Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Чирикова Лилия Ивановна
Должность: Директор филиала
Дата подписания: 26.10.2026 11:19:01
Уникальный программный ключ:
750e77999bb0631a45cbf7b4a579c1095bcef032814fee919138f73a4ce0cad5

Приложение
к ППССЗ по специальности
27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте
(железнодорожном транспорте)

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОГСЭ.04 Физическая культура

по специальности
27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте
(железнодорожном транспорте)
(Базовая подготовка среднего профессионального образования)

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств……..	3
2.	Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке ……	5
3.	Оценка освоения учебной дисциплины…….	9
3.1	Формы и методы оценивания…….	9
3.2	Кодификатор оценочных средств…….……	12
4	Задания для оценки освоения дисциплины…….……..	13

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

В результате освоения учебной дисциплины «Физическая культура» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте) (базовый уровень подготовки для специальности СПО) следующими знаниями, умениями, которые формируют профессиональные компетенции, и общими компетенциями, а также личностными результатами осваиваемыми в рамках программы воспитания:

должен **уметь**:

- организовывать работу коллектива и команды;
- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе 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

должен **знать**:

-психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;

-основы проектной деятельности;

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

-основы здорового образа жизни;

-условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья;

-средства профилактики перенапряжения

Общие компетенции:

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

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

2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих, профессиональных компетенций и личностных результатов в рамках программы воспитания:

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции *(желательно сгруппировать и проверять комплексно, сгруппировать умения и ОК)*	Показатели оценки результата. *Следует сформулировать показатели. Раскрывается содержание работы*	Форма контроля и оценивания. *Заполняется в соответствии с разделом 4 программы УД*
Уп. обучающийся должен знать: -роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; -основы здорового образа жизни; -история развития легкой атлетики, волейбола, баскетбола; -правила игры волейбола, баскетбол, футбол; Обучающийся должен уметь: -использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и	Бег 100 м. на результат Бег 500 м. (дев), 1000 м. (юн) на результат Бег на 2000 м. (дев), 3000 м. (юн) на результат Прыжок в длину с места на результат. Подтягивания (юн), отжимания (дев) на результат , пресс Штрафной бросок на результат «Проход бросок» на технику выполнения Выполнение верхней передачи	Критерии основания студентам учебного материала является оценка регулярности посещения обязательных учебных занятий и результатов выполнения контрольных заданий в виде тестов и упражнений . Итоговый контроль проводится в 1 семестре в форме недифференцированного зачета, а во 2 семестре в форме дифференцированного зачета.

профессиональных целей; -составлять комплекс утренней гигиенической гимнастики; -выполнять основные элементы общей физической подготовки; -владеть техникой прыжка в длину с места и разбега; -выполнять основные элементы техники игры волейбол, баскетбол.	Выполнение нижней передачи Выполнение подачи на результат	
ОК04 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	–организовывать работу коллектива и команды при выполнении поставленной задачи; –взаимодействовать с коллегами при поиски и обработки информации по проблемам и категориям физической культуры	Оценка эффективности и качества выполнения задач, устный опрос, выполнение практических работ
31. **ОК 08** Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения	Оценка эффективности и качества выполнения задач, устный опрос, выполнение практических работ

	характерными для данной специальности	
ЛР9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	Наблюдение, текущий контроль, экспертная оценка выполнения практического задания, мониторинг самостоятельной работы	
ЛР19.Уважительное отношения обучающихся к результатам собственного и чужого труда.	Наблюдение, текущий контроль, экспертная оценка выполнения практического задания, мониторинг самостоятельной работы	Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни. Тема 2.1 Общая физическая подготовка
ЛР21.Приобретение обучающимися опыта личной ответственности за развитие группы обучающихся.	Наблюдение, текущий контроль, экспертная оценка выполнения практического задания, мониторинг самостоятельной работы	Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни. Тема 2.1 Общая физическая подготовка
ЛР24. Ценностное отношение обучающихся к культуре, и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии.	Наблюдение, текущий контроль, экспертная оценка выполнения практического задания, мониторинг самостоятельной работы	Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни. Тема 2.1 Общая физическая подготовка

Раздел 3. Оценка освоения учебной дисциплины

1. Оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент УД	Формы и методы контроля					
	Текущий контроль		Рубежный контроль		Промежуточная аттестация	
	Формы контроля	Проверяемые У, З, Л, М, П, ЛР	Формы контроля	Проверяемые У, З, М, Л, П, ЛР	Форма контроля	Проверяемые У, З, Л, М, П, ЛР
Раздел 1. Лёгкая атлетика			КТ	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	ДЗ	
Тема 1.1. Основы знаний.	СР	Л1-Л13, М1-М6, У1, З1, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22			ДЗ	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 1.2. Бег 100 м с низкого старта	КУ, СР	У1, У2, З2, Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 1.3. Прыжки в длину с разбега	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 1.4. Метание гранаты	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 1.5. Развитие выносливости. Бег на длинные	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР

дистанции		21 , ЛР22				21 , ЛР22
Раздел 2. Баскетбол			КТ	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	ДЗ	
Тема 2.1. Ведение мяча.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 2.2. Приём и передача мяча от груди двумя руками.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 2.3. Штрафные броски.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 2.4. Броски в кольцо с двух шагов.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Раздел 3. Волейбол.			КТ	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	ДЗ	
Тема 3.1. Приём и передача мяча сверху.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 3.2. Приём и передача мяча снизу.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 3.3.	КУ, СР	У1-У7, З1-	КН, З			У1-У7, З1-

Подача мяча.		З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22				З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Раздел 4. Силовая подготовка (атлетическая гимнастика).			КТ	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	ДЗ	
Тема 4.1. Развитие мышц брюшного пресса.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 4.2. Развитие мышц плечевого пояса.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 4.3. Развитие мышц спины и ног.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Раздел 5. Лёгкая атлетика в спортивном зале.			КТ	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	ДЗ	
Тема 5.1. Прыжки в длину с места.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 5.2. Прыжки в высоту с разбега.	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22
Тема 5.3. Бег на средние	КУ, СР	У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-	КН, З			У1-У7, З1-З8,Л1-Л13, М1-М6, П1-

дистанции.		П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22				П5, ЛР9,ЛР19,ЛР 21 , ЛР22

3.2 Кодификатор оценочных средств

Функциональный признак оценочного средства (тип контрольного задания)	Код оценочного средства
Устный опрос	УО
Практическая работа № n	ПР № n
Тестирование	Т
Контрольная работа № n	КР № n
Задания для самостоятельной работы - реферат; - доклад; - сообщение; - ЭССЕ.	СР
Разноуровневые задачи и задания (расчётные, графические)	РЗЗ
Рабочая тетрадь	РТ
Проект	П
Деловая игра	ДИ
Кейс-задача	КЗ
Зачёт	З
Дифференцированный зачёт	ДЗ
Экзамен	Э

4. Задания для оценки освоения дисциплины

Типовые задания для оценки освоения разделов / тем учебной дисциплины

1) Типовые задания для оценки освоения раздела 1 «Теоретические сведения»:

1. Влияние физической культуры на организм человека.
2. Оздоровительная физическая культура.
3. Социальное значение физической культуры в России.
4. Роль и место физической культуры в системе среднего специального образования.
5. История развития физической культуры в России.
6. Питание во время занятий физической культурой.
7. Виды физических нагрузок и их интенсивность.
8. Болезненные состояния при занятиях спортом.
9. Дыхание на занятиях физической культурой.
10. Долголетие и физическая культура.
11. Закаливание.
12. Остеохондроз и его профилактика.
13. Лечебная физическая культура.
14. Закономерности изменения при занятии физической культурой.
15. Профилактика травматизма на занятиях физической культурой.
16. Самоконтроль на занятиях физической культурой.
17. Физиологические критерии здоровья.
18. Массаж и его значение для физического развития человека.
19. Оздоровительный бег.
20. Основы здорового образа жизни студента.
21. Лечебная физическая культура при бронхите.
22. Основы методики и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.

23. Процессы роста и развития организма человека.

24. Выносливость, как физическое качество человека. Методы её развития.

25. Сила, как физическое качество человека. Методы её развития.

26. Гибкость, как физическое качество человека. Методы её развития.

27. Ловкость, как физическое качество человека. Методы её развития.

28. Сколиоз и его профилактика.

Проверяемые результаты обучения для раздела 2 «Лёгкая атлетика» / темы 1.:

Задание 1:

Тест задания: бег 100 м.

Критерии оценки: 1 курс - 2 курс:

юн.- 14,2 – 5;	дев. – 16,0 – 5;
14,5 – 4;	16,5 – 4;
15,0 – 3;	17,0 – 3;

3 курс - 4 курс:

юн.- 13,0 – 5;	дев. – 15,6 – 5;
13,2 – 4;	15,8 – 4;
13,4 – 3.	16,1 – 3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 2 «Лёгкая атлетика» / темы 2.:

Задание 1:

Тест задания: бег 1000 м. 1 курс - 2 курс:

юн.- 3,25 – 5;	500 м. дев. – 1,50 - 5
3,45 – 4;	2,00 - 4
4,10 – 3;	2,10 – 3.

3 курс - 4 курс:

юн.- 3,20 – 5;	500 м. дев. – 1,45 – 5;
3,25 – 4;	1,50 – 4;
3,45 – 3.	2,00 – 3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 2 «Лёгкая

атлетика» / темы 3.:

Здание 1:

Тест задания: бег 3000 м. 1 курс - 2 курс:

юн.- 13,00 – 5;	2000 м. дев. – 10,0 - 5
15,00 – 4;	11,30 - 4
16,30 – 3;	12,20 – 3.

3 курс - 4 курс:

юн.- 12,20 – 5;	2000 м. дев. – 10.30 – 5;
13,00 – 4;	10,45 – 4;
13,40– 3.	11,05 – 3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 2 «Лёгкая атлетика» / темы 4.:

Задание 1:

Тест задания: прыжок в длину с места 1 курс – 2 курс:

юн.- 2,20 – 5;	дев.–1,65 - 5
2,10 – 4;	1,45 - 4
2,00 – 3;	1,35 – 3.

3 курс - 4 курс:

юн.- 2,40 – 5;	2000 м. дев.- 1,85 – 5;
2,35 – 4;	1,70 – 4;
2,30– 3.	1,60 – 3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 3 «Гимнастика» / темы 2.:

Задание 1:

Тест задания: подтягивание 1 курс-2 курс:

юн.- 12 – 5;	дев.–17 - 5
10 – 4;	15 - 4
8– 3;	13 – 3.

3 курс - 4 курс:

юн.- 14 – 5;	дев.- 18 – 5;
12 – 4;	16 – 4;
10– 3.	14 – 3.

Задание 2:

Тест задания: сгибание, разгибание рук 1 курс-2 курс:

юн.- 35 – 5; дев.–12- 5

30 – 4; 10 - 4

25– 3; 8 – 3.

3 курс - 4 курс:

юн.- 40 – 5; дев.- 14 – 5;

35 – 4; 12 – 4;

30– 3. 10 – 3.

Задание 3:

Тест задания: пресс 1 курс:

юн.- 10 – 5; дев.–30- 5

8 – 4; 25 - 4

6– 3; 20 – 3.

4 курс: юн.- 14 – 5; дев.- 40 – 5;

12 – 4; 35 – 4;

10– 3. 30 – 3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 4 «Баскетбол» / темы 4.:

Задание 1:

Тест задание: штрафной бросок из

5: 3 – 5;

5:2 – 4;

5:1 - 3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 5 «Волейбол» / темы 1.:

Задание 1:

Тест задания: передача 2-мя руками сверху в парах 1 курс

юн.- 20-5 дев. 15 -5

18 -4; 13 - 4

15- 3; 10 -3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 5 «Волейбол» / темы 2.:

Задание 1:

Тест задания: передача 2-мя руками снизу в парах 2 курс

юн.- 15-5	дев. 10 -5
13 -4;	9 - 4
10- 3;	8 -3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 5 «Волейбол» / темы 3.:

Задание 1:

Тест задания: нижняя прямая подача из 10 попыток 3 курс

юн.- 8-5	дев.6 -5
7 -4;	5- 4
6- 3;	4 -3.

Проверяемые результаты обучения для раздела 5 «Волейбол» / темы 4.:

Задание 1:

Тест задания: верхняя прямая подача из 10 попыток 4 курс

юн.- 8-5	дев. 6 -5
7 -4;	5- 4
6- 3;	4 -3.