

Федеральное казенное профессиональное образовательное учреждение  
«Новокузнецкий государственный  
гуманитарно-технический колледж-интернат»  
Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по УР  
\_\_\_\_\_ И. П. Лебедева

Специальность: 12.02.08 Протезно–ортопедическая и реабилитационная  
техника.

**КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**ОГСЭ. 04**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Новокузнецк, 2020 г.

РАССМОТРЕНО:

на заседании МК «ОГСЭ и ЕН»

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Председатель МК

\_\_\_\_\_ Куропаткина Т. Ю.

Организация-разработчик:

федеральное казенное профессиональное образовательное учреждение  
«Новокузнецкий государственный гуманитарно-технический колледж-  
интернат»

Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

Разработчик:

Кучумова Наталья Яковлевна – преподаватель

Рецензент: ФИО, должность, место работы.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>№</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Стр.</b>
1.	Паспорт комплекта контрольно-измерительных материалов по учебной дисциплине «Физическая культура».	4
2.	Рубежный и промежуточный контроль и оценка освоения учебной дисциплины по разделам и темам.	9
3.	Комплект материалов для оценки освоения знаний и умений, общих и профессиональных компетенций.	11
4.	Комплект материалов для промежуточной аттестации.	22

## **1. Паспорт комплекта контрольно-измерительных материалов.**

### 1.1. Область применения комплекта контрольно-измерительных материалов

Комплект контрольно-измерительных материалов по дисциплине «Физическая культура» является частью адаптированной образовательной программы среднего профессионального образования подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО: 12.02.08 «Протезно – ортопедическая и реабилитационная техника».

### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: цикл: ОГСЭ

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины.

#### Цель:

Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

#### Задачи:

- понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно и ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и на самовоспитание, привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта и повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально и прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно – спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных целей.

#### 1.4 Описание процедуры оценки и системы оценивания по программе.

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

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

##### В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

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

- основы здорового образа жизни.

Код ОК	Умения	Знания
ОК.01 ОК.02 ОК.03 ОК.04 ОК.05 ОК.06 ОК.09	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни;

#### **РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МДК)**

Результатом освоения учебной дисциплины является овладение обучающимися профессиональными и общими компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество, знать методы и способы выполнения профессиональных задач.
ОК 3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность, знать алгоритм действий в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личного развития, знать круг профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5.	Использовать информационно - коммуникационные технологии в профессиональной деятельности, знать информационную культуру.
ОК 6.	Работать в коллективе, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями знать приемы и способы адаптации в профессиональной деятельности.
ОК 7.	Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчинённых), за результат выполнения заданий знать нормы морали, профессиональной и служебной этики.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации знать круг задач профессионального и личностного развития.
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности, знать технологию профессиональной деятельности.

#### **Контроль и оценка результатов освоения знаний и умений.**

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся <b>должен уметь:</b></p> <p>У1 – использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных <b>целей;</b></p>	<p><b>Формы контроля обучения:</b></p> <p>Наблюдение за обучающимися на занятиях, оценка результативности работы обучающегося при выполнении индивидуальных заданий.</p> <p>Экспертное наблюдение и оценка умений студентов в ходе проведения методико-практических и учебно-тренировочных занятий, занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП, проверки ведения дневника индивидуальной физкультурно-спортивной деятельности студента.</p> <p>Экспертная оценка умений студента при выполнении фрагмента учебно-тренировочного занятия.</p> <p>Экспертная оценка знаний студентов при контроле качества теоретических знаний по результатам выполнения тестовых заданий.</p> <p><b>Методы оценки результатов обучения:</b></p> <p>1.Письменный контроль в виде защиты рефератов, тестовых заданий, презентаций, исследований</p> <p>2.Практические задания включающие в себя контроль над физической подготовленностью, методом контрольных</p>
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся <b>должен знать:</b></p> <p>З1 - о роли физического воспитания в общекультурном и социальном развитии человека;</p> <p>З2 – основы здорового образа жизни;</p>	

	упражнений с учетом индивидуальных физических возможностей по заболеванию.
--	--

### Контроль и оценка результатов освоения общих и профессиональных компетенций.

Предмет(ы) оценивания	Объект(ы) оценивания
ОК1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Уметь проявлять к будущей профессии устойчивый интерес.
ОК2. Организовать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество, знать методы и способы выполнения профессиональных задач.	Уметь организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность, знать алгоритм действий в нестандартных ситуациях.	Уметь принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития, знать круг профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Уметь осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач профессионального и личностного развития.
ОК5. Использовать Информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности знать информационную культуру.	Уметь использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК6. Работать в коллективе, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями знать приемы и способы адаптации в профессиональной деятельности.	Уметь адаптироваться к меняющимся условиям профессиональной деятельности.
ОК7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчинённых), за результат выполнения заданий знать нормы морали, профессиональной и служебной этики.	Уметь выполнять профессиональные задачи в соответствии нормами морали, служебной и профессиональной этики
ОК8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно	Уметь самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием,

<p>планировать повышение квалификации знать круг задач профессионального и личного развития.</p>	<p>осознанно планировать повышение квалификации.</p>
<p>ОК9.Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности, знать технологию профессиональной деятельности.</p>	<p>Уметь ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p>



## 2. Рубежный и промежуточный контроль и оценка освоения учебной дисциплины по разделам и темам.

Раздел , тема	Наименование разделов и тем	№ практического задания	Проверяемые знания (З) и умения (У)	Проверяемые компетенции	Форма и методы контроля Формулировка задания
<b>Раздел № 2</b>	<b>Гимнастика.</b>				
Тема 2.1	ОРУ. Общеразвивающие упражнения на все группы мышц. Элементы атлетической гимнастики.	№ 1	У1, 31, 32	ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9	Экспертное оценивание /умений студентов при выполнении фрагмента учебного занятия/. Составить комплекс упражнений.(Отправить на почту <a href="mailto:n.kuchumova@mail.ru">n.kuchumova@mail.ru</a> Zoom
<b>Раздел № 5</b>	<b>Спортивные игры.</b> Адаптированной направленности.				
Тема 5.1	Спортивные игры. Баскетбол; Волейбол; игры на ловкость и внимание.	№ 2	У1; 31, 32	ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9	Экспертное оценивание /умений студентов при выполнении фрагмента учебного занятия/. Составить комплекс упражнений.(Отправить на почту <a href="mailto:n.kuchumova@mail.ru">n.kuchumova@mail.ru</a> Zoom
<b>Раздел №1</b>	<b>Профессиональная прикладная физическая подготовка.</b>				
Тема 1.1	ППФП. Профессиональная прикладная физическая подготовка.	№ 3	У1; 31, 32	ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9	Экспертное оценивание /умений студентов при выполнении фрагмента учебного занятия/. Составить комплекс упражнений.(Отправить на почту

					<a href="mailto:n.kuchumova@mail.ru">n.kuchumova@mail.ru</a> Zoom
<b>Раздел № 5</b>	<b>Гимнастика.</b>				
Тема 5.1	Гимнастика. Аэробика. Стэп-аэробика. Фитбол-аэробика. Шейпинг. Стретчинг-аэробика.	№ 4	У1; 31, 32	ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9	Экспертное оценивание /умений студентов при выполнении фрагмента учебного занятия/. Составить комплекс упражнений.(Отправить на почту <a href="mailto:n.kuchumova@mail.ru">n.kuchumova@mail.ru</a> Zoom
<b>Раздел № 1</b>	<b>Значение физической культуры и здорового образа жизни.</b>				
Тема 2.1	Здоровьесберегающие технологии. Технологии сохранения и стимулирования здоровья в производственной деятельности. Дыхательная гимнастика. Зрение и система оздоровления. Массаж.	№ 5	У1; 31, 32	ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9	Экспертное оценивание /умений студентов при выполнении фрагмента учебного занятия/. Составить комплекс упражнений.(Отправить на почту <a href="mailto:n.kuchumova@mail.ru">n.kuchumova@mail.ru</a> Zoom
	<b>Промежуточная аттестация в форме Дифференцированного зачета. Гимнастика</b>				
<b>Раздел № 2</b> Тема 4.1	<b>Спортивные игры.</b> Адаптированной направленности  Настольный теннис.		У1, 31, 32	ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9	1. Защита исследования. 2. Отчет итогов самоконтроля. <a href="mailto:n.kuchumova@mail.ru">n.kuchumova@mail.ru</a> Zoom

### 3. Комплект материалов для оценки освоение знаний и умений, общих и профессиональных компетенций.

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №1

#### Раздел 2 Гимнастика.

Теме 2.3 ОРУ /Общеразвивающие упражнения на все группы мышц.

Элементы атлетической гимнастики/.

**Текст задания:** Выполнить исследование. Тема: «Функциональные возможности организма при заболевании (указать имеющийся DS)».

Составить комплекс общеразвивающих упражнений / в комплкс длжны входить упражнения на все группы мышц, включая упражнения на тренажёрах и упражнения с гантелями. Учитывая индивидуальные физические возможности студентов по заболеваниям.

Предмет (ы) оценивания	Объект (ы) оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
31, 32, У1; ОК1,ОК2,ОК3,ОК4, ОК5,ОК6, ОК7,ОК8,ОК9	Продукт исследования; комплекс упражнений.	1.Качество выполненного исследования. 2.Практический показ комплекса общеразвивающих упражнений, учитывая индивидуальные физические возможности студентов по заболеваниям.	Соответствие требований (см. УВ3)

#### (УВ3) Условия выполнения задания

1. Место выполнения задания: домашняя самостоятельная работа.

2. Максимальное время выполнения задания: индивидуально.

3. Вы можете воспользоваться учебником:

3.1. Аллянов Ю.Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Юрайт, 2017. — 493 с. — (Профессиональное образование). — Текст электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448586>.

3.2 Муллер А.Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Юрайт, 2017. — 424 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный //

ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448777769>

4. Объём исследования не ограничен.

4.1. Содержание исследования должно:

- быть корректным, читаемым, понятным.
- Охватить этиологию, патогенез, рекомендуемое ЛФК.

4.2. Оформление должно:

- быть в форме изложения материала.
- в содержании должен быть включён комплекс общеразвивающих упражнений (не менее 15 упражнений), которые сможет выполнить студент, защищающий свою работу с учетом индивидуальных физических особенностей по заболеванию.
- Оценка двигательных умений и навыков будет объективной, если соблюдены все технические требования предъявляемые к выполнению упражнений, оно выполнено слитно, уверенно, свободно.

5. На зачётном уроке практически выполнить показ комплекса общеразвивающих упражнений.

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №2

### Раздел 5. Спортивные игры. Адаптированной направленности

Тема 5.1 Спортивные игры. Баскетбол; Волейбол; игры на ловкость и внимание.

**Текст задания:** Составить комплекс упражнений, включая упражнения собственно силового характера, скоростно-силовые упражнения, упражнения развивающие выносливость, упражнения на отягощение. В комплекс упражнений должны входить упражнения на все группы мышц. Учитывая индивидуальные физические возможности студентов, практически показать выполнение комплекса.

Предмет (ы) оценивания	Объект (ы) оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
31, 32, У1; ОК1,ОК2,ОК3,ОК4, ОК5,ОК6, ОК7,ОК8,ОК9	Продукт комплекс упражнений.	1.Качество выполненного комплекса упражнений. 2.Практический показ комплекса упражнений, учитывая индивидуальные	Соответствие требований (см. УВ3)

		физические возможности студентов по заболеваниям.	
<p><b>(УВЗ) Условия выполнения задания</b></p> <p>1. Место выполнения задания: домашняя самостоятельная работа.</p> <p>2. Максимальное время выполнения задания: индивидуально.</p> <p>3. Вы можете воспользоваться учебником:</p> <p>3.1. Аллянов Ю.Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Юрайт, 2017. — 493 с. — (Профессиональное образование). — Текст электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/448586">https://urait.ru/bcode/448586</a>.</p> <p>3.3 Муллер А.Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Юрайт, 2017. — 424 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/4487777769">https://urait.ru/bcode/4487777769</a></p> <p>4. Объём комплекса упражнений не менее 10 упражнений.</p> <p>4.1. Комплекс упражнений должен:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• охватить весь изученный материал по теме: «Общая физическая подготовка».</li> <li>• Упражнения должны быть подобраны с учётом индивидуальных физических возможностей по заболеваниям.</li> <li>• Оценка двигательных умений и навыков будет объективной, если соблюдены все технические требования, предъявляемые к выполнению упражнения, оно выполнено слитно, уверенно, свободно.</li> </ul> <p>5. На зачётном уроке выполнить показ комплекса упражнений.</p>			

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №3

Раздел 1 ППФП.

Теме 1.1 Профессионально прикладная физическая подготовка.

**Текст задания:** Составить комплекс прикладных упражнений включающие в себя групповые прикладные упражнения, учитывая индивидуальные физические возможности и заболевание студентов.

Предмет (ы) оценивания	Объект (ы) оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
------------------------	-----------------------	-------------------	-----------------

31, 32, У1; ОК1,ОК2,ОК3,ОК4, ОК5,ОК6, ОК7,ОК8,ОК9	Продукт комплекс упражнений	1.Качество проведённого исследования. 2.Практический показ комплекса прикладных упражнений, учитывая индивидуальные физические возможности студентов по заболеваниям.	Соответствие требований (см. УВЗ)
--	-----------------------------------	---	---

**(УВЗ) Условия выполнения задания**

1. Место выполнения задания: домашняя самостоятельная работа.

2. Максимальное время выполнения задания: индивидуально.

3. Вы можете воспользоваться учебником:

3.1. Аллянов Ю.Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Юрайт, 2017. — 493 с. — (Профессиональное образование). — Текст электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448586>.

3.4 Муллер А.Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Юрайт, 2017. — 424 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/4487777769>

4. Объём комплекса упражнений не менее 10 упражнений.

4.1. Комплекс упражнений должен:

- охватить весь изученный материал по теме: «Общая физическая подготовка».
- Упражнения должны быть подобраны с учётом индивидуальных физических возможностей по заболеваниям.
- Оценка двигательных умений и навыков будет объективной, если соблюдены все технические требования, предъявляемые к выполнению упражнения, оно выполнено слитно, уверенно, свободно.

5. На зачётном уроке выполнить показ комплекса упражнений.

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №4

Раздел 5. Гимнастика.

Тема 5.1 Гимнастика. Аэробика /Степ – аэробика; Фитбол – аэробика/  
Шейпинг. Стетчинг – аэробика.

**Текст задания:** Составить комплекс упражнений, используя изученные направления в аэробике. Учитывая индивидуальные физические возможности студентов, практически показать выполнение комплекса.

<b>Предмет (ы) оценивания</b>	<b>Объект (ы) оценивания</b>	<b>Показатели оценки</b>	<b>Критерии оценки</b>
31, 32, У1; ОК1,ОК2,ОК3,ОК4, ОК5,ОК6, ОК7,ОК8,ОК9	Продукт комплекс упражнений.	1.Качество выполненного комплекса упражнений. 2.Практический показ комплекса упражнений, учитывая индивидуальные физические возможности студентов по заболеваниям.	Соответствие требований (см. УВЗ)

### **(УВЗ) Условия выполнения задания**

1. Место выполнения задания: самостоятельная работа на уроке.
2. Максимальное время выполнения задания: индивидуально.
3. Вы можете воспользоваться учебником:
  - 3.1. Аллянов Ю.Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Юрайт, 2017. — 493 с. — (Профессиональное образование). — Текст электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448586>.
  - 3.5 Муллер А.Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Юрайт, 2017. — 424 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448777769>
4. Объем комплекса упражнений не менее 10 упражнений.
  - 4.1. Комплекс упражнений должен:

- охватить весь изученный материал по теме: «Гимнастика».
  - Упражнения должны быть подобраны с учётом индивидуальных физических возможностей по заболеванию.
  - Оценка двигательных умений и навыков будет объективной, если соблюдены все технические требования, предъявляемые к выполнению упражнения, оно выполнено слитно, уверенно, свободно.
5. На зачётном уроке выполнить показ комплекса упражнений.

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ № 5

### Раздел 1 Значение физической культуры и здорового образа жизни.

Тема 1.1 Здоровьесберегающие педагогические технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья в производственной деятельности. Зрение и система оздоровления. Массаж (общие принципы, техника. Разновидности).

**Текст задания:** Подобрать комплекс дыхательной гимнастики, комплекс упражнений для глаз, упражнения для стимулирования здоровья в производственной деятельности, учитывая индивидуальные физические возможности студентов по заболеваниям.

Предмет (ы) оценивания	Объект (ы) оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
31, 32, У1; ОК1,ОК2,ОК3,ОК4, ОК5,ОК6, ОК7,ОК8,ОК9	Продукт комплекс упражнений.	1.Качество проведенного исследования. 2.Практический показ комплекса упражнений здоровьесберегающей направленности, учитывая индивидуальные физические возможности студентов по заболеваниям.	Соответствие требований (см. УВ3)
( УВ3) Условия выполнения задания			



1. Место выполнения задания: домашняя самостоятельная работа.
2. Максимальное время выполнения задания: неограничен.
3. Вы можете воспользоваться учебником:
  - 3.1. Аллянов Ю.Н. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва: Юрайт, 2017. — 493 с. — (Профессиональное образование). — Текст электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448586>.
  - 3.6 Муллер А.Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Юрайт, 2017. — 424 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/4487777769>
4. Объём комплекса упражнений не менее 10.
  - 4.1 Комплекс упражнений должен:
    - охватить весь изученный материал по теме: «Здоровьесберегающие технологии». Упражнения должны быть подобраны с учётом индивидуальных физических возможностей по заболеванию.
    - Оценка двигательных умений и навыков будет объективной, если соблюдены все технические требования, предъявляемые к выполнению упражнения, оно выполнено слитно, уверенно, свободно.
5. На зачётном уроке, практически выполнить показ комплекса упражнений

#### 4. Комплект материалов для промежуточной аттестации.

##### 4.1 Вопросы к дифференцированному зачёту.

Тема: «Силовые способности человека». Составить комплекс упражнений для тренировочного занятия.

##### 4.2 Форма промежуточной аттестации

###### Текст задания:

1. Два варианта: 1)Выполнить доклад.

2)Выполнить презентацию.

2. Подведение итогов физического совершенства студентов, заполнение дневника самоконтроля. Графический отчёт итогов функциональных возможностей студентов за 4 года обучения.

(таблица 1).

Предмет (ы) оценивания	Объект (ы) оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
У1; З1, З2; ОК.1, ОК.2, ОК.3, ОК.8;	ПРОДУКТ – ДОКЛАД,	Качество выполнения доклада	Соответствие требованиям ( см. УВЗ)

###### (УВЗ) Условия выполнения задания

1. Место выполнения задания: домашняя самостоятельная работа.
2. Максимальное время выполнения задания: 6 часов.
3. Вы можете воспользоваться учебником:  
Объём доклада не ограничен. 3.1 Аллянов Ю.Н., Письменский И.А. Физическая культура: учебник для СПО 3-е изд., испр.- М.: Издательство «ЮРАЙТ», 2018 – 493 с.  
3.2 Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А., Физическая культура: учебник и практикум для СПО.-М.: Издательство «ЮРАЙТ», 2018 - 424 с.  
3.3 Бишаев А.А. Физическая культура: учебник для нач. и сред. проф. образования ОИЦ «Академия», 2012 - 272 с.
- 4.1.Содержание должно:
  - быть корректным;
  - охватить изученный материал по выбранной теме;
- 4.2.Оформление должно:
  - \* быть выполнено в единой форме доклада;
  - \* в содержании должен быть включён комплекс подобранных упражнений по выбранной теме, учитывая индивидуальные физические возможности по заболеваниям.
4. На итоговом зачётном уроке практически выполнить показ комплекса упражнений, выбранного по выбранной теме, учитывая индивидуальные физические возможности по заболеваниям.
5. Место проведения спортивный зал - кабинет № 114.
6. Время проведения 1 академический час (45 минут).

(таблица 2).

Предмет (ы) оценивания	Объект (ы) оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
У1, З 1, З2; ОК.1, ОК.2, ОК.3, ОК.8;	ПРОДУКТ - ПРЕЗЕНТАЦИЯ	Качество выполнения ПРЕЗЕНТАЦИИ	Соответствие требованиям ( см. УВЗ)

**(УВЗ) Условия выполнения задания**

1. Место выполнения задания: домашняя самостоятельная работа.
2. Максимальное время выполнения задания 6 часов.
3. Вы можете воспользоваться учебником:
  - 3.1 Аллянов Ю.Н., Письменский И.А. Физическая культура: учебник для СПО 3-е изд., испр.- М.: Издательство «ЮРАЙТ», 2018 – 493 с.
  - 3.2 Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А., Физическая культура: учебник и практикум для СПО.-М.: Издательство «ЮРАЙТ», 2018 - 424 с.
- 3.4 Бишаев А.А. Физическая культура: учебник для нач. и сред. проф. образования ОИЦ «Академия», 2012 - 272 с. \_\_4.Объем презентации не менее 10 слайдов.
  - 3.1.Содержание должно:
    - быть корректным;
    - Охватить изученный материал по выбранной теме;
  - 3.2.Оформление должно:
    - быть выполнено с учётом требований к выполнению презентации;
    - в содержании должен быть включён комплекс упражнений по выбранной теме, учитывая индивидуальные физические возможности по заболеваниям.
4. На итоговом зачётном уроке практически выполнить показ комплекса упражнений, подобранного по выбранной теме, учитывая индивидуальные физические возможности по заболеваниям.
5. Место проведения зал физической культуры – кабинет №114.
6. Время проведения 1 академический час (45 минут).

**Разработчики:**

Федеральное казенное профессиональное образовательное учреждение  
«Новокузнецкий государственный гуманитарно-технический колледж-  
интернат» Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

\_\_\_\_\_  
Преподаватель Н.Я. Кучумова.

**Эксперты:**

\_\_\_\_\_  
(место работы)

\_\_\_\_\_  
(занимаемая должность)

\_\_\_\_\_  
(инициалы, фамилия)