

Министерство образования и науки Пермского края
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Пермский техникум промышленных и информационных технологий им. Б.Г. Изгагина»

КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

для проведения промежуточной аттестации
по учебной дисциплине


ОДБ.06 Физическая культура

для профессии
43.01.09 Повар, кондитер

Форма обучения - очная
Форма проведения оценочной процедуры - зачет, дифференцированный зачет

СОГЛАСОВАНО
АО «ОДК-Пермские моторы»
«30» августа 2019 г.

Заведующая производством
службы общественного питания

 /Н.Ф.Бессмертная/

ОДОБРЕНА
предметно (цикловой) комиссией
Протокол № 7

«30» августа 2019г.

Председатель ЦМК

 /А.Е.Чураков/

УТВЕРЖДЕНА
на заседании методического совета
Протокол № 8

«28»июня 2019 г.

Зам. директора по учебной

работе  /М.С.Плотникова/



Комплект оценочных средств для проведения промежуточной аттестации
Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС)
(приказ Министерства образования и науки от 09.12.2016 г. № 1569),
рабочего учебного плана по профессии/специальности среднего
профессионального образования

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение «Пермский техникум промышленных и
информационных технологий им. Б.Г.Изгагина»

Организация-работодатель: АО «ОДК-Пермские моторы»

Содержание

1. Паспорт.....	4
2. Результаты освоения, подлежащие проверке.....	5
2.1 Знания, умения, подлежащие проверке	5
3. Комплект контрольно-измерительных материалов для оценки освоения учебной дисциплины	6
3.1. Типовые задания для оценки освоения Легкая атлетика.....	7
3.2. Типовые задания для оценки освоения Волейбол.....	8
3.3. Типовые задания для оценки освоения Баскетбол	9
3.4. Типовые задания для оценки освоения Атлетическая гимнастика	9

1. Паспорт.....	4
2. Результаты освоения, подлежащие проверке	5
2.1 Знания, умения, подлежащие проверке	5
3. Комплект контрольно-измерительных материалов для оценки освоения учебной дисциплины ОДБ.08 Физическая культура.....	7
3.1. Типовые задания для оценки освоения	7
Раздела 1. Легкая атлетика	7
3.2. Типовые задания для оценки освоения	8
Раздела 2. Волейбол.....	8
3.3. Типовые задания для оценки освоения	9
Раздела 3. Баскетбол	9
3.4. Типовые задания для оценки освоения	9
Раздела 4. Атлетическая гимнастика	9

1.Паспорт

Предметом оценки на дифференцированном зачете являются ОК.01, ОК.04, ОК06.

Контроль и оценка на дифференцированном зачете осуществляются с использованием следующих методов и форм:

- Сдача нормативов

По итогам дифференцированного зачета выставляется оценка по шкале: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

1.1. Контрольно-оценочные средства (КОС) предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины

ОДБ.06 Физическая культура

КОС включают контрольные материалы для проведения промежуточного контроля в форме

Зачета, дифференцированного зачета

1.2. КОС разработаны на основании положений:

основной профессиональной образовательной программы по профессии
43.01.09 Повар, кондитер

1.3. Контрольно-оценочные средства вводятся в действие с «30» 08. 2022 г.

2. Результаты освоения, подлежащие проверке

2.1 Знания, умения, подлежащие проверке

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

1. Непрерывный бег – 2 мин.
2. Подъем туловища за 1 мин. (кол-во раз)
3. Непрерывный бег – 2 мин.
4. Прыжки через скакалку за 1 мин. (кол-во раз)
5. Непрерывный бег – 2 мин.
6. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 1 мин (кол-во раз)
7. Непрерывный бег – 2 мин.
8. Приседания за 1 мин (кол-во раз)
9. Непрерывный бег – 2 мин.
10. Подъем ног до угла 90 за 1 мин (кол-во раз)
11. Непрерывный бег – 2 мин.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Тесты	Юноши			Девушки		
	5	4	3	5	4	3
Подъем туловища за 1 мин. (кол-во раз)	50	45	40	45	40	35
Прыжки через скакалку за 1 мин. (кол-во раз)	120	100	80	140	120	100
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу за 1 мин (кол-во раз)	40	30	20	15	10	5
Приседания за 1 мин (кол-во раз)	50	40	30	45	40	35
Подъем ног до угла 90 за 1 мин (кол-во раз)	35	30	20	40	35	25

3. Комплект контрольно-измерительных материалов для оценки освоения учебной дисциплины ОДБ.08 Физическая культура

3.1. Типовые задания для оценки освоения

Раздела 1. Легкая атлетика

Форма контроля: *сдача нормативов*

Упражнения	Юноши			Девушки		
	5	4	3	5	4	3
Челночный бег 4×9 м, сек	9,3	9,7	10,2	9,7	10,1	10,8
Бег 30 м, с	4,7	5,2	5,7	5,4	5,8	6,2
Бег 100 м, с	14,4	14,8	15,5	16,5	17,2	18,2
Бег 2 км, мин				10,20	11,15	12,10
Бег 3 км метров, мин	12,40	13,30	14,30			
Прыжки в длину с места, см	220	210	190	185	170	160
Подтягивание на перекладине	12	10	7			
Отжимания в упоре лежа	32	27	22	20	15	10
Подъем туловища за 1 мин из положения лежа (пресс), раз	50	40	35	40	35	30

3.2. Типовые задания для оценки освоения

Раздела 2. Волейбол

Форма контроля: сдача нормативов

Бросок набивного мяча стоя (м)		Передача сверху и снизу на месте (кол-во раз)	Передача и перевод мяча через сетку с передачи из 10 раз		Подача (по выбору: нижняя, верхняя) из 10 раз		Подача с 3 м – приём мяча и передача обратно партнёру с ловлей мяча (через сетку в парах) из 10 раз	
юноши	девушки	<i>В парах через сетку</i>	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
11.00	9.50	20						
		18	7		7	6	7	
10.00	8.50	16	6		6	5	6	
9.00	7.50		5		5	4	5	

3.3. Типовые задания для оценки освоения

Раздела 3. Баскетбол

Форма контроля: сдача нормативов

Нормативы по баскетболу	Юноши			Девушки		
	5	4	3	5	4	3
Бросок в кольцо после ведения (из 6 бросков)	5	4	3	4	3	2
Штрафной бросок (из 10 бросков)	5	4	2	5	3	1

3.4. Типовые задания для оценки освоения

Раздела 4. Атлетическая гимнастика

Форма контроля: сдача нормативов

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Юноши			Девушки		
	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Прыжки в длину с места	240	205	190	210	170	160
Подтягивание на перекладине	12	9	5	18	13	6
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	32	27	22	20	15	10
Наклоны вперед из положения сидя	15+	9	5-	20+	12	7-
Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	55	49	45	42	36	30
Прыжок на скакалке, 30 сек, раз	70	65	55	80	75	65