

государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Пермский политехнический колледж имени Н.Г. Славянова»
Предметная цикловая комиссия «Рабочие профессии»

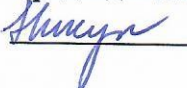


УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора
С.Н. Нагиева/

06.04.2023

**КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

15.01.32 Оператор станков с программным управлением

Рассмотрено на заседании
Предметной цикловой комиссии
«Рабочие профессии»
Протокол № 7 от 22 марта 2023 г.
Председатель ПЦК
 Н.Ф. Никулина

Разработчик:
ГБПОУ «Пермский политехнический колледж имени Н.Г. Славянова»
Кашапов Тагир Талгатович, преподаватель высшей квалификационной категории

Пояснительная записка

КОС промежуточной аттестации предназначены для контроля и оценки образовательных достижений студентов, осваивающих учебную дисциплину ОП.09 «Основы финансовой грамотности».

КОС разработаны в соответствии с требованиями ОПОП по профессии 15.01.32, квалификации Оператор станков с программным управлением, учебным планом профессии.

Учебная дисциплина осваивается в течение 1 семестра в объеме 50 часов.

КОС включает контрольные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме: зачёта.

КОС промежуточной аттестации имеют своей целью определение сформированности общих и профессиональных компетенций:

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

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

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

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

Контрольно-оценочные средства промежуточной аттестации

Сдача контрольных нормативов

Раздел: Легкая атлетика

Сдача контрольных нормативов в беге на 100 м, 300 м, 500 м, 1000 м.

Оценка техники бега

Раздел: Спортивные игры(баскетбол)

Сдача контрольных нормативов в выполнении технических элементов игры в баскетбол, знания правил игры в баскетбол.

Раздел: Конькобежная подготовка

Оценка за выполнение техники передвижения на коньках, бег на коньках 100м на время.

Раздел: ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка)

Оценка ставится за выполнение тестов по ППФП

Контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы

Виды упражнений	оценки						
	юноши			девушки			
	5	4	3	5	4	3	
Бег 100 м,с	13,8	14,0	14,8	16,0	17,0	17,5	
Бег 500 м,мин,с	1,30	1,33	1,38	1,53	2,08	2,12	
Бег 1000 м,мин,с	3,28	3,40	3,55	-	-	-	
Бег 2000 м,мин,с	-	-	-	10,50	11,35	12,20	
Бег 3000 м,мин,с	13,30	14,10	14,55	-	-	-	
Метание гранаты: 500 г,м	-	-	-	22	20	18	
	40	35	30	-	-	-	
700 г,м							
Прыжки в длину с разбега, с,см	4,55	4,35	4,20	3,50	3,40	3,20	
Подтягивание, раз	11	9	7	-	-	-	
Поднимание туловища из положения, лежа на спине, в мин,раз	-	-	-	38	36	33	
Плавание 50 м,с	48	54	б/у	55	70	б/у	
Бег на лыжах:							
	3 км,мин,с	-	-	-	17,50	19,00	20,00
	5 км,мин,с	25,00	26,00	27,30	33,30	35,30	37,00
10 км,мин,с	55	57	65	-	-	-	
Марш-бросок:	-	-	-	18	20	22	

3 км,мин	28	30	32	-	-	-
5 км,мин						

Нормативы по ППФП

№ п/п	Виды тестовых испытаний	Юноши/Девушки				
		5	4	3	2	1
1	Прыжок в длину с места (см)	240/195	230/185	220/175	215/170	210/165
2	Подтягивания (кол-во): юноши – в висе; девушки – в висе лёжа	13/25	11/20	9/15	8/10	7/5
3	Наклон вперёд из положения стоя ноги вместе на скамейке (см)	15/20	12/17	10/12	7/8	5/5
4	Сгибание и разгибание рук (отжимания) в упоре лёжа (кол-во)	40/20	35/17	30/14	25/12	20/10
5	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во за 1 мин.)	45/43	42/40	37/35	33/30	29/25
6	Челночный бег 10ч10 м (с)	25,4/31,0	27,8/33,0	28,6/34,0	29,4/35,5	30,2/36,0
7	Прыжки со скакалкой (кол-во за 1 мин.)	140/150	130/140	120/130	110/120	100/110
8	Приседания (кол-во за 1 мин.)	55/45	51/40	47/35	43/30	39/25
9	Сгибание и разгибание рук (отжимания) на брусьях (кол-во)	30/-	25/-	20/-	15/-	10/-