

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Малахова Светлана Дмитриевна
Должность: Директор филиала
Дата подписания: 03.11.2025 13:54:58
Уникальный программный ключ:
cba47a2f4b9180af2546ef5354c4938c4a04716d

Российский государственный аграрный университет – МСХА
имени К.А. Тимирязева»
(ФГБОУ ВО РГАУ-МСХА имени К.А. Тимирязева)
КАЛУЖСКИЙ ФИЛИАЛ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

по дисциплине «СГ.04 Физическая культура / Адаптивная
физическая культура»

специальность: 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство
форма обучения: очная

Калуга, 2024

Содержание

| | |
|----|--|
| 1 | Общие положения |
| 2. | Результаты освоения дисциплины, подлежащие проверке..... |
| 3. | Структура контрольного задания для текущей и промежуточной аттестации |
| 4. | Контрольно-оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации..... |

1. Общие положения

1.1 Комплект оценочных средств (КОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура / Адаптивная физическая культура

1.2 КОС включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета по учебной дисциплине СГ.04 Физическая культура / Адаптивная физическая культура

1.3 КОС разработаны на основании положений:

– ФГОС СПО 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство;

Основной профессиональной образовательной программы по 35.02.12 Садово-парковое и ландшафтное строительство

План-график проведения текущего контроля и промежуточной аттестации:

| Вид контроля | Время проведения |
|---|---|
| Защита докладов, рефератов и презентаций, программы и комплексы физических упражнений (самостоятельная работа) (в рамках текущего контроля) | <p>В процессе освоения рабочей общеобразовательной программы учебной дисциплины:</p> <p>По темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Реферат на тему:</i> Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении. - <i>Доклад(презентация) по теме:</i> Физическая культура и ЗОЖ в обеспечении моего здоровья. - <i>Доклад (презентация)по теме:</i> Роль физической культуры в профессиональной деятельности специалиста. - Разработать программу активного отдыха в ходе профессиональной деятельности; <p>Разработать индивидуальный комплекс физических упражнений для профилактики профессиональных заболеваний(осанка, зрение и т.п.);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разработать комплексы утренней и вводной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности; - Разработать комплекс производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности; - Разработать индивидуальную оздоровительную программу двигательной активности с учетом профессиональной направленности. |
| Аттестация по текущим оценкам | В рамках текущего и комбинированного контроля, практических занятий. |
| Тестирование | В рамках промежуточного контроля в разделе: Тестирование уровня физической подготовленности (УФП). |

| | |
|---------------------|--|
| Фактические занятия | <p>В рамках промежуточного контроля по темам в рамках совместного обучения:</p> <p>Легкая атлетика</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бег на короткие дистанции и эстафетный бег. - Бег на средние дистанции. - Бег на длинные дистанции. Кроссовый бег. - Техника метания легкоатлетических снарядов. - Прыжки в длину. Прыжки в высоту. <p>Игровая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> - Волейбол - Баскетбол. - Настольный теннис - Дартс. <p>Атлетическая гимнастика (Силовая подготовка)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Силовая подготовка без отягощений. - Силовая подготовка с отягощениями (тренажеры, штанги, гантели). - Комплексы силовых упражнений на тренажерах, со штангами и гантелями, на развитие основных групп мышц. <p>Спортивная гимнастика, акробатика.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение и совершенствование комплекса акробатических упражнений. - Изучение и совершенствование комплекса опорных прыжков через гимнастического козла и коня. - Изучение и совершенствование комплекса гимнастических упражнений на параллельных гимнастических брусьях. <p>Лыжная подготовка.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Техника лыжных ходов. - Техника поворотов, подъемов, спусков, торможений и преодоления препятствий при движении на лыжах. - Техника и тактика скоростного бега на лыжах. <p>Плавание.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Виды и техника плавания, основы поведения на воде и оказание П.М.П. при утоплениях. - Изучение и совершенствование техники плавания - Совершенствование техники плавания в соревновательном режиме. <p style="text-align: center;">для юношей:</p> <p>Основы единоборств (греко-римская борьба).</p> <ul style="list-style-type: none"> - История греко-римской борьбы, основные правила и приемы. - Изучение приёмов в положении борцовского моста. - Изучение приёмов в положении партнера. - Изучение техники приёмов переводом из стойки в |
|---------------------|--|

| | |
|--------------------|--|
| | <p>партер.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение разных комбинаций приёмов: из стойки-партер- на борцовский мост - Совершенствование техники изученных приёмов на борцовском мосту и в партере. - Изучение технике приёмов (бросков) в стойке. - Совершенствование техники бросков и комбинаций приемов в греко-римской борьбе. Учебная борьба с соперником по упрощенным правилам. <p>Спортивная гимнастика, акробатика.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение и совершенствование комплексов гимнастических упражнений на гимнастической перекладине. - Изучение и совершенствование комплекса гимнастических упражнений на гимнастическом коне. <p>Атлетическая гимнастика (Силовая подготовка)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Гиревая подготовка. - Техника лазания по канату и подтягивания к перекладине - Игровая подготовка - Мини-футбол, футбол. <p style="text-align: right;">для девушек:</p> <p>Ритмическая гимнастика.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Гимнастические комплексы упражнений на гимнастических ковриках. - Гимнастические комплексы упражнений со скакалкой. - Гимнастические комплексы упражнений по степ - аэробике. - Гимнастические комплексы упражнений с обручами. - Гимнастические комплексы упражнений на фитнес – шарах. <p>Игровая подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бадминтон. |
| Контрольные зачеты | <p>по итогам совместного обучения по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бег на длинные дистанции. Кроссовый бег – 3км. (юноши), 2км. (девушки). - Контрольная игра в волейбол (юноши, девушки). - Контрольная игра в баскетбол (юноши, девушки). - Контрольная игра в настольный теннис(юн. дев.). - Контрольная игра в мини-футбол (юноши). - Контрольные игры в бадминтон (девушки). - Учебная борьба (схватка) в партере и б/мосту– 3мин. - Борьба с соперником по правилам греко-римской борьбы- 3мин. (юноши). - Техника лыжных ходов(юноши, девушки). - Бег на лыжах – 5 км. (юноши), 3км. (девушки). - Заплыv на 50м (25м * 2) любым способом (без времени), (юноши, девушки). |

| | |
|------------|--|
| Аттестация | После окончания курса обучения (итоговый контроль)- по теории физической культуры |
|------------|--|

1. Организация контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины «Физическая культура/Адаптивная физическая культура»

При изучении учебной дисциплины «СГ.04 Физическая культура/Адаптивная физическая культура» предусмотрены следующие виды **текущего контроля** знаний, обучающихся:

- практические занятия по темам изучаемой дисциплины, с целью проверки усвоения изучаемого материала.
 - защита докладов, рефератов, презентаций, программ и комплексов физических упражнений- домашних заданий (внеаудиторная самостоятельная работа)
 - контроль знаний по индивидуальным или групповым домашним заданиям с целью проверки правильности их выполнения, умения обобщать пройденный материал и публично его представлять, прослеживать логическую связь между темами курса.
- Для проведения **промежуточного контроля** проводится тестирование уровня физической подготовленности (УФП).

Итоговый контроль по дисциплине проводится в форме дифференцированного зачета, для подготовки к которому обучающиеся заранее знакомятся с перечнем вопросов по дисциплине.

2. Результаты освоения дисциплины, подлежащие проверке

Критерии оценивания теоретических знаний обучающегося (оцениваются по 5-тибалльной системе)

Оценка выставляется:

«5» - если учащийся полно и точно излагает изученный материал, дает *правильное определение предметных понятий, обнаруживает понимание материала по вопросам задания.*

«4» - если учащийся полно и точно излагает изученный материал, дает *правильное определение предметных понятий, обнаруживает понимание материала по вопросам задания, но допускает при изложении материала 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.*

«3» - если учащийся обнаруживает знание и понимание изученного материала, но излагает материал неполно, непоследовательно и допускает неточности в определении понятий или формулировке понятий, не умеет достаточно глубоко обосновать свои суждения. Или недостаточно полно отвечает на все вопросы задания.

«2» - если учащийся обнаруживает незнание большей части изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений, исказяет их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал, допускает речевые ошибки в изложении материала задания. Или не отвечает ни на один из поставленных вопросов.

Примечание:

- если учащийся не отвечает на вопросы данного задания, то ему может быть предложено взять другую карточку-задание, но оценка в этом случае при положительном ответе выставляется на балл ниже.

Практические занятия и критерии их оценивания(юноши)

| Примечания | Упражнения и комплексы | «5» | «4» | «3» |
|-------------------------|--|---|---|--|
| тестирование | Прыжок в длину с места Подъем туловища (пресс) 1мин. Подтягивание к перекладине Отжимание от пола (б/времени) Бег 60 м | 220 см 35 раз 12 раз 35 раз 8.5 сек | 200 см 25 раз 6 раз 25 раз 9.5 сек | до200см до 25раз до 6 раз до 25раз 10сек |
| Легкая атлетика стадион | Скорость,координация, быстрота а) челночный бег 3х10 б) бег 30 м (низкий старт) | 7.5 сек 4.5 сек | 8 сек 5 сек | 9 сек 6 сек |
| | Бег 100 м | 14.7 сек | 15 сек | 16 сек |
| | Бег 400 м | 1,15 м | 1,20 м | 1,30м |
| | Эстафетный бег 4х100 м | 1,0 м | 1,10 м | 1,20 м |
| | Эстафетный бег 4х400 | 5,10 | 5,20 | 5,30 |
| | Бег- 1000 м | 3.40 мин | 4мин | 5 мин |
| | Бег- 3000 м | 14мин | 15мин | 18мин |
| | Метание мяча в вертикальную цель (зал) (5 бросков) Метание гранаты в горизонт. цель (20 м, 700г.) (3 броска) | 3 попадани я 3 попадани я | 2 попадан. 2 попадан. | 0- 1 попадан. 0- 1 попадан. |
| | Метание гранаты на дальность (700г) | 32 м | 28 м | 25 м |
| | а) метание диска б) метание копья г) толкание ядра | 25 м 25 м 15м | 20 м 20 м 12м | до 20 до 20 до 12м |
| Спортивный зал | Прыжок в длину с разбега | 4,3 м | 4.0 м | 3,7м |
| | а. прыжки на скакалке 25сек б. прыжки на скакалке 1 мин в. прыжки на скакалке на выносливость | 55 раз 110 раз 4 мин | 45 раз 90 раз 3 мин | До 45раз До 80раз 2 мин |
| | Прыжки в высоту | 125 см | 120 см | 110см |
| | Толчок пр./л. рукой гирю 16 кг. (тиря8 кг) | 12/10 (24/20) | 10/8 (20/16) | 8/6 (16/12) |
| | Рывок пр./л. рукой гирю 16кг(гиря 8кг) | 20/15 (40/30) | 15/10 (30/20) | 10/5 (20/10) |
| Силовая подготовка | Жонглирование пр./л. рукой гирей 16 кг (8кг) | 10 раз (20раз) | 8 раз (16раз) | 6 раз (12раз) |
| | а. Подъем туловища- пресс на накл. доске б. подтягивание на спец. турнике в. отжимание на брусьях г. приседание на ноге (прав. /лев.) д. подъем туловища (спина) | 30 раз 15 раз 15 раз 15/15 раз 30 раз | 25 раз 10 раз 10 раз 10/10 раз 25 раз | До 25 До 10 До 10 До 10/10 До 25 |
| | Лазание по канату | весь | половина | попытка |
| | а) Жим лежа штанги от груди (50% с/в) б) приседание со штангой (50% с/в) в) рывок штанги вверх стоя (50% с/в) г) сгибание рук со штангой стоя (25%с/в) | 15 раз 15 раз 15 раз 15 раз | 10 раз 10 раз 10 раз 10 раз | До 10 раз До 10 раз До 10 раз До 10 раз До 10 раз До 10 раз |

| | | | | |
|-----------------------|--|------------------|------------------|---------------------|
| | д) разгибание рук со штангой стоя(25%с/в) е) становая тяга (50%с/в) | 15 раз 15 раз | 10 раз 10 раз | |
| | Комплекс упражнений на тренажерах, со штангой и с гантелями | 15 упр. | 12 упр. | Менее 10 упр. |
| Спортивная гимнастика | Комплекс упр. на низкой перекладине: подъем с переворотом с виса, подъем с переворотом с перекладины оборот назад из упора, выход силой, сосок. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Комплекс упр. на высокой перекладине: подъем с переворотом с виса, подъем с переворотом с перекладины, оборот назад из упора, выход силой с колена, сосок после разворота в висе с раскачкой. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Комплекс опорных прыжков: прыжок ноги врозь, прыжок над козлом ноги согнув под себя по 5 прыжков. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Комплекс гимнастических упражнений на брусьях: 5 махов ногами над брусьями, переход, стойка на плечах, переход кувырок вперед, боковые махи ногами, равновесия, сосок назад. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| Акробатика | Комплекс гимнастических упражнений на гимн. коне: стойка на руках, мах правой ногой вперед и назад, мах левой ногой вперед и назад, мах правой и левой вперед, потом назад, уголок, сосок с перемахом ноги | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок. |
| | Акробатический комплекс упражнений: 2 кувырка вперед, стойка на голове, выход в стойку, 2 кувырка назад, кувырок в березку, выход в стойку разгибом с плеч, г/мост, 2колеса. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| Греко-римская борьба | Приемы в партере и на борцовском мосту, приемы и контрприемы в стойке, учебные поединки в партере и в стойке. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более |
| Лыжная подготовка | Техника лыжной ходьбы: одновременные и попеременные, одношажные и двушажные, коньковый и др. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Техника подъемов, спусков и торможений на лыжах при спуске с горки | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Бег на лыжах 1,25 км | 7.5 мин | 8.5 мин | 10 мин |
| | Бег на лыжах 2,5 км | 15 мин | 17 мин | 20 мин |

| | | | | |
|--------------------|--|-----------|------------|------------|
| | Бег на лыжах 5 км | 28 мин | 29 мин | 32мин |
| Игровая подготовка | Зачетные игры в волейбол а) прием передача б) подача мяча в площадку | 4-5 побед | 2-3 победы | 0-1 победа |
| | Зачетные игры в баскетбол, а) ведение б/мяча б) броски в кольцо | 4-5 побед | 2-3 победы | 0-1 Побед |
| | Зачетные игры в наст/теннис Личное первенство | 4-5 побед | 2-3 победы | 0-1 Побед |
| | Зачетные игры в футбол | 4-5 побед | 2-3 победы | 0-1 Побед |
| Плавание | Плавание (без времени любым способом) | 50 м | 25 м | до 25 м |

Практические занятия и критерии их оценивания (девушки)

| Примечания | Упражнения и комплексы | «5» | «4» | «3» |
|-------------------------|--|--|---|---|
| тестирование | Прыжок в длину с места Подъем туловища (пресс) 1мин. Подтягивание к перекладине Наклон вперед Бег 60 м Бег 6 мин | 180см 35 раз 15 раз 15см 9 сек | 170 см 25 раз 10 раз 10 см 10 сек | до170см До 25раз До 10раз До 5см Св.11сек |
| Легкая атлетика стадион | Скорость, координация, быстрота а) челночный бег 3x10 б) бег 30 м (низкий старт) | 8.2 сек 4.9- 5сек | 8.5-9.0сек 5.3- .8сек | Св.9сек Св. 6 сек |
| | Бег 100 м | 17.0 сек | 17.5сек | Св.18сек |
| | Бег 400 м | 1,20 м | 1,30 м | Св.1,30 |
| | Эстафета 4x100м | 1,10 мин | 1,15 мин | 1,25 мин |
| | Эстафета 4x400м | 6,00 мин | 6,10 мин | 6,30 мин |
| | Бег 1000м | 7мин | 8мин | Св.8мин |
| | Бег 2000м | 12мин | 13мин | 14мин |
| | Метание мячом в вертикальную цель (5 бросков) | 3 попадания | 2 попадан. | 1-0 попадан. |
| | Метание гранаты в горизонт.Цель (15м -3 броска) | 3 попадания | 2 попадан. | 1-0 попадан. |
| | Метание гранаты на дальность | 19 м | 16 м | 14 м |
| | Метание копья | 15м | 12м | До 10м |
| | Метание диска | 15м | 12м | До 10м |
| | Толкание ядра | 10м | 8м | До 8м |
| | Прыжок в длину с разбега | 3.6 м | 3,4 м | До 3,4м |
| Спортивный зал | прыжки на скакалке 25 сек прыжки на скакалке 1 мин прыжки на скакалке на выносливость прыжки на большой скакалке(восьмерка) | 55 раз 120 раз 5 мин 10 раз | 50 раз 110 раз 4 мин 8раз | До 50раз До 110 3мин 5 раз |
| | Прыжки в высоту | 110 см | 105 см | До105см |
| Атлетическая гимнастика | Лазание по канату Подъем корпуса на спец. скамье | 25 раз | 20 раз | 15 раз |

| | | | | |
|---|--|--------------------------------------|--------------------------------------|--|
| С отягощением (на тренажерах, со штангой и гантелей) | (спина) Подъем корпуса на наклонной доске (пресс) Приседание на одной ноге (на пр./лев ноге), (пистолет) Метание набивного мяча 1 кг сидя из-за головы | 25 раз 12/12 м 7 м | 20 раз 10/10 м 6 м | 15 раз 8/8 м 5 м |
| | Упражнения на развитие мышц пресса и поясничного пояса Упражнения на развитие мышц рук и плечевых мышц и шеи Упражнения на развитие грудных мышц и мышц спины Упражнения на развитие мышц ног | 8 упр. 8 упр. 8 упр. 8 упр. | 6 упр. 6 упр. 6 упр. 6 упр. | До 5 упр. До 5 упр. До 5 упр. До 5 упр. |
| | Силовой комплекс на тренажерах, со штангой и гантелями | 15 упр. | 10 упр. | Менее 10 упр. |
| | Гимнастические комплексы упражнений на гимнастических ковриках. | Без ошибок | 1-2 ошибки | Свыше 2 ошибок |
| | Гимнастические комплексы упражнений со скакалкой. | Без ошибок | 1-2 ошибки | Свыше 2 ошибок |
| | Жонглирование 1-2 мячами (5упражнений) | Без падений | 1-2 падения | Свыше 2 пад. |
| Ритмическая гимнастика | Гимнастические комплексы упражнений по степ - аэробике. | Без ошибок | 1-2 ошибки | Свыше 2 ошибок |
| | Гимнастические комплексы с 1-2 гимнастическими обручами | Без ошибок | 1-2 ошибки | Свыше 2 ошибок |
| | Гимнастические комплексы упражнений нафитнес – шарах. | Без ошибок | 1-2 ошибки | Свыше 2 ошибок |
| | Комплекс опорных прыжков: прыжок на колени и состою, прыжок ноги врозь, прыжок над г/козлом ноги согнув под себя по 3 прыжка каждого вида. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Комплекс гимнастических упражнений на брусьях: 5 махов ногами над брусьями, переход, стойка на брусьях (равновесие), переход на стойки упором прогнувшись вперед и назад, боковые махи ногами, 2 равновесия сидя, сосок вперед. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Акробатический комплекс упражнений: 2 кувырка вперед, выход в стойку, 2 кувырка назад, кувырок в березку, выход в стойку кувырком вперед, г/ мост со стойки, колесо. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более |
| Лыжная подготовка | Техника лыжной ходьбы: одновременные и попеременные, одношажные и двушажные, коньковый и др. | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Техника подъемов, спусков и торможений на лыжах при спуске с горки | Без ошибок | Одна ошибка | Две и более ошибок |
| | Бег на лыжах 1.5 км | 12 мин | 15 мин | 18 мин |

| | | | | |
|--------------------|--|-----------|------------|------------|
| | Бег на лыжах 3 км | 24 мин | 30 мин | Без врем |
| Игровая подготовка | Зачетные игры в волейбол а) прием передача б) подача мяча в площадку | 4-5 побед | 2-3 победы | 0-1 победа |
| | Зачетные игры в баскетбол, а) ведение б/мяча б) броски в кольцо | 4-5 побед | 2-3 победы | 0-1 Побед |
| | Зачетные игры в наст/теннис Личное первенство | 4-5 побед | 2-3 победы | 0-1 Побед |
| | Зачетные игры в бадминтон Личное и парное первенство | 4-5 побед | 2-3 победы | 0-1 Побед |
| Плавание | Плавание (без времени любым способом) | 50 м | 25 м | до 25 м |

Печатные издания

Основные источники:

1. Решетников Н.В. Физическая культура. 0 М., «Академия», 2017г. (176с.)
2. Бишаева А. А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. — М., «Академия» 2015
3. Виленский М.Я. В44 Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — 2-е изд., стер. — М.: КНОРУС, 2015. — 216 с. — (Среднее профессиональное образование). ISBN 978-5-406-04313-4; УДК 796(075.32)

Дополнительные источники:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: Учебник. Под редакцию Ю.Д. Железняка, М.Ю. Портнова. – М: Академия, 2012
- 2 Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: Учебник. Пособие. – Ростов н/Д: Феникс, 2012
- 4 Физическая культура: Учебник. – М.: Академия, 2012

Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Физическая культура: учебник для студ. учрежд. средн. проф. образования / Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтиевич, Г.И. Погдаев. - 14-е изд., испр. - М.: ОИЦ «Академия», 2014. – 176 с. (эл.ресурс).

1. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| <i>Результаты обучения</i> | <i>Критерии оценки</i> | <i>Методы оценки</i> |
|---|------------------------|----------------------|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины | | |

| | | |
|---|---|--|
| знания: при выполнении строительно-монтажных работ, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов; | Демонстрирует системные знания в области основ здорового образа жизни и роли физической культуры в гармоничном развитии личности человека, Владеет информацией о регулярных физических нагрузках в выбранной специальности и способах профилактики профзаболеваний | Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью студента в процессе освоения учебной дисциплины |
|---|---|--|

| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины | | |
|--|--|---|
| умения: 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 при выполнении строительно-монтажных работ, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов | Демонстрирует навыки владения, тактикой в спортивных играх; Владеет техниками выполнения двигательных действий; Выполняет тактико-технические действия в игре; Выполняет требуемые элементы; Применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности Использует средства профилактики перенапряжения характерными для данной специальности при выполнении строительно-монтажных работ, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов | Результаты тестирования Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью студента в процессе освоения учебной дисциплины |

Контрольно-оценочные средства дисциплин актуализированы для 2025 года начала подготовки.

Руководитель технологического колледжа

Окунева О.А.

