

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Мусьял Александр Вячеславович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 02.07.2025 13:48:05  
Уникальный программный ключ:  
297fef716e5ece559822a236feffc4d8a43d0cf1

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**  
**для текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся**  
**по дисциплине Физическая культура**  
(наименование дисциплины)

**19.02.11 Технология продуктов питания из растительного сырья**

(код и наименование специальности)

## 1. Перечень компетенций, индикаторов компетенций и дескрипторов:

### **ОК-01: Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам**

**Знать:** основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств

**Уметь:** использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

### **ОК-04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.**

**Знать:** современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью

**Уметь:** владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности

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

**Знать:** физические упражнения разной функциональной направленности, знать их использование в режиме учебной и производственной деятельности целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности

**Уметь:** владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их физкультурно-оздоровительной соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере

### **ПК 4.2 Планировать выполнение работ исполнителями**

**Знать:** основные способы и методы развития физических качеств

**Уметь:** владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере.

## 2. Описание показателей (типов заданий) и критериев оценки (указания по оцениванию и результат оценивания) индикаторов компетенций для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

Тип заданий	Указания по оцениванию для каждого типа заданий	Результат оценивания (баллы, полученные за выполнение задания/характеристика правильности ответа)
Задание закрытого типа с выбором правильного ответа	Задание закрытого типа с выбором правильного ответа считается верным, если правильно установлен ответ	Совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие – 0 баллов.

		Либо указывается «верно»/ «неверно»
Задание закрытого типа на установление соответствия	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. Либо указывается «верно»/ «неверно»
Задание закрытого типа на установление последовательности	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. Либо указывается «верно»/ «неверно».
Задание открытого типа с развернутым ответом	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 Либо указывается «верно»/ «неверно».

### **3. Уровни сложности оценочных материалов**

Наименование	Характеристика	Время выполнения
Базовый	Воспроизведение, терминология, факты, параметры, теории, принципы. Тип задания: задания с выбором ответа, комбинированные задания	1-3 мин.
Повышенный	Применение знаний в типичной ситуации, решение типовых задач, сопоставление, последовательность. Тип задания: комбинированные задания, задания с развернутым ответом	3-5 мин.
Высокий	Применение знаний в нестандартной ситуации, решение нетиповых задач, алгоритмы, доказательства, обоснования. Тип задания: задания на установление последовательности и соответствия, задания с развернутым ответом	5-10 мин.

### **4. Сценарии выполнения тестовых заданий.**

Тип задания	Последовательность действий при выполнении задания
Задание закрытого типа с выбором правильного ответа	1. Внимательно прочитать текст задания. 2. Внимательно прочитать список предполагаемых ответов. 3. Записать ответ.
Задание закрытого типа на установление соответствия	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов. 2. Внимательно прочитать оба списка: список 1 – вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2 – утверждения, свойства объектов и т.д. 3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов. 4. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа (например, А1 или Б4)
Задание закрытого типа на установление последовательности	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.

	3. Построить верную последовательность из предложенных элементов. 4. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности без пробелов и знаков препинания (например, БВА или 135)
Задание открытого типа с развернутым ответом	1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса. 2. Продумать логику и полноту ответа. 3. Записать ответ, используя четкие компактные формулировки. 4. В случае расчетной задачи, записать решение и ответ.

### **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации закрытого типа**

#### **1 семестр**

№ п/п	Текст задания	Варианты ответов / последовательность ответов	Правильный ответ (ключ)	Код компетенции (индикатора)	Код планируемых результатов обучения по дисциплине	Время выполнения (мин.)
Тип задания: задание закрытого типа с выбором правильного ответа						
Инструкция: прочитайте текст и выберите правильный ответ						
1.	Необходимость подготовки людей к жизни, труду, другим необходимым видам деятельности исторически обусловила возникновение	а)физической культуры; б)физического воспитания; в)физического совершенства; г)видов спорта.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	З, У	1-3 мин.
2.	Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на.....	а) развитие физических качеств людей; б) поддержание высокой работоспособности людей; в) сохранение и улучшение здоровья людей; г) подготовку к профессиональной деятельностью.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	З, У	1-3 мин
3.	Наиболее распространенные средства самостоятельных занятий - это:	а) бокс; б) ходьба и бег; в) спортивная гимнастика; г) единоборства.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	З, У	1-3 мин
4.	Бег на короткие дистанции развивает:	а) выносливость; б) прыгучесть; в) координацию; г) быстроту.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	З, У	1-3 мин

5.	Пять олимпийских колец символизируют:	а) пять принципов олимпийского движения; б) основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады; в) союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх; г) повсеместное становление спорта на службу гармонического развития человека		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	З, У	1-3 мин
6.	Где проводились древнегреческие Олимпийские игры:	а) в Олимпии; б) в Спарте; в) в Афинах		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	З, У	1-3 мин
7.	Под гибкостью как физическим качеством понимается...	а) комплекс морфофункциональных свойств опорно-двигательного аппарата человека, определяющий глубину наклона; б) способность выполнять движения с большой амплитудой за счет мышечных напряжений; в) комплекс физических свойств двигательного аппарата, определяющих подвижность его звеньев. г) эластичность мышц и связок.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	З, У	1-3 мин
8.	К основным физическим качествам человека относятся:	а.) быстрота, сила, смелость, гибкость; б.) быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость; в.) быстрота, сила, смелость,		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	З, У	1-3 мин

		аккуратность, гибкость; г.) быстрота, сила, ловкость, гибкость, внимательность				
Тип задания: задание закрытого типа на установление последовательности						
Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность						
9.	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		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
10	Установите правильную последовательность упражнений в разминке:	1. ходьба; 2. специальные беговые упражнения; 3. упражнения для мышц ног; 4. упражнения для мышц туловища; 5. упражнения для мышц рук; 6. упражнения для мышц шеи; 7. бег трусцой		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
11	Установите последовательность овладения техникой выполнения кувырка вперед:	1) перекаты в группировке из положения упора присев; 2) познакомиться с техникой выполнения кувырка вперед; 3) выполнение кувырка вперед в целом; 4) перекаты из положения группировки сидя на краю мата; 5) переворот через голову; 6) перекаты в группировке лежа на спине.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.

12	Установите последовательность обучения подачи в волейболе:	1) имитация; 2) рассказ; 3) показ; 4) отработка подачи; 5) имитация подачи в целом		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
Тип задания: задание закрытого типа на установление соответствия						
Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие						
13	Установить соответствие:	<p>Качества:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выносливость</li> <li>2. Сила</li> <li>3. Скорость</li> <li>4. Ловкость, координация</li> <li>5. Гибкость</li> </ol> <p>Упражнения:</p> <p>А. метание предметов, ходьба по бревну</p> <p>Б. плавание без остановок от 25м до 100м.</p> <p>В. Поперечный шпагат</p> <p>Г. бег 30 м, 60 м</p> <p>Д. лазание по канату, шесту, поднимание гантелей.</p>		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
14	Установите соответствие между видами испытаний ВФСК ГТО и проявляемыми двигательными способностями человека:	<p>Виды испытаний комплекса ГТО</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег на 60 или 100 метров</li> <li>2. Прыжок в длину с места</li> <li>3. Метание мяча в цель</li> <li>4. Подтягивание на перекладине</li> <li>5. Наклон из положения стоя</li> <li>6. Бег на 2 км</li> </ol> <p>Двигательные способности человека</p> <p>а) скоростно-силовые способности</p> <p>б) координационные способности</p> <p>в) скоростные способности</p> <p>г) выносливость</p>		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.

		д) гибкость е) силовые способности				
15	Установите какие приемы к какому виду спорта относятся	А. Волейбол Б. Баскетбол  1) прием 2) ведение 3) пас 4) ловля 5) подача 6) нападающий удар		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
16	Установите соответствие между техническими приёмами в волейболе и возможными ошибками в процессе обучения им	1. передача мяча сверху двумя руками 2. нижняя прямая подача 3. верхняя прямая подача с опоры 4. приём мяча снизу двумя руками  А) подброс мяча не оптимален по высоте и не в сагиттальной плоскости Б) в момент приёма руки в локтях согнуты В) удар по мячу выше пояса и ненапряжённой кистью Г) неточный выход под мяч (мяч не перед лицом)		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.

## 2 семестр

№ п/п	Текст задания	Варианты ответов / последовательность ответов	Правильный ответ (ключ)	Код компетенции и (индикатора)	Код планируемых результатов обучения по дисциплине	Время выполнения (мин.)
Тип задания: задание закрытого типа с выбором правильного ответа						
Инструкция: прочитайте текст и выберите правильный ответ						
1.	К показателям физической подготовленности относятся:	а) сила, быстрота, выносливость; б) рост, вес, окружность грудной клетки;		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин.

		в) артериальное давление, пульс; г) частота сердечных сокращений, частота дыхания.				
2.	При выборе лыжного инвентаря необходимо учитывать:	А возраст занимающихся Б желание занимающихся В рост, вес занимающихся Г спортивные результаты занимающихся		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин.
3.	Как называется вид спорта, сочетающий лыжные гонки со стрельбой?	А. Армрестлинг Б. Биатлон В. Бобслей		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин.
4.	Сколько игроков баскетбольной команды может одновременно находиться на площадке.	А. 5 Б. 6 В. 7 Г. 4		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин.
5.	С чего начинается игра в баскетболе?	А. Со времени, указанного в расписании игр Б. С начала разминки В. С приветствия команд Г. Спорным броском в центральном круге.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин.
6.	Бег на длинные дистанции развивает:	А Гибкость; Б Ловкость; В Быстроту; Г Выносливость.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин.
7.	Как называется спортсмен, который бежит на короткие дистанции?	А Марафонец; Б Спринтер; В Стайер		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин.
8.	Какие из перечисленных спортивных дисциплин, можно отнести к «легкой атлетике»?	А Бег; Б Ходьба; В Прыжки и метание; Г Все перечисленные.		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин.
Тип задания: задание закрытого типа на установление последовательности						

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность						
9.	Установите последовательность обучения торможению способом «плуг»	<p>1 спуск с пологого склона, приняв положение торможение «плугом» в начале спуска</p> <p>2 стоя на равнине, фиксация конечного положения лыжника применительно к торможению способом «плуг»</p> <p>3 спуск со склона, приняв положение торможение «плугом» с остановкой около ограничителя</p> <p>4 спуск с пологого склона в удобной стойке с разведением и сведением лыж</p>		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
10	Установите последовательность обучения ведению мяча в баскетболе	<p>1 высокое ведение на месте поочередно правой и левой рукой в стойке с выставленной вперед ногой</p> <p>2 высокое ведение в заданном коридоре с изменением направления движения переводом мяча с руки на руку перед собой</p> <p>3 объяснение и показ</p> <p>4 высокое ведение в движении по прямой: одной и другой рукой</p>		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
11	Установите последовательность обучения броску мяча в корзину	1 чередование дистанционных бросков изучаемым способом с различного расстояния до корзины		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.

		<p>2 имитация изучаемого способа броска без мяча</p> <p>3 выполнение бросков изучаемым способом с различных дистанций в личном соревновании</p> <p>4 выполнение изучаемого способа броска в корзину с близкой дистанции под углом 30- 45° к щиту</p>				
12	Обучения технике эстафетного бега	<p>1 учить старту бегуна, принимающего эстафету</p> <p>2 учить технике передачи эстафетной палочки</p> <p>3 добиться передачи эстафеты на максимальной скорости</p> <p>4 создать представление о технике эстафетного бега</p>		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
Тип задания: задание закрытого типа на установление соответствия						
Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие						
13	Соотнеси физическое качество и вид спорта:	<p>1.Сила</p> <p>2.Гибкость</p> <p>3.Скорость</p> <p>4 Координация</p> <p>А. Акробатика</p> <p>Б. Бег на короткие дистанции</p> <p>В. Баскетбол</p> <p>Г. Тяжелая атлетика</p>		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
14	Соотнесите вид спорта и инвентарь:	<p>1.Футбол</p> <p>2.Биатлон</p> <p>3.Бадминтон</p> <p>4.Баскетбол</p> <p>А. Щит</p> <p>Б.Спортивная винтовка</p> <p>В. Ворота</p> <p>Г. Волан</p>		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.
15	Установите соответствие по видам спорта и по	<p>1.Волейбол</p> <p>2.Настольный теннис</p>		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.

	количеству основных игроков:	3. Футбол 4. Баскетбол  А. 2 Б. 5 В. 6 Г. 11				
16	Установите какие приемы к какому виду спорта относятся	А. Волейбол Б. Баскетбол  1) прием 2) ведение 3) пас 4) ловля 5) подача 6) нападающий удар		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	5-10 мин.

**1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации открытого типа**

**1 семестр**

№ п/п	Текст задания	Варианты ответов	Ответ	Код компетенции (индикатора)	Код планируемых результатов обучения по дисциплине	Время выполнения (мин.)
Тип задания: задание открытого типа с развернутым ответом						
Инструкция: прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ						
1.	Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на.....	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
2.	От каких факторов зависит состояние здоровья?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
3.	Как изменится скорость бега, если спортсмен во время бега будет наклонять голову вперед?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	М
4.	Как соотносятся движения рук и ног во время бега?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
5.	Какие действия, прежде всего, выполняет гимнаст-новичок, который в будущем собирается освоить упражнения на	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.

	гимнастическом коне?					
6.	Какое физическое качество является наиболее важным при выполнении упражнений на гимнастическом коне?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
7.	У спортсмена, занимающегося игровыми видами спорта, отмечаются трудности в усвоении новых технических навыков и решении сложных тактических задач, спортивная работоспособность в целом при этом остается на прежнем уровне. О каком патологического состояния может идти речь в этой ситуации?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
8.	Выносливость -это	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.

## 2 семестр

№ п/п	Текст задания	Варианты ответов	Ответ	Код компетенции (индикатора)	Код планируемых результатов обучения по дисциплине	Время выполнения (мин.)
Тип задания: задание открытого типа с развернутым ответом						
Инструкция: прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ						
1.	Что такое здоровый образ жизни?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
2.	Назовите основные двигательные качества?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
3.	Физическими упражнениями называются...	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
4.	Лыжный спорт	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.

5.	Коньковый лыжный ход	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
6.	Баскетбол -это..	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
7.	Игровая площадка в баскетболе включает в себя следующие зоны:	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.
8.	Кросс - это	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин.

## 8. Иные оценочные материалы (практикоориентированные задачи и другое)

### Ситуационные задачи

№ п/п	Текст задания	Варианты ответов	Ответ	Код компетенции (индикатора)	Код планируемых результатов в обучения по дисциплине	Время выполнения (мин.)
1	Вы регулярно занимаетесь физической культурой и спортом. Приведите основные общие правила личной безопасности при занятиях физической культурой и спортом.	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин
2	Вы направляетесь в общественное место (на стадион). Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте (на стадионе) и в толпе.	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин
3	Вы систематически занимаетесь физической культурой: дома, на стадионе, в университете. Перечислите правила поведения при занятиях физической культурой и спортом.	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин
4	Ситуативная задача в баскетболе. При	-		ОК1, ОК4,	3, У	1-3 мин

	выполнении игроком команды «А» последнего метрового броска мяч не коснулся кольца; мяч передан игроку команды «Б» для вбрасывания из-за боковой линии. Возможна ли замена игроков?			ОК8, ПК4.2		
5	Ситуативная задача в баскетболе. Сколько игроков может располагаться по боковым линиям ограничительной зоны при выполнении штрафных бросков?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин
6	Ситуативная задача в баскетболе. После сигнала в конце первой половины игры игрок «А-3» получает технический фол; это третий фол игроку. Решение судьи?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	3-5 мин
7	Игрок команды А обманным ударом направляет мяч на сторону команды В и мяч приземляется снаружи боковой линии, близко к ней, так, что часть мяча проецируется на линию, но не касается ее. Звучит свисток судьи. Какое решение примет судья?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин
8	Судья даёт свисток на подачу, подающий игрок подбрасывает мяч и не производит по нему удар, мяч падает на площадку около игрока. Звучит свисток судьи. Какое решение примет судья?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин
9	Во время борьбы за переходящий мяч над сеткой игроки обеих команд совершают обоюдную ошибку. Звучит свисток судьи. Какое решение примет судья?	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин
10	Игрок команды А выполняет передачу в прыжке вдоль сетки товарищу по команде. Опускаясь после	-		ОК1, ОК4, ОК8, ПК4.2	3, У	1-3 мин

	передачи он задевает сетку. Звучит свисток. Какое решение примет судья и покажет жест?					
--	--	--	--	--	--	--