

КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ИТОГОВОЙ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Дисциплина:

Физическая культура

Код дисциплины:

FK 1(2)106

Название ОП:

6B10115 «Медицина»
6B10116 «Педиатрия»
6B10117 «Стоматология»
6B10111 «Общественное здравоохранение»
6B10118 «Медико-профилактическое дело»
6B10104 «Сестринское дело»
6B10106 «Фармация»
6B10117 «Технология фармацевтического производства»

Объем учебных часов/кредитов:

120 часов /4 кредита

Курс и семестр обучения:

II курс, 3-4 семестр

Шымкент 2024 г

QONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		64/11-2024
Контрольно- измерительные средства для 2 курса		2 из 13 стр

Пояснительная записка

Контрольные нормативы составлены на основании «Тестов Первого Президента Республики Казахстан- Елбасы». «Тесты Первого Президента Республики Казахстан- Елбасы» в высших учебных заведениях сдаются на последнем курсе. Контрольные нормативы составлены по 4- ступени – «Шынығуды жетілдіру» («Физическое совершенство») для молодежи в возрасте 18-23 лет, по методу деградация (уменьшения). Итоговая оценка по дисциплине (ИО) состоит из двух частей текущей (ОРД - оценка рейтинга допуска, 60%) и оценки итогового контроля (ОИК, 40%).

Виды физических упражнений	Ед. измерения	Нормативы			
		Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
		муж	жен	муж	жен
Прыжок в длину с места	сантиметр	260	200	245	190
Сгибание разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	40	-	35	-
Подтягивание	кол-во раз	17	-	15	-
Подъем туловища из положения лежа	мин/ раз	-	50	-	45

Приказ №228 – V-ЗРК МКС РК от 01.04.2019 года о внесении и изменений и дополнений в «Тесты Первого Президента Республики Казахстан- Елбасы». Рассмотрено и утверждено на заседании центра

Оценка рейтинга допуска (ОРД) выставляется на основе суммативного значения оценок текущего контроля, полученных на практических занятиях на 15 неделях (40%), и рубежного контроля, полученных на 7 и 14 неделях (60%). Допуск к итоговому экзамену- суммарно не менее 50% ОРД.

Итоговая оценка (ИО), 15 неделя, выставляется на основе суммативного значения ОРД (60%) и Оценки итогового контроля (ОИК, 40%) — экзамена.

Дисциплина с формой итогового контроля: Дифференцированный зачет

Вид контроля	Удельный вес оценки	Структура оценки результатов обучения
Текущий	100%от ОРД	Средняя арифметическая текущих оценок, полученных на занятиях и деленная на количество текущих оценок (например): $TK = \frac{n1+n2+n3+n4}{4}$, где n оценка за практическое занятие. Всего текущих оценок =30
Рубежный контроль	РК=100%	Итоговый контроль (дифзачет) составляет 40% и включает в себя оценки рубежных контролей 1 и 2, что обеспечивает накопительную систему оценивания.
Оценка рейтинга допуска (ОРД)	ОРД=100%	ОРД составляет 60% оценки и включает текущие оценки за практические занятия. При ОРД менее 50% обучающийся не допускается к диф.зачету $ОРД = \frac{TK}{(n1+n2+n3+....)}$ (количество оценок)
Оценка итогового контроля (ОИК, дифзач)	40%	ИК (ДЗ) = $\frac{РК1+РК2+...+РКn}{n}$ n - количество РК
Итоговая оценка (ИО)	ИО = $(ОРД*0,6) + (ОИК*0,4)$	При подсчете итоговой оценки (ИО) по дисциплине оценка рейтинга допуска (ОРД) и оценка итогового контроля (ОИК) умножаются на соответствующие коэффициенты и суммируется. ИО = $(ОРД*0,6) + (ОИК*0,4)$

ONTÜSTİK QAZAOSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ										SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»			
Центр физического воспитания										64/11-2024			
Контрольно- измерительные средства для 2 курса										4 из 13 стр			

**Показатели контрольно-измерительных средств на I полугодие
основного отделения**

Виды испытания		РК-1 Легкая атлетика											
Баллы		A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
Прыжки в длину с места	м	260	255	245	240	235	230	225	220	215	210	200	190
	ж	200	190	185	180	175	170	165	160	155	150	145	140
Приседания (кол/мин)	м	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20	15	10
	ж	40	37	34	31	29	26	23	20	17	14	11	9
РК-2 Баскетбол													
1.Дриблинг / 1 мин/													
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б		
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	Не выполнил задание		
2. Броски мяча в корзину с 2 х шагов													
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б		
Выполнени е без ошибок	Допустим о 1 ошибка	Допустим о 2 ошибка	Допустим о 3 ошибка	Допустим о 4 ошибки	Допустим о 5 ошибок	Допустим о 6 ошибок	Допустим о 7 ошибок	Допустим о 8 ошибок	Допустим о 9 ошибок	Допустил 10 и более ошибок	Не выполнен ия задания		

Показатели контрольно-измерительных средств на II полугодие
основного отделения/ итоговый контроль/

Виды испытания	Осенний семестр												
		A(4,0) 100 б	A- (3,67) 95 б	B+(3,33)) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B- (2,67) 79-75 б	C+(2,33)) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C- (1,67) 64-60 б	D+(1,33)) 59-55 б	D-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
Сгибание разгибание рук в упоре лежа	м	40	35	32	29	26	23	20	17	14	11	8	5
Подтягивание на перекладине-муж	м	14	13	12	10	9	8	7	6	5	4	2	1
Подъем туловища из положения лежа на спине	ж	45	40	35	30	25	20	15	10	7	5	3	1
Приседания (кол-во/мин)	ж	45	40	35	30	25	20	15	10	7	5	3	1

Заведующий центром:

Аширбаев О.А.

Протокол № 11 от 10.06 2024 г.

**Показатели контрольно-измерительных средств на II полугодие
основного отделения**

РК-1 Волейбол											
1.Подачи мяча сверху (из 10 возможностей)											
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	Не попал на площадку	Не перекинул через сетку
2.Прием передачи мяча сверху(за 10 сек)											
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
Выполнен ие без ошибок	Допустим о 1 ошибка	Допустим о 2 ошибки	Допустим о3 ошибки	Допустим о 4 ошибки	Допустим о 5 ошибок	Допустим о 6 ошибок	Допустим о 7 ошибок	Допустим о 8 ошибок	Допустим о 9 ошибок	Допустил 10 и более ошибок	Не выполнено задания
РК-2 Гимнастика											
пол	1.Прыжки через козла согнув ноги										
	2. Два кувырка вперед,кувырок назад,стойка на лопатках,мост,полушпагат										
муж	1.Прыжки через козла без опоры,согнув ноги										
	2.Длинный кувырок вперед,кувырок назад,стойка на голове с опорой										
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
Выполне ние без ошибок	Допустим о 1 ошибка	Допустим о 2 ошибки	Допустим о3 ошибки	Допустим о 4 ошибки	Допустим о 5 ошибок	Допустим о 6 ошибок	Допустим о 7 ошибок	Допустимо 8 ошибок	Допустим о 9 ошибок	Допустил 10 и более ошибок	Не выполнено задание

**Показатели контрольно-измерительных средств на II полугодие
основного отделения/ итоговый контроль/**

Виды испытания		A(4,0) 100 б	A- (3,67) 95 б	B+(3,3 3) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B- (2,67) 79-75 б	C+(2,3 3) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,3 3) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
м у ж	Берпи (кол-во/мин)	29	27	25	23	20	18	16	14	11	8	4	1
	Подтягивание на перекладине	17	16	14	13	13	11	9	7	5	3	2	1
ж е н	Приседания (кол/мин)	50	45	40	37	35	33	30	25	20	15	10	5
	Поднимание туловища(кол/ми н)	50	45	40	37	35	33	30	25	20	15	10	5

Заведующий центром:

Аширбаев О.А.

Протокол № 11 от 10.06.2024 г.

ONTUSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Контрольно- измерительные средства для 2 курса	64/11-2024 8 из 13 стр

Показатели контрольно-измерительных средств на I полугодие

ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Виды испытания		РК-1 Легкая атлетика											
Баллы		A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	D+(1,33) 59-55 б	D-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
Прыжки в длину с места	м	260	255	245	240	235	230	225	220	215	210	200	190
	ж	200	190	185	180	175	170	165	160	155	150	145	140
Приседания (кол/мин)	м	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20	15	10
	ж	40	37	34	31	29	26	23	20	17	14	11	9
РК-2 Баскетбол													
1.Дриблинг / 1 мин/													
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	D+(1,33) 59-55 б	D-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б		
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	Не выполнил задание		
2. Броски мяча в корзину с 2 х шагов													
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	D+(1,33) 59-55 б	D-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б		
Выполнени е без ошибок	Допустим о 1 ошибка	Допустим о 2 ошибка	Допустим о3 ошибка	Допустим о 4 ошибки	Допустим о 5 ошибок	Допустим о 6 ошибок	Допустим о 7 ошибок	Допустим о 8 ошибок	Допустим о9 ошибок	Допустил 10 и более ошибок	Не выполнен ия задания		

ONTÜSTIK QAZAQSTAN
MEDISINA
AKADEMIASY
«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ



SOUTH KAZAKHSTAN
MEDICAL
ACADEMY
АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»

Заведующий центром:

Аширбаев О.А.

Аширбаев О.А.

Протокол № 11 от 10.06.2024 г.

Показатели контрольно-измерительных средств на I полугодие

подготовительного отделения/ итоговый контроль/

Виды испытания		A(4,0) 100 6	A-(3,67) 95 6	B+(3,33) 89-85 6	B(3,0) 84-80 6	B-(2,67) 79-75 6	C+(2,33) 74-70 6	C(2,0) 69-65 6	C-(1,67) 64-60 6	Д+(1,33) 59-55 6	Д-(1,0) 54-50 6	FX(0,5) 49-25 6	F(0) 24-0 6
м у ж	Джампинг джек (сан/мин)	70	65	60	55	50	45	40	35	30	20	10	Не выполнил задание
	Подтягиван ие	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	Не явился на занятие
Ж е н	Приседание (кол-во/ мин)	35	33	30	25	20	15	10	5	3	1	0	Не явился на занятие
	Пресс (кол- во/мин)	35	33	30	25	20	15	10	5	3	1	0	Не явился на занятие

Заведующий центром:

Аширбаев О.А.

Протокол № 11 от 10.06.2024 г.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Центр физического воспитания Контрольно- измерительные средства для 2 курса	
64/11-2024 10 из 13 стр	

Показатели контрольно-измерительных средств на II полугодие

подготовительного отделения

РК-1 Волейбол												
1.Подачи мяча снизу (из 10 возможностей)												
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	D+(1,33) 59-55 б	D-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б	
9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	Не попал на площадку	Не перекинул через сетку	
2.Прием передачи мяча снизу(за 10 сек)												
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	D+(1,33) 59-55 б	D-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б	
Выполнение без ошибок	Допустимо 1 ошибка	Допустимо 2 ошибки	Допустимо 3 ошибки	Допустимо 4 ошибки	Допустимо 5 ошибок	Допустимо 6 ошибок	Допустимо 7 ошибок	Допустимо 8 ошибок	Допустимо 9 ошибок	Допустимо 10 ошибок	Не выполнено задания	
РК-2 Гимнастика												
ЖР	1.Два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, полушпагат											
	2. Опорный прыжок ноги врозь											
МВЖ	1.Длинный кувырок вперед, кувырока назад, стойка на голове с опорой											
	2.Прыжок через козла без опоры, согнув ноги											
A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	D+(1,33) 59-55 б	D-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б	
Выполнение без ошибок	Допустимо 1 ошибка	Допустимо 2 ошибки	Допустимо 3 ошибки	Допустимо 4 ошибки	Допустимо 5 ошибок	Допустимо 6 ошибок	Допустимо 7 ошибок	Допустимо 8 ошибок	Допустимо 9 ошибок	Допустимо 10 ошибок	Не выполнено задание	

ONTUSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Контрольно- измерительные средства для 2 курса			64/11-2024 11 из 13 стр

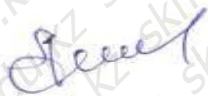
**Показатели контрольно-измерительных средств на II полугодие
подготовительного отделения/ итоговый контроль/**

I

Виды испытания		A(4,0) 100 6	A- (3,67) 95 6	B+(3,3 3) 89-85 6	B(3,0) 84-80 6	B- (2,67) 79-75 6	C+(2,3 3) 74-70 6	C(2,0) 69-65 6	C- (1,67) 64-60 6	Д+(1,3 3) 59-55 6	Д-(1,0) 54-50 6	FX(0,5) 49-25 6	F(0) 24-0 6
м у ж	Джампинг джек (кол-во/мин)	70	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20	Не выполнено задание
	Подтягивание на перекладине	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	Не явился на занятие
ж е н	Приседания	35	33	30	25	20	15	10	5	3	1	0	Не явился на занятие
	Поднимание туловища(кол/ми н)	35	33	30	25	20	15	10	5	3	1	0	Не явился на занятие

ONTÜSTİK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		64/11-2024
Контрольно- измерительные средства для 2 курса		12 из 13 стр

Заведующий центром:



Аширбаев О.А.

Протокол № 11 от 10.06.2024 г.

подписан контрольно-измерительными средствами

специального от отделения

Виды испытания	мужчины											
Баллы	A(4,0) 100 6	A-(3,67) 95 6	B+(3,33) 89-85 6	B(3,0) 84-80 6	B-(2,67) 79-75 6	C+(2,33) 74-70 6	C(2,0) 69-65 6	C-(1,67) 64-60 6	Д+(1,33) 59-55 6	Д-(1,0) 54-50 6	FX(0,5) 49-25 6	F(0) 24-0 6
1.Ускоренная ходьба на 2000 м	14,30	15,00	15,30	16,00	16,30	17,00	17,30	18,00	18,30	19,00	19,30	20,00

2.Бросок набивного мяча из-за головы ноги врозь (2 кг)	5,30	5,00	4,70	4,50	4,20	4,00	3,70	3,50	3,30	3,00	2,70	2,50
женщины												
Виды испытания												
Баллы	A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
1.Ускоренная ходьба на 1500 м	12,30	13,00	13,30	14,00	14,30	15,00	15,30	16,00	16,30	17,00	17,30	18,00
2. Бросок набивного мяча из-за головы ноги врозь (1 кг)	5,30	5,00	4,70	4,50	4,20	4,00	3,70	3,50	3,30	3,00	2,70	2,50

ONTÜSTİK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»												
Центр физического воспитания Контрольно- измерительные средства											64/11-2024 13 из 13 стр	

Показатели контрольно-измерительных средств
специального от отделения/ итоговый контроль/

Виды испытания	A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,33) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75 б	C+(2,33) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
1.Писменное составление комплексов упражнений для коррекции своего диагноза	10 комплек сов	9 комплек сов	8 комплек сов	7 комплек сов	6 комплек сов	5 комплек сов	4 комплек сов	3 комплек сов	2 комплек сов	1 комплек сов	Не выполн ил задание	Не явился на рубежку
2.Выполнение комплексов	10 комплек	9 комплек	8 комплек	7 комплек	6 комплек	5 комплек	4 комплек	3 комплек	2 комплек	1 комплек	Не выполн	Не явился

упражнений для коррекции своего диагноза	СОВ	СОВ	СОВ	СОВ	СОВ	СОВ	СОВ	СОВ	СОВ	СОВ	СОВ	ил задание	на рубежку
--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	---------------	---------------

Заведующий центром:



Аширбаев О.А.

Протокол № 11 от 10.06.2024 г.