

Кабардино-Балкарская Республика
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Кабардино-Балкарский автомобильно-дорожный колледж»

Рассмотрена на заседании ЦМК
Социально-гуманитарных дисциплин
Протокол № _____ от «__» _____ 2025 г.
Председатель ЦМК _____ /Ж.А. Кунижева/

«Утверждаю»
заместитель директора по
УМР ГБПОУ «КБАДК»
_____ С.Ю. Какулина

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ПО ДИСЦИПЛИНЕ

СГ 04 «Физическая культура»

**специальности: 08.02.12 «Строительство и эксплуатация автомобильных
дорог, аэродромов и городских путей сообщения»**

Автор: Карданов А.Х., руководитель ФВ ГБПОУ «КБАДК»

Нальчик 2025

Пояснительная записка

Данные оценочные материалы представляют собой комплект заданий для диагностики уровня учебных достижений, обучающихся по СГ 04 «Физическая культура» в форме разноуровневых заданий для специальности: 08.02.12 «Строительство и эксплуатация автомобильных дорог, аэродромов и городских путей сообщения». Комплект заданий соответствует рабочей программе дисциплины СГ 04 «Физическая культура».

Оценка выставляется с учетом действующих норм оценки знаний, умений и навыков, учащихся по данной программе.

Время на проведение работы – два академических часа.

Структура оценочных материалов

Работа представлена в виде теста с разноуровневыми заданиями. Тестовые задания, позволяют осуществить оценку всех компетенций, установленных образовательной программой.

Характеристика структуры и содержания оценочных материалов

Часть 1 содержит основную информацию – спецификацию оценочных материалов по дисциплине СГ 04 «Физическая культура».

Часть 2 содержит тестовые задания, позволяющие осуществить оценку всех компетенций, установленных образовательной программой.

Часть 3 содержит эталонные ключи к оцениванию тестовых заданий.

Критерии оценки:

«5» - 80-100%;

«4» - 60-80 %;

«3» - 50-60%;

«2» - менее 50%.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Спецификация.....	4
1.1. Назначение комплекта оценочных материалов	4
1.2. Общее количество тестовых заданий	4
1.3. Распределение тестовых заданий по компетенциям и дисциплинам	4
1.4. Типы, уровень сложности и время выполнения тестовых заданий	5
1.5. Система оценивания выполнения тестовых заданий	7
1.6. Описание дополнительных материалов оборудования, необходимых для выполнения тестовых заданий.....	8
2. Тестовые задания, позволяющие осуществлять оценку всех компетенций, установленных образовательной программой	8
2.1. Тестовые задания к компетенции ОК 0.4	8
2.2. Тестовые задания к компетенции ОК 0.8	11
2.3. Тестовые задания к компетенции ПК 5.1	15
3. Ключи к оцениванию тестовых заданий.....	16

1. Спецификация

1.1. Назначение комплекта оценочных материалов

- наименование УГС – СГ 04 Физическая культура;
- наименование специальности: 08.02.12 «Строительство и эксплуатация автомобильных дорог, аэродромов и городских путей сообщения»

1.2. Общее количество тестовых заданий

Таблица 1. Количество тестовых заданий

Код компетенции	Наименование компетенции	Количество заданий
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	6
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	7
ПК 5.1	Планировать, оптимизировать и распределять производственные задания между бригадами, звеньями и отдельными работниками	2
Всего		15

1.3. Распределение тестовых заданий по компетенциям и дисциплинам

Таблица 2. Распределение тестовых заданий по компетенциям и дисциплинам

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование дисциплины /модуля/ практики	Семестр	Номер задания
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Физическая культура	7	1
				2
				3
				4
				5
				6

ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Физическая культура	7	7
				8
				9
				10
				11
				12
ОК 08	Осуществлять приемку и монтаж аппаратных средств инфокоммуникационных систем с проверкой соответствия документации	Физическая культура	7	13
				14
				15

1.4. Типы, уровень сложности и время выполнения тестовых заданий

Таблица 3. Распределение заданий по типам и уровням сложности

Код компетенции	Номер задания	Тип задания	Уровень сложности задания	Время выполнения (мин.)
ОК 04	1	Закрытый (задание на установление последовательности)	Повышенный (решение типовых задач, сопоставление, последовательность)	3-5 мин
	2	Закрытый (задание на установление последовательности)	Повышенный (решение типовых задач, сопоставление, последовательность)	3-5 мин
	3	Комбинированный (задание с выбором одного ответа)	Базовый (задание с выбором ответа)	1-3 мин
	4	Закрытый (задание на установление соответствия)	Высокий (задания на установление последовательности и соответствия)	5-10 мин

	5	Открытый (задания с развернутым ответом)	Высокий (задание с развернутым ответом)	5-10 мин
	6	Закрытый (задание на установление соответствия)	Высокий (задания на установление последовательности и соответствия)	5-10 мин
ОК 08	7	Закрытый (задание на установление последовательности)	Повышенный (решение типовых задач, сопоставление, последовательность)	3-5 мин
	8	Закрытый (задание на установление соответствия)	Высокий (задания на установление последовательности и соответствия)	5-10 мин
	9	Закрытый (задание на установление соответствия)	Высокий (задания на установление последовательности и соответствия)	5-10 мин
	10	Комбинированный (задание с выбором одного ответа)	Базовый (задание с выбором ответа)	1-3 мин
	11	Открытый (задания с развернутым ответом)	Высокий (задание с развернутым ответом)	5-10 мин
	12	Закрытый (задание на установление соответствия)	Высокий (задания на установление последовательности и соответствия)	5-10 мин
	13	Закрытый (задание на установление соответствия)	Высокий (задания на установление последовательности и соответствия)	5-10 мин

ПК 2.1	14	Открытый (задания с развернутым ответом)	Высокий (задание с развернутым ответом)	5-10 мин
	15	Комбинированный (задание с выбором нескольких вариантов ответа)	Повышенный (задание с выбором ответа и обоснованием выбора)	3-5 мин

1.5. Система оценивания выполнения тестовых заданий

Таблица 4. Система выполнения тестовых заданий

Номер задания	Указания по оцениванию	Результат оценивания (баллы, полученные за выполнение задания/характеристика правильности ответа)
Задание 1	Задание закрытого типа на установление соответствия считается верным, если правильно установлены все соответствия (позиции из одного столбца верно сопоставлены с позициями другого).	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие – 0 баллов.
Задание 2	Задание закрытого типа на установление последовательности считается верным если правильно указана вся последовательность цифр.	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; если допущены ошибки или ответ отсутствует – 0 баллов.
Задание 3	Задание комбинированного типа с выбором одного верного ответа из предложенных с обоснованием выбора ответа считается верным, если правильно указана цифра и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа.	Совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие – 0 баллов.

Задание 4	Задание комбинированного типа с выбором нескольких вариантов ответа из предложенных с обоснованием выбора ответов считается верным, если правильно указаны цифры и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа.	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; если допущены ошибки или ответ отсутствует – 0 баллов.
Задание 5	Задание открытого типа с развернутым ответом считается верным, если ответ совпадает с эталонным по содержанию и полноте.	Полный правильный ответ на задание оценивается 3 баллами; если допущена одна ошибка /неточность/ ответ правильный, но не полный – 1 балл, если допущено более одной ошибки /ответ неправильный/ ответ отсутствует – 0 баллов.

1.6. Описание дополнительных материалов оборудования, необходимых для выполнения тестовых заданий

Дополнительные материалы и оборудование для выполнения тестовых заданий не предусмотрено.

2. Тестовые задания, позволяющие осуществлять оценку всех компетенций, установленных образовательной программой

2.1. Тестовые задания к компетенции ОК 04

Задание 1. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом студентов ускоряют процесс физического совершенствования. В какой последовательности целесообразно выполнять перечисленные ниже упражнения для повышения скорости бега в основной части занятия:

- 1) дыхательные упражнения;
- 2) дыхательные упражнения в интервалах отдыха;
- 3) легкий продолжительный бег;
- 4) повторный бег на короткие дистанции;
- 5) прыжковые упражнения с отягощением и без;
- 6) ходьба;

7) упражнения на частоту.

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--	--	--	--

Задание 2. Обучение двигательному действию – это организованный процесс, в ходе которого осуществляется передача и усвоение специальных знаний и навыков двигательных действий.

Установите правильную последовательность этапов процесса обучения двигательному действию:

- 1) углубленное детализированное разучивание, формирование двигательного умения;
- 2) формирование двигательного навыка, достижение двигательного мастерства;
- 3) ознакомление, первоначальное разучивание движения

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--

Задание 3. Нарушения в футболе – это действия, которые судья считает не соответствующими правилам игры и наказывает. Наказания зависят от характера нарушения и могут включать штрафной удар, свободный удар, предупреждение или удаление игрока с поля. Выберите характеристику нарушений, называемых свободным ударом.

- 1) Штрафной удар назначается в случае: прыжок на соперника, удар или попытка ударить соперника рукой или ногой, умышленная игра в мяч рукой;
- 2) Штрафной удар назначается в случае: блокировки игрока движениями соперника, касание вратарем мяча руками после умышленной передачи от своего игрока, фиксирования опасной игры;

- 3) Штрафной удар назначается в случае: затягивания возобновления игры, демонстрации несогласия словом или действием, неспортивного поведения;
- 4) Штрафной удар назначается в случае: умышленного фола с угрозой здоровью оппонента, жестокого действия в отношении судьи, использования рук для спасения ворот полевым футболистом

Задание 4. В классическом волейболе на площадке одновременно находятся 6 игроков от каждой стороны. Однако в официальных матчах команда может иметь в составе до 12–14 человек, включая запасных, при этом, каждый игрок выполняет определённую функцию. Соотнесите название игроков с их выполняемыми функциями.

Наименование игрока		Функции, выполняемые игроком	
А	Связующий	1	Игрок, атакующий с задней линии
Б	Диагональный	2	Игрок, атакующий с краев сетки
В	Доигровщик	3	Игрок, определяющий развитие атаки, действия которого состоят в решении о передачи мяча для удара

Запишите, выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Задание 5.

Занятия физической культурой и спортом реализуются в спортивных группах или командах. Дайте четкое определение понятию «спортивная группа». Определите основную цель спортивной группы.

Задание 6. В волейболе за нарушения правил и неспортивное поведение предусмотрены штрафы. Их налагает первый судья, руководствуясь официальными правилами. Соотнесите названия штрафов в волейболе с их характеристиками.

Название нарушений в волейболе		Характеристика нарушений в волейболе	
А	Нарушения при подаче	1	Включают ошибки при подаче, розыгрыше, блоке и атаке
Б	Нарушения при розыгрыше	2	заступ на сторону соперника, удар по мячу на стороне соперника, блокировка подачи
В	Нарушения при блоке и атаке	3	более трёх касаний, двойное касание, задержка мяча.
Г	Грубое поведение	4	оскорбления, споры с судьями, умышленные подножки.

Запишите, выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

2.2. Тестовые задания к компетенции ОК 08

Задание 7. Здоровье человека напрямую связано с его работоспособностью. Для осуществления качественной интеллектуальной деятельности работоспособность студента должна находиться в оптимальных значениях. Однако, существует ряд факторов, связанных с психофизиологическими резервами организма студентов, снижающих их работоспособность.

Перечислите в последовательности от наименьшего к наибольшему по силе воздействия на состояние студентов, названия признаков снижения работоспособности:

- 1) Переутомление;
- 2) Усталость;
- 3) Утомление

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--

Задание 8.

Работоспособность – потенциальная возможность индивида выполнять целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени. Показатели работоспособности человека в течение дня изменчивы. При непрерывной работе в течение 8 часов уровень работоспособности человека меняется. Соотнесите название периодов работоспособности с их характеристиками.

Название периода		Характеристика периода	
А	Конечный «порыв»	1	Период работоспособности, характерный для начала работы, когда человек только входит в процесс деятельности, не обеспечивая максимальных показателей в труде.
Б	Период полной компенсации	2	Период, с проявлением первых признаков утомления, в процессе которого начинает развиваться утомление, в связи с истощением части психофизиологических ресурсов. Продолжение работы на заданном уровне достигается усилием воли.
В	Период неустойчивой компенсации	3	Период работоспособности, на котором снижается качество деятельности, даже с учетом приложения волевых усилий.
Г	Стадия оптимальной работоспособности	4	Период, характеризующийся стабильными максимальными показателями производительности, субъективным состоянием комфорта и отсутствием утомления.
Д	Период вработываемости	5	Период, характерный кратковременным повышением эффективности труда за счет мобилизации резервов организма с последующим ее резким снижением.

Запишите, выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

Задание 9.

Любая физическая нагрузка, особенно, напряженная, вызывает в организме человека определенные изменения его физиологических параметров. В процессе занятий физической культурой и спортом выделяют несколько видов контроля за состоянием занимающихся.

Соотнесите название вида контроля с их характеристиками.

Вид контроля		Характеристика контроля	
А	Врачебный	1	Получение информации определения связи между факторами воздействия (нагрузка, методы, средства) и изменениями, которые происходят у занимающихся, в состоянии здоровья, физического развития и спортивного мастерства
Б	Педагогический	2	Получение информации о состоянии здоровья, физического развития, функционального состояния организма занимающихся физическими упражнениями и спортом
В	Самоконтроль	3	Получение информации о состоянии своего организма во время занятий физическими упражнениями и спортом, с целью оценки физического состояния, двигательных возможностей и функциональных способностей.

Запишите, выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Задание 10. Для улучшения самочувствия и работоспособности в течении учебного дня студенту рекомендуется выполнять утреннюю гигиеническую гимнастику. Методика выполнения утренней гимнастики имеет определённые особенности.

Выберите верное описание методики выполнения утренней гигиенической гимнастики из представленных ниже:

1) В процессе выполнения утренней гигиенической гимнастики, рекомендуют постепенно увеличивать физическую нагрузку на организм. Максимальное усилие должно быть в середине, а также во второй части комплекса упражнений. К концу комплекса утренней гигиенической гимнастики нагрузку необходимо снижать, организм должен прийти в сравнительно спокойное состояние;

2) В процессе выполнения утренней гигиенической гимнастики, рекомендуют постепенно увеличивать физическую нагрузку на организм. Максимальное усилие должно быть в завершении комплекса с применением силовых упражнений и упражнений на выносливость;

3) В процессе выполнения утренней гигиенической гимнастики, рекомендуют увеличивать физическую нагрузку на организм максимально быстро, так как время на выполнение заданий ограничено. Максимальное усилие должно быть в начале комплекса упражнений. К концу комплекса утренней гигиенической гимнастики можно перейти на семенящий бег и упражнения с отягощениями.

4) В процессе выполнения утренней гигиенической гимнастики рекомендуется подбирать упражнения динамического характера. Максимальное усилие должно быть в начале выполнения комплекса упражнений.

Задание 11. Прочитайте текст задания и дайте четкую компактную формулировку, обосновывающую выбор ответа.

Дайте четкое компактное определение понятию «работоспособность». Раскройте, от чего зависит работоспособность человека.

Задание 12. Формирование образа жизни, способствующего укреплению здоровья человека, осуществляется на трёх уровнях. Соотнесите уровень формирования здорового образа жизни с основными мероприятиями, реализуемыми в рамках данного уровня.

Название уровня		Виды мероприятий, реализуемые в рамках указанного уровня	
А	Социальный	1	Профилактические учреждения, экологический контроль
Б	Инфраструктурный	2	Пропаганда, информационно-просветительская работа, флешмобы, концерты
В	Личностный	3	Организация быта, изменение сознания с целью ориентации на здоровый образ жизни

Запишите, выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

Задание 13. Самоконтроль за выполнением физических упражнений состоит из простых общедоступных приемов наблюдения и складывается из учета субъективных и объективных показателей. Разграничьте параметры характеристик объективного и субъективного самоконтроля.

Название параметров самоконтроля		Характеристики параметров самоконтроля	
А	Субъективные	1	Самочувствие, эмоциональный комфорт, мотивация к занятиям
Б	Объективные	2	Масса и объемы тела, пульс или частота сердечных сокращений, артериальное давление

Запишите, выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б

2.2. Тестовые задания к компетенции ПК 1.1

Задание 14. В целях планирования, оптимизации и распределения производственных заданий между работниками, специалисту необходимо обладать хорошими организаторскими способностями, которые формируются

в процессе выполнения роли капитана спортивной команды. Дайте четкое определение понятию «капитан спортивной команды». Укажите основные функции, которые выполняет капитан команды.

Задание 15. В процессе выполнения сложных работ по строительству и эксплуатации автомобильных дорог и аэродромов специалист должен заботиться о состоянии здоровья. В этом вопросе ему на помощь приходит производственная гимнастика. Укажите основную цель и задачи производственной гимнастики строителя.

3. Ключи к оцениванию тестовых заданий

Таблица 6. Ключи к оцениванию

№ задания	Верный ответ	Критерии
1	7425361	1 б – полный правильный ответ 0 б – все остальные случаи
2	312	1 б – полное правильное соответствие 0 б – остальные случаи
3	2	1 б – полное правильное соответствие 0 б – остальные случаи
4	A3B1B2	1 б – совпадение с верным ответом 0 б – остальные случаи
5	Спортивная группа или команда – это группа, объединенная общими целями спортивной деятельности, выполняемой под руководством спортивного педагога. Основная цель спортивной группы – достижение высоких личных и командных спортивных результатов	3 б – полный правильный ответ 1 б – ответ правильный, но не полный 0 б – ответ неправильный
6	A1B3B2Г4	1 б – полный правильный ответ 0 б – все остальные случаи

7	231	1 б – полный правильный ответ 0 б – все остальные случаи
8	A5B2B3Г4Д1	1 б – совпадение с верным ответом 0 б – остальные случаи
9	A2B1B3	1 б – совпадение с верным ответом 0 б – остальные случаи
10	1	1 б – полное правильное соответствие 0 б – остальные случаи
11	Работоспособность - потенциальная возможность человека выполнить целесообразную, мотивированную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени. Зависит от внешних условий деятельности и психофизиологических резервов человека.	3 б – полный правильный ответ 1 б – ответ правильный, но не полный 0 б – ответ неправильный
12	A2B1B3	1 б – совпадение с верным ответом 0 б – остальные случаи
13	A2B1	1 б – совпадение с верным ответом 0 б – остальные случаи
14	Капитан спортивной команды – это главное лицо в её составе, член команды, которому поручается руководство действиями остальных её участников, выполнение ряда организационных, дисциплинарных и общественных функций. Основные функции: связь с тренером и руководством, поддержание морального состояния игроков, распределение обязанностей игроков, принятие тактических решений	3 б – полный правильный ответ 1 б – ответ правильный, но не полный 0 б – ответ неправильный
15	Основная цель производственной гимнастики для строителей – улучшение здоровья, физической	3 б – полный правильный ответ 1 б – ответ правильный,

	<p>выносливости и общей производительности труда.</p> <p>Задачи: профилактика профессиональных заболеваний; снижение утомляемости; улучшение гибкости и подвижности суставов (особенно важно для работников, которые часто находятся в вынужденной рабочей позе)</p>	<p>но не полный 0 б – ответ неправильный</p>
--	--	--