

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кузбасский государственный технический университет имени Т. Ф. Горбачева»
Институт профессионального образования

УТВЕРЖДАЮ
Проректор-директор ИПО
И.П. Попов
«10» 04/2016

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура

Специальность «15.02.12 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования (по отраслям)»

Присваиваемая квалификация
"Техник-механик"

Формы обучения
очная

Кемерово 20.06.



1586815440

1

Рабочую программу составил

Кунгурова М.В. кафедры ТиМПО Кунгуров Кунгурова М.В.

подпись

ФИО

Рабочая программа обсуждена на заседании
ЦМК Гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Протокол № 8 от 10.06.2020

Председатель ЦМК Гуманитарных и социально-
экономических дисциплин

Сек
подпись

О.А. Салтымакова

Согласовано
зам. директора по УР ИПО

Деч
подпись

Т.С. Семенова

Согласовано
зам. директора по МР ИПО

Ся
подпись

Т.Ю. Сьянова



1586815440

1. Общая характеристика рабочей программы дисциплины

1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» является частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 15.02.12 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования (по отраслям)».

1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Освоение дисциплины направлено на формирование:
общих компетенций:

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

Знать: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить

основы здорового образа жизни

средства профилактики перенапряжения

Уметь: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте
анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части
определять этапы решения задачи

ОК 02 Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности

Знать: номенклатуру информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности
условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)

средства профилактики перенапряжения

Уметь: структурировать получаемую информацию

выделять наиболее значимое в перечне информации

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

ОК 03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие

Знать: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека

основы здорового образа жизни

условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)

средства профилактики перенапряжения

возможные траектории профессионального развития и самообразования

Уметь: применять современную научную профессиональную терминологию

определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования

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

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности

пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)



1586815440

ОК 04 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами

Знать: психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни

условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)

средства профилактики перенапряжения

Уметь: организовывать работу коллектива и команды

взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)

ОК 05 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста

Знать: особенности социального и культурного контекста

правила оформления документов и построения устных сообщений

роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни

Уметь: грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе

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

пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)

ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения

Знать: сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей;

значимость профессиональной деятельности по специальности;

стандарты антикоррупционного поведения

Уметь: описывать значимость своей специальности;

применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

Знать: основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности

пути обеспечения ресурсосбережения

правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности

средства профилактики перенапряжения

Уметь: соблюдать нормы экологической безопасности

определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности

пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)

ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Знать: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека

основы здорового образа жизни

условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)

средства профилактики перенапряжения

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

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности

пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности



1586815440

ОК 09 Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности
Знать: современные средства и устройства информатизации
порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности
роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека

Уметь: применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач
использовать современное программное обеспечение
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей

ОК 10 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках
Знать: лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности основы здорового образа жизни средства профилактики перенапряжения

Уметь: участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы
понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые)

понимать тексты на базовые профессиональные темы
строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности кратко
обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые)
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей

ОК 11 Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере

Знать: основы предпринимательской деятельности правила разработки бизнес-планов

роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека

Уметь: выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи презентовать идеи открытия

собственного дела в профессиональной деятельности использовать физкультурно-оздоровительную

деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности

пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности

В результате освоения дисциплины обучающийся в общем по дисциплине должен

Знать:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека

- основы здорового образа жизни

- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии

(специальности)

- средства профилактики перенапряжения

- возможные траектории профессионального развития и самообразования

- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности

- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить

- номенклатуру информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности

- особенности социального и культурного контекста

- правила оформления документов и построения устных сообщений

- основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности

- пути обеспечения ресурсосбережения

- правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности

- современные средства и устройства информатизации

- порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности

- сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей;

- значимость профессиональной деятельности по специальности;

- стандарты антикоррупционного поведения

- лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов

профессиональной деятельности основы здорового образа жизни средства профилактики перенапряжения

- основы предпринимательской деятельности правила разработки бизнес-планов

Уметь:

- применять современную научную профессиональную терминологию

- определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения

жизненных и профессиональных целей

- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности



1586815440

- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)
 - организовывать работу коллектива и команды
 - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности
 -
 - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте
 - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части
 - определять этапы решения задачи
 - структурировать получаемую информацию
 - выделять наиболее значимое в перечне информации
 - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе
 - соблюдать нормы экологической безопасности
 - определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности
 - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности
 - применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач
 - использовать современное программное обеспечение
 - описывать значимость своей специальности;
 - применять стандарты антикоррупционного поведения
 - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы
 - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые)
 - понимать тексты на базовые профессиональные темы
 - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые)
 - выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей
 - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности
- Иметь практический опыт:

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Форма обучения	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Курс 2 / Семестр 3			
Объем дисциплины	36		
в том числе:			
<i>лекции, уроки</i>	2		
<i>лабораторные работы</i>			
<i>практические занятия</i>	34		
Консультации			
Самостоятельная работа			
Промежуточная аттестация			
Индивидуальное проектирование			
Форма промежуточной аттестации	зачет		
Курс 2 / Семестр 4			
Объем дисциплины	44		
в том числе:			
<i>лекции, уроки</i>			



1586815440

Форма обучения	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
<i>лабораторные работы</i>			
<i>практические занятия</i>	44		
Консультации			
Самостоятельная работа			
Промежуточная аттестация			
Индивидуальное проектирование			
Форма промежуточной аттестации	зачет		
Курс 3 / Семестр 5			
Объем дисциплины	26		
в том числе:			
<i>лекции, уроки</i>			
<i>лабораторные работы</i>			
<i>практические занятия</i>	26		
Консультации			
Самостоятельная работа			
Промежуточная аттестация			
Индивидуальное проектирование			
Форма промежуточной аттестации	зачет		
Курс 3 / Семестр 6			
Объем дисциплины	36		
в том числе:			
<i>лекции, уроки</i>			
<i>лабораторные работы</i>			
<i>практические занятия</i>	36		
Консультации			
Самостоятельная работа			
Промежуточная аттестация			
Индивидуальное проектирование			
Форма промежуточной аттестации	зачет		
Курс 4 / Семестр 7			
Объем дисциплины	24		
в том числе:			
<i>лекции, уроки</i>			
<i>лабораторные работы</i>			
<i>практические занятия</i>	24		
Консультации			
Самостоятельная работа			
Промежуточная аттестация			
Индивидуальное проектирование			
Форма промежуточной аттестации	зачет		
Курс 4 / Семестр 8			
Объем дисциплины	10		
в том числе:			
<i>лекции, уроки</i>			
<i>лабораторные работы</i>			
<i>практические занятия</i>	10		
Консультации			
Самостоятельная работа			
Промежуточная аттестация			
Индивидуальное проектирование			



1586815440

Форма обучения	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Форма промежуточной аттестации	дифференцированный зачет		

2.2 Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Раздел 1. Основы физической культуры		2
Тема 1.1. Физическая культура профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	Содержание учебного материала	2
	1. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья 2. Самоконтроль студентов физическими упражнениями и спортом. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств	
Раздел 2. Легкая атлетика		42
Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	Содержание учебного материала	-
	1. Техника бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта 2. Техника прыжка в длину с места	
	В том числе практических занятий	14
	Техника безопасности на занятия Л/а. Техника беговых упражнений Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования Совершенствование техники бега на дистанции 100 м., контрольный норматив Совершенствование техники бега на дистанции 300 м., контрольный норматив Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив Совершенствование техники бега на дистанции 500 м., контрольный норматив Совершенствование техники прыжка в длину с места, контрольный норматив	14
Тема 2.2. Бег на длинные дистанции	Содержание учебного материала	-
	1. Техника бега по дистанции	
	В том числе практических занятий	14
	Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования Разучивание комплексов специальных упражнений Техника бега по дистанции (беговой цикл) Техника бега по пересеченной местности (равномерный, переменный, повторный шаг) Техника бега на дистанции 2000 м, контрольный норматив Техника бега на дистанции 3000 м, без учета времени Техника бега на дистанции 5000 м, без учета времени	14



1586815440

Тема 2.3. Бег на средние дистанции Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	Содержание учебного материала	-
	1. Техника бега на средние дистанции.	
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	14
	Выполнение контрольного норматива: бег 100метров на время. Выполнение К.Н.: 500 метров - девушки, 1000 метров - юноши Выполнение контрольного норматива: прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» Техника прыжка способом «Согнув ноги» с 3-х, 5-ти, 7-ми шагов Техника прыжка «в шаге» с укороченного разбега Целостное выполнение техники прыжка в длину с разбега, контрольный норматив Техника метания гранаты Техника метания гранаты, контрольный норматив	14
Раздел 3. Баскетбол		40
Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	Содержание учебного материала	-
	1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места	
	В том числе практических занятий	10
	Овладение техникой выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча с места Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе	10
Тема 3.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение - 2 шага - бросок	Содержание учебного материала	-
	1. Техника ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо - «ведение - 2 шага - бросок».	
	В том числе практических занятий	10
	Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведения-2 шага-бросок	10
Тема 3.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола	Содержание учебного материала	-
	1. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу 2. Техника выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста 3. Применение правил игры в баскетбол в учебной игре	
	В том числе практических занятий	10
	Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста	10
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	Содержание учебного материала	-
	1. Техника владения баскетбольным мячом	
	В том числе практических занятий	10
	Выполнение контрольных нормативов: «ведение - 2 шага - бросок», бросок мяча с места под кольцо Совершенствовать технические элементы баскетбола в учебной игре	10
Раздел 4. Волейбол		40



1586815440

Тема 4.1. Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передач двумя руками	Содержание учебного материала	-
	1. Техника перемещений, стоек, технике верхней и нижней передач двумя руками	
	В том числе практических занятий	10
	Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке: Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. Прием мяча. Передача мяча. Нападающие удары. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия игроков, взаимодействие игроков	10
Тема 4.2. Техника нижней подачи и приёма после неё	Содержание учебного материала	-
	1. Техника нижней подачи и приёма после неё	
	В том числе практических занятий	10
	Отработка техники нижней подачи и приёма после неё	10
Тема 4.3. Техника прямого нападающего удара	Содержание учебного материала	-
	1. Техника прямого нападающего удара	
	В том числе практических занятий	10
	Отработка техники прямого нападающего удара	10
Тема 4.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом	Содержание учебного материала	-
	1. Техника прямого нападающего удара	
	В том числе практических занятий	10
	Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Прием контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке Учебная игра с применением изученных положений. Отработка техники владения техническими элементами в волейболе	10
Раздел 5. Легкоатлетическая гимнастика		10
Тема 5.1 Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах	Содержание учебного материала	-
	1. Техника коррекции фигуры	
	В том числе практических занятий	10
	Выполнение упражнений для развития различных групп мышц Круговая тренировка на 5 - 6 станций	10
Раздел 6. Лыжная подготовка		44



1586815440

Тема 6.1. Лыжная подготовка	Содержание учебного материала	
	Лыжная подготовка (В случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой. В случае отсутствия условий может быть заменена конькобежной подготовкой (обучением катанию на коньках)).	
	В том числе практических занятий	44
	Одновременные бесшажный, одношажный, двухшажный классический ход и попеременные лыжные ходы. Полуконьковый и коньковый ход. Передвижение по пересечённой местности. Повороты, торможения, прохождение спусков, подъемов и неровностей в лыжном спорте. Прыжки на лыжах с малого трамплина. Прохождение дистанций до 5 км (девушки), до 10 км (юноши). Катание на коньках. Посадка. Техника падений. Техника передвижения по прямой, техника передвижения по повороту. Разгон, торможение. Техника и тактика бега по дистанции. Пробегание дистанции до 500 метров. Подвижные игры на коньках. Кроссовая подготовка. Бег по стадиону. Бег по пересечённой местности до 5 км.	42
	Промежуточная аттестация 3-7 семестры - зачет 8 семестр - дифференцированный зачет	
Всего:		178

3 Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)

3.1 Специальные помещения для реализации программы

Для реализации программы учебной дисциплины «Физическая культура» должны быть предусмотрены следующие специальные помещения: универсальный спортивный зал, тренажёрный зал, оборудованных раздевалок с душевыми кабинами.

Спортивное оборудование:

- баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи;
- щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны;
- сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон;
- оборудование для силовых упражнений (например: гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений, бодибары);
- оборудование для занятий аэробикой (например, степ-платформы, скакалки, гимнастические коврики, фитболы);
- гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания;
- оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке;

Для занятий лыжным спортом:

- лыжные базы с лыжехранилищами, мастерскими для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками;
- учебно-тренировочные лыжни и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности;
- лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.).

Технические средства обучения:

- музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений;
- электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

3.2 Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1 Основная литература



1586815440

1. Бишаева, А. А. Физическая культура : учебник для образовательных учреждений СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования / А. А. Бишаева ; А. А. Бишаева. – Москва : Академия, 2017. – 313 с. с. – (Профессиональное образование). – URL: <http://academia-moscow.ru/reader/?id=215091#copy> (дата обращения: 28.05.2021). – Текст : электронный.
2. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура / Э. Н. Вайнер. – Москва : ФЛИНТА, 2018. – 420 с. – ISBN 9785976503151. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=500656 (дата обращения: 30.05.2021). – Текст : электронный.

3.2.2 Дополнительная литература

1. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. оздоровительные технологии: учебное пособие для СПО / Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н.. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 246 с. – ISBN 978-5-534-08021-6. – URL: <https://urait.ru/book/teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vospitaniya-ozdorovitelnye-tehnologii-453845> (дата обращения: 30.05.2021). – Текст : электронный.
2. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. лыжная подготовка.: учебное пособие для СПО / Жданкина Е. Ф., Добрынин И. М. ; под науч. ред. Новаковского С.В.. – Москва : Юрайт, 2020. – 125 с. – ISBN 978-5-534-10154-6. – URL: <https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-lyzhnaya-podgotovka-453245> (дата обращения: 30.05.2021). – Текст : электронный.
3. Физическая культура.: учебник и практикум для СПО / Муллер А. Б. [и др.]. – Москва : Юрайт, 2020. – 424 с. – ISBN 978-5-534-02612-2. – URL: <https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-448769> (дата обращения: 30.05.2021). – Текст : электронный.

3.2.3 Методическая литература

1. Физическая культура : методические указания к практическим занятиям для студентов 2–4 курсов специальности СПО 15.02.12 "Монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования" (по отраслям) очной формы обучения / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева, Кафедра теории и методики профессионального образования ; составители: М. Д. Кунгурцева, Т. С. Максимова. – Кемерово : КузГТУ, 2019. – 20 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=3141> (дата обращения: 29.05.2021). – Текст : электронный.

3.2.4 Интернет ресурсы

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс] : официальный сайт. – Режим доступа: <https://gto.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.
2. Единая коллекция Цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.
3. Единое окно доступа к информационным ресурсам [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://window.edu.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.
4. Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс] : официальный сайт. – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.
5. Олимпийский комитет России [Электронный ресурс] : официальный сайт. – Режим доступа: <http://www.olympic.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.

4. Организация самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в объеме, установленном в разделе 2 настоящей программы дисциплины (модуля).

Для самостоятельной работы обучающихся предусмотрены специальные помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" с обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду КузГТУ.

5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине



1586815440

5.1 Паспорт фонда оценочных средств

№ разделов дисциплины	Содержание (темы) раздела	Код компетенции	Знания, умения, практический опыт, необходимые для формирования соответствующей компетенции	Форма текущего контроля знаний, умений, практического опыта, необходимых для формирования соответствующей компетенции
1	Раздел 1. Основы физической культуры			



1586815440

	Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	ОК01-ОК11	Знания: - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); - средства профилактики перенапряжения; - возможные траектории профессионального развития и самообразования; - психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - номенклатуру информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; - особенности социального и культурного контекста; - правила оформления документов и построения устных сообщений; - основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; - пути обеспечения ресурсосбережения; - правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; - современные средства и устройства информатизации; - порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности; - лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; - основы предпринимательской деятельности; - правила разработки бизнес-планов; - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей;	Контрольные упражнения
2	Раздел 2. Легкая атлетика		Умения: - применять современную научную профессиональную терминологию; - определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности); - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - структурировать получаемую информацию; - выделять наиболее значимое в перечне информации; - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; - соблюдать нормы экологической безопасности; - определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности; - применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; - использовать современное программное обеспечение; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые); - понимать тексты на базовые профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); - выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; - презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; - описывать значимость своей специальности	Контрольные упражнения
	Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	ОК 01-ОК11		Контрольные упражнения
	Тема 2.2. Бег на длинные дистанции	ОК 01-ОК11		
	Тема 2.3. Бег на средние дистанции Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.	ОК 01-ОК11		



1586815440



1586815440

	<i>Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места</i>	OK 01-OK11	Знания: - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности); - средства профилактики перенапряжения; - возможные траектории профессионального развития и самообразования; - психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - номенклатуру информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; - особенности социального и культурного контекста; - правила оформления документов и построения устных сообщений; - основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; - пути обеспечения ресурсосбережения; - правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; - современные средства и устройства информатизации; - порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности; - лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; - основы предпринимательской деятельности; - правила разработки бизнес-планов; - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; Умения: - применять современную научную профессиональную терминологию; - определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности); - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - структурировать получаемую информацию; - выделять наиболее значимое в перечне информации; - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; - соблюдать нормы экологической безопасности; - определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности;	Контрольные упражнения
	<i>Тема 3.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение - 2 шага - бросок</i>			
	<i>Тема 3.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола</i>			
	<i>Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом</i>			
Раздел 4. Волейбол				
	<i>Тема 4.1. Техника перемещений, стоек, техники верхней и нижней передач двумя руками</i>	OK 01-OK11	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности); - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - структурировать получаемую информацию; - выделять наиболее значимое в перечне информации; - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; - соблюдать нормы экологической безопасности; - определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности;	Контрольные упражнения
	<i>Тема 4.2 Техника нижней подачи и приема после нее</i>			
	<i>Тема 4.3 Техника прямого нападающего угла</i>			
	<i>Тема 4.4 Совершенствование техники владения волейбольным мячом</i>			
5 Раздел 5. Легкоатлетическая гимнастика				
	<i>Тема 5.1 Легкоатлетическая гимнастика, работа на тренажерах</i>	OK 01-OK11	- использовать современное программное обеспечение; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые); - понимать тексты на базовые профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); - выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; - презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; - описывать значимость своей специальности	
6 Раздел 6. Лыжная подготовка				
	<i>Тема 6.1. Лыжная подготовка</i>	OK 01-OK11	- использовать современное программное обеспечение; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые); - понимать тексты на базовые профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); - выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; - презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; - описывать значимость своей специальности	



1586815440

5.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

Физические качества	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Юноши			Девушки		
			5	4	3	5	4	3
Скоростные	Бег 30 м, с	16	4,4 и выше	5,1-4,8	5,2 и выше	4,8 и выше	5,9-5,3	6,1 и выше
		17	4,3	5,0-4,7	5,2	4,8	5,9-5,3	6,1
Координационные	Челночный бег 3×10 м, с	16	7,3 и выше	8,0-7,7	8,2 и ниже	8,4 и выше	9,3-8,7	9,7 и ниже
		17	7,3	7,9-7,5	8,1	8,1	9,3-8,7	9,6
Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	16	230 и выше	195-210	180 и ниже	210 и выше	170-190	160 и ниже
		17	240	205-220	190	210	170-190	160
Выносливость	6-минутный бег, м	16	1500 и выше	1300-1400	1100 и ниже	1300 и выше	1050-1200	900 и ниже
		17	1500	1300-1400	1100	1300	1050-1200	900
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	16	15 и выше	9-12	5 и ниже	20 и выше	12-14	7 и ниже
		17	15	9-12	5	20	12-14	7
Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса, количество раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа, количество раз (девушки)	16	11 и выше	8-9	4 и ниже	18 и выше	13-15	6 и ниже
		17	12	9-10	4	18	13-15	6

Оценка уровня физической подготовленности юношей

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 3 000 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 3×10 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

Оценка уровня физической подготовленности девушек

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



1586815440

5. Силовой тест – подтягивание на низкой перекладине (количество раз)	20	10	5
6. Координационный тест – челночный бег 3×10 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

5.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

5.2.1 Оценочные средства при текущем контроле

При изучении дисциплины « Физическая культура » для текущего контроля используются следующие контрольные упражнения

1. Легкая атлетика. Бег 100 м, сек

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "отлично" (менее 15.7 сек для девушек и менее 13.2 сек для юношей).

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не более 15.7 сек для девушек и не более 13.2 сек для юношей).

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не более 16.0 сек для девушек и не более 13.6 сек для юношей).

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не более 17.0 сек для девушек и не более 14.0 сек для юношей).

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

2. Баскетбол. Челночный бег, 3x10, сек

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "отлично" (менее 8,7 сек для девушек и менее 7,2 сек для юношей).

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не более 8,7 сек для девушек и не более 7,2 сек для юношей).

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не более 9,0 сек для девушек и не более 7,5 для юношей).

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не более 9,3 сек для девушек и не более 8,1 сек для юношей).

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

3. Волейбол. Техника выполнения приема мяча после подачи, количество раз

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как "отлично" (более 20-ти раз) для юношей и девушек.

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не менее 20-ти раз) для юношей и девушек.

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не менее 18-ти раз) для юношей и девушек.

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не менее 15-ти раз) для юношей и девушек.

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

4. Атлетическая гимнастика. Стигание туловища из положения «лежа», количество раз

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения



1586815440

выше результата, оцениваемого как "отлично" (более 60-ти раз) для юношей и девушек.

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не менее 60-ти раз) для юношей и девушек.

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не менее 50-ти раз) для юношей и девушек.

0-59 - посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не менее 40-ка раз) для юношей и девушек.

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

5. Лыжные гонки. Лыжные гонки 5 км, мин (юноши)

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "отлично" (менее 23.50 мин).

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не более 23.50 мин).

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не более 25.00 мин).

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не более 26.25 мин).

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

Лыжные гонки 3 км, мин (девушки)

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "отлично" (менее 18.00 мин).

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не более 18.00 мин).

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не более 18.30 мин).

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не более 19.30 мин).

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

5.2.2 Оценочные средства при промежуточной аттестации

Формами промежуточной аттестации являются зачет (3-7 семестры) и дифференцированный зачет (8 семестр), в процессе которых определяется сформированность обозначенных в рабочей программе компетенций. Инструментом измерения сформированности компетенций является контрольные упражнения, показывающие физическую подготовленность студентов.

1. Легкая атлетика.

Кросс 2 км, мин (девушки)

Кросс 3 км, мин (юноши)

2. Атлетическая гимнастика. Прыжки в длину с местам, см

3. Баскетбол. Приседания на одной ноге (с опорой)

4. Волейбол. Техника выполнения подач в определенную зону площадки

5. Лыжные гонки. Техника выполнения бега на лыжах

1. Легкая атлетика. Кросс 2 км, мин (девушки)

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "отлично" (менее 10.15 мин).

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не более 10.15 мин).

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не более 10.50 мин).



1586815440

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не более 11.15 мин).

Шкала оценивания для зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	"не зачтено"	"зачтено"		

Шкала оценивания для дифференцированного зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

Кросс 3 км, мин (юноши)

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "отлично" (менее 12.00 мин).

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не более 12.00 мин).

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не более 12.35 мин).

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не более 13.10 мин).

Шкала оценивания для зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	"не зачтено"	"зачтено"		

Шкала оценивания для дифференцированного зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

2. Атлетическая гимнастика. Прыжки в длину с местам, см

Критерии оценивания

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "отлично" (более 190 см для девушек и более 250 см для юношей).

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не менее 190 см для девушек и не менее 250 см для юношей).

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не менее 180 см для девушек и не менее 240 см для юношей).

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не менее 168 см для девушек и не менее 230 см для юношей).

Шкала оценивания для зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	"не зачтено"	"зачтено"		

Шкала оценивания для дифференцированного зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

3. Баскетбол. Приседания на одной ноге (с опорой), количество раз

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как "отлично" (более 12-ти раз на каждой ноге).

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не менее 12-ти раз на каждой ноге).

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не менее 10-ти раз на каждой ноге).

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не менее 8 раз на каждой ноге).

Шкала оценивания для зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
-------------------	------	-------	-------	--------



1586815440

Шкала оценивания	"не зачтено"	"зачтено"
------------------	--------------	-----------

Шкала оценивания для дифференцированного зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

4. Волейбол. Техника выполнения подач в определенную зону площадки, количество раз

Критерии оценивания:

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как "отлично" (более 20-ти раз) для юношей и девушек.

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не менее 20-ти раз) для юношей и девушек.

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не менее 18-ти раз) для юношей и девушек.

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не менее 15-ти раз) для юношей и девушек.

Шкала оценивания для зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	"не зачтено"	"зачтено"		

Шкала оценивания для дифференцированного зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

5. Лыжные гонки. Техника выполнения бега на лыжах, количество раз

Критерии оценивания

90-100 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения выше результата, оцениваемого как "отлично" (более 10-ти раз) для юношей и девушек.

80-89 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "хорошо" (не менее 10-ти раз) для юношей и девушек.

60-79 посещение практических занятий в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "удовлетворительно" (не менее 8-ми раз) для юношей и девушек.

0-59 посещение практических занятий не в полном объеме и выполнение контрольного упражнения с результатом, оцениваемым как "неудовлетворительно" (не менее 7-ми раз) для юношей и девушек.

Шкала оценивания для зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	"не зачтено"	"зачтено"		

Шкала оценивания для дифференцированного зачета

Количество баллов	0-59	60-79	80-89	90-100
Шкала оценивания	2	3	4	5

5.2.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Порядок организации проведения текущего контроля и промежуточной аттестации представлен в Положении о проведении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся, осваивающих образовательные программы среднего профессионального образования в КузГТУ (Ип 06/10).

6. Иные сведения и (или) материалы



1586815440



1586815440