

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: 15.02.08 Технология машиностроения

**Контрольно – измерительные материалы**  
**по общеобразовательной учебной дисциплине**  
**БД.06 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Новокузнецк, 2022 г.

РАССМОТРЕНО:

на заседании МК «ОУД и АД»

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

Председатель МК

\_\_\_\_\_ Бенюх Э. Р.

Контрольно-измерительный материал по результатам освоения общеобразовательной учебной дисциплины БД. 06 «Физическая культура», реализуемой в пределах адаптированной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 15.02.08 Технология машиностроения

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 ФКПОУ «НГГТКИ» Минтруда России.

## СОДЕРЖАНИЕ

Стр.		
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 ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

## 1.1. Область применения комплекта контрольно-измерительных материалов

Комплект контрольно-измерительных материалов по дисциплине БД.06 «Физическая культура» является частью адаптированной образовательной программы среднего профессионального образования подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 15.02.08 Технология машиностроения.

## 1.2. Место комплекта контрольно-измерительных в структуре АОП СПО ПКРС

Комплект контрольно-измерительных материалов по дисциплине БД.06 «Физическая культура» входит в общеобразовательный цикл.

## 1.3 Контроль и оценка результатов освоения знаний и умений

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>ЛИЧНОСТНЫЕ</b>	
<b>Л1.</b> - готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению; -	Наблюдение за обучающимися на занятиях, оценка результативности работы обучающегося при выполнении индивидуальных заданий. 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. Экспертная оценка умений студентов при выполнении фрагмента учебно-тренировочного занятия. Экспертная оценка знаний студентов при контроле качества теоретических знаний
<b>Л2.</b> - сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков	
<b>Л3.</b> - потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;	
<b>Л4.</b> - приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности	
<b>Л5.</b> - формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике	

<p><b>Л6.</b> - готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;</p>	<p>по результатам выполнения тестовых заданий.</p>
<p><b>Л7.</b> - способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;</p>	<p><b>Методы оценки результатов обучения:</b></p>
<p><b>Л8.</b> - способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;</p>	<p>1. Письменный контроль в виде защиты рефератов, тестовых заданий, презентаций, исследований.</p>
<p><b>Л9.</b> - формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</p>	<p>2. Практические задания, включающие в себя контроль над физической подготовленностью методом контрольных упражнений с учетом индивидуальных физических возможностей по заболеванию.</p>
<p><b>Л10.</b> - принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</p>	
<p><b>Л11.</b> - умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</p>	<p><b>МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ</b></p>
<p><b>Л12.</b> - патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной; – готовность к служению Отечеству, его защите;</p>	<p><b>М1.</b> - способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике</p>
<p><b>М1.</b> - способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике</p>	<p><b>М2.</b> - способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;</p>
<p><b>М3.</b> - готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;</p>	

<p><b>М4.</b> - освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;</p>	
<p><b>М5.</b> - готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;</p>	
<p><b>М6.</b> - формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;</p>	
<p><b>М7.</b> - умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;</p>	
<p><b>ПРЕДМЕТНЫЕ</b></p>	
<p><b>П1.</b> - умение использовать 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><b>П2.</b> - владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p>	
<p><b>П3.</b> - владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p>	
<p><b>П4.</b> - владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p>	

<p><b>П5.</b>- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;</p>	
<p><b>П6.</b> - для слепых и слабовидящих обучающихся: сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий; сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни;</p>	
<p><b>П7.</b> - для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата: овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений; овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; овладение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; овладение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной 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 компетенции	Проверяемые знания (З) и умения (У)	Форма и методы контроля Формулировка задания
<b>Раздел № 3</b>	<b>Практическая часть. Учебно-тренировочные занятия</b>				
Тема 3.2	Лыжная подготовка	№ 1	ОК-2, ОК-3, ОК-6, ОК-7		Экспертное оценивание умений студентов при выполнении фрагмента учебного занятия. Составить комплекс упражнений: Отправить на почту n.kuchumova2018@mail.ru
<b>Раздел № 3</b>	<b>Практическая часть. Учебно-тренировочные занятия.</b>				
Тема 3.4	Спортивные игры. (По выбору)	№ 2	ОК-2, ОК-3, ОК-6, ОК-7		
	<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета.</b>		ОК-2, ОК-3, ОК-6, ОК-7	ЛР 1-12 МР 1-7 ПР 1-7	Составить и выполнить комплекс упражнений общей направленности учитывая индивидуальные физические возможности студента.



### 3 КОМПЛЕКТ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ ЗНАНИЙ И УМЕНИЙ, ОБЩИХ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ №1

#### Раздел 1. Практическая часть. Учебно-тренировочные занятия

#### Тема 3.2. Лыжная подготовка

**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; ОК.2,ОК.3,ОК.6, ОК.7	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: домашняя самостоятельная работа.
2. Максимальное время выполнения задания: индивидуально.
3. Вы можете воспользоваться учебником:
  - 3.1. Конеев Е.В. Спортивные игры : правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2018. — 322 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448840>.
  - 3.2. Муллер А.Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Юрайт, 2018. — 424 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448769> .
4. Объём комплекса упражнений не менее 10 упражнений.
  - 4.1. Комплекс упражнений должен:
    - охватить весь изученный материал по теме: «Лыжная подготовка».
    - упражнения должны быть подобраны с учётом индивидуальных физических особенностей 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.

## 4 КОМПЛЕКТ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 4.1. Вопросы к дифференцированному зачёту.

Тема: 3.4 Спортивные игры. (По выбору)

### 4.2 Форма промежуточной аттестации

**Текст задания:** Составить и выполнить комплекс упражнений общей направленности учитывая индивидуальные физические возможности студента.

Предмет (ы) оценивания	Объект (ы) оценивания	Показатели оценки	Критерии оценки
31, 32; У1; ОК.2, ОК.3, ОК.6, ОК.7	ПРОДУКТ: комплекс упражнений	1. Качество выполненного комплекса упражнений. 2. Практический показ комплекса упражнений, учитывая индивидуальные физические возможности студентов по заболеваниям.	Соответствие требованиям ( см. УВЗ)

#### (УВЗ) Условия выполнения задания

1. Место выполнения задания: домашняя самостоятельная работ.
2. Максимальное время выполнения задания: индивидуально.
3. Вы можете воспользоваться учебником:
  - 3.1. Конеев Е.В. Спортивные игры : правила, тактика, техника : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2018. — 322 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448840>.
  - 3.2. Муллер А.Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Юрайт, 2018. — 424 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448769> .
4. Объём комплекса упражнений не менее 10.
  - 4.1. Комплекс упражнений должен:
    - охватить весь изученный материал по теме: «Спортивные игры».
    - упражнения должны быть подобраны с учётом индивидуальных физических особенностей 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.

**Разработчики:**

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

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