09.02.04. Информационные системы (по отраслям) к промежуточной аттестации по учебной дисциплине ОГСЭ.04 Физическая культура.

В результате изучения дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) студент должен знать и уметь по изученным темам:

Таблица 5.

Наименование темы	Должен уметь	Должен знать
1. Бег на длинные дистанции	Принимать кроссовую подготовку: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; Бег 100 м, эстафетный бег 4' 100 м, 4' 400 м; Бежать по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши), Прыгать в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной; Метать гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра.	способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности
2. Баскетбол	Ловить и передавать мяч, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием. Техника защиты - перехват, приемы, применяемые против броска. Накрывание, тактика нападения, тактика защиты.	Правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.
3. Волейбол	Принимать исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, Принимать мяч одной рукой с последующим нападение и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди-животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты.	Правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

Наименование темы	Должен уметь	Должен знать
4. Акробатика (гимнастические снаряды)	Приседать на низкой перекладине, брусьях. Вис на гимнастической стенке спиной или грудью к стенке Вис на согнутых руках махом одной, согнулись на кольцах, брусьях (низких) Вис согнулись ноги врозь на канатах Вис прогнувшись, опираясь ногами, а верхнюю жердь брусьев разной высоты Выполнять подъем переворота	Правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.
5. Конькобежный спорт	Бежать со старта, движение по кругу на левом, внешнем ребре, толкаясь только правым коньком Принимать групповой бег со старта, отрезки: 50-60 м до 200-300. Преследовать команды; Игровые ситуации Бежать со старта, прохождение по кругу на левом, правом ребре.	способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности.
6. Техника способов передвижения на лыжах	Решать оздоровительные задачи, задачи активного отдыха. Совершенствовать силовой выносливости, координация движений. Переход с одновременных лыжных ходов на попеременные. Преодоление подъемов и препятствий. Проходить дистанции до 5 км (девушки) и до 8 км (юноши). Переходить с попеременного двухшажного хода на одновременный через один шаг. Отрабатывать технику катания скользящим шагом. Переходить через один шаг, переход со свободным перемещением рук. Кататься на лыжах классическим стилем: девушки 3 км, юноши 5 км.	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни.
7. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Решать задачи коррекции фигуры, Совершенствовать регуляцию мышечного тонуса. Воспитывать абсолютную и относительную силу избранных групп мышц. Упражняться с эспандерами, амортизаторами из резины, Упражняться с гантелями, гириями, Упражняться со штангой.	Правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.
8. Элементы единоборства	Развивать физические качества (статическую и динамическую силы, силовую выносливость, общую выносливость, гибкость). Использовать приемы самообороны. Приемы борьбы лежа и стоя. Учебная схватка. Подвижные игры типа «Сила и ловкость», «Борьба всадников», «Борьба двое против двоих» и т.д. силовые упражнения и единоборства в парах. Овладеть приемами самообороны, подвижные игры. Самоконтроль при занятиях единоборствами.	влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни.
9. Теннис	Использует тактику игры: вращение мяча, позиция игрока у стола, исходное положение теннисиста Использует двухстороннюю игру	Правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.
10. Футбол	Ударять по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногами, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения.	Правила и способы планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.

Наименование темы	Должен уметь	Должен знать
11. Бег на коротких дистанциях (часть 2)	Изучать техники бега на короткие дистанции, Правильное проходить поворота, бег на отрезках 60-70 м; Использовать: семенящий бег 40-50 м.; бег с ходу по 100 м.; повторный бег по 300 метров Изучать и отрабатывать передачи эстафетной палочки Бежать по 100 метров Медленно бегать	способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности.

*Примечание:* перечень требований к уровню подготовки обучающихся выставляется на сайт для ознакомления студентов.

Комплект КИМ для проведения промежуточной аттестации (экзаменационные билеты) представлены к настоящему документу.

## 5. ПАКЕТ ЭКЗАМЕНАТОРА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОГСЭ.04 Физическая культура.

### Условия проведения дифференцированного зачета

#### *Подготовка к проведению дифференцированного зачета*

Дифференцированный зачет проводится за счет времени, отведенного учебным планом на изучение учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура. Дата проведения дифференцированного зачета доводится преподавателем до сведения обучающихся не позднее, чем за две недели до начала промежуточной аттестации.

Количество вопросов и практических задач в перечне для подготовки к промежуточной аттестации не превышает количество вопросов и практических задач, необходимых для составления контрольно-измерительных материалов.

На основе разработанного и объявленного обучающимся перечня вопросов и практических задач, рекомендуемых для подготовки к дифференцированному зачету, составляются зачетные билеты, содержание которых до обучающихся не доводится. Практические задания носят равноценный характер. Формулировки вопросов билетов четкие, краткие, понятные, исключают двойное толкование. Применяются тестовые задания.

Форма проведения дифференцированного зачета по дисциплине устанавливается в начале соответствующего семестра и доводится до сведения обучающихся.

#### *Проведение дифференцированного зачета*

Дифференцированный зачет проводится в спортивном зале.

Оценка, полученная на дифференцированном зачете, заносится преподавателем в зачетную книжку студента (кроме неудовлетворительной) и зачетную ведомость (в том числе и неудовлетворительные). Полученная оценка на дифференцированном зачете по дисциплине является определяющей, независимо от полученных в семестре оценок текущего контроля по дисциплине.

### Лист согласования Дополнения и изменения к комплексу КИМ на учебный год

Дополнения и изменения к комплексу КИМ \_\_\_\_\_ учебный год по дисциплине

В комплект КИМ внесены следующие изменения:

---



---



---



---

Дополнения и изменения в комплекте КИМ обсуждены на заседании ЦК

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. (протокол № \_\_\_\_\_).


Председатель ЦК \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

## КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ

дифференцированный зачет в тестовой форме

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Ирбитский мотоциклетный техникум» (ГАПОУ СО «ИМТ»)

### РАССМОТРЕНО

На заседании цикловой комиссии  
-специальности  
15.02.08 Технология машиностроения  
ГАПОУ СО «ИМТ»  
Протокол № 14  
от «28» апреля 2020г.  
Председатель  Л.В. Лаптева

### СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
учебно-методической работе  
ГАПОУ СО «ИМТ»

 Е.С. Прокопьев

«10» июня 2020г.

## ПАСПОРТ КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ

Оценка качества освоения обучающимися подготовки специалистов среднего звена по специальности	15.02.08 ТЕХНОЛОГИЯ МАШИНОСТРОЕНИЯ
Учебная дисциплина	ОГСЭ.04 Физическая культура
Вид промежуточной аттестации	ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ЗАЧЕТ
Контрольно-измерительные материалы	ЗАЧЕТНЫЙ БИЛЕТ №1

### БЛОК 1. ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ

*Инструкция для студента.*

*Выполните следующие упражнения:*

1. Тест на Силовую подготовленность.

Пресс на время (кол-во раз). девушки (27; 32; 37), юноши (35; 40; 45)

2. Сгибание и разгибание рук в упоре и на брусьях (кол-во раз). У девушек с опорой ног на пол. девушки (30; 40; 50), юноши (15; 20; 25)

Преподаватель учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура (базовый уровень) Е.А.Юдин.

