

**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: I курс, 1-2 семестр

## 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	<b>245</b>	<b>190</b>
Сгибание разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	40	-	<b>35</b>	-
Подтягивание	кол-во раз	17	-	<b>15</b>	-
Подъем туловища из положения лежа	мин/ раз	-	50	-	<b>45</b>

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 $ОРД = TK = \frac{(n1+n2+n3+....)}{\text{количество оценок}}$
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. $ИО = (ОРД * 0,6) + (ОИК * 0,4)$

### Контрольно-измерительные показатели на I полугодие

Виды испытания		ПК-1 Легкая атлетика											
Баллы		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	D+(1,3) 3) 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	245	240	235	230	225	220	215	210	200	190	180	170
	ж	190	185	180	175	170	165	160	155	150	145	140	135
Приседания (кол/мин)	м	60	55	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5
	ж	37	34	31	29	26	23	20	17	14	11	9	6
<b>ПК-2 Баскетбол</b>													
1.Броски мяча в корзину/ 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		
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	Не выполнил задание		
2.Ведение мяча без зрительного контроля													
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 ошибка	Допустимо 3 ошибка	Допустимо 4 ошибки	Допустимо 5 ошибок	Допустимо 6 ошибок	Допустимо 7 ошибок	Допустимо 8 ошибок	Допустимо 9 ошибок	Допустимо 10 и более ошибок	Не выполнения задания		

### Итоговый контроль: сдача «Тестов Первого Президента Республики Казахстан- Елбасы».

Виды испытания	Осенний семестр												
	A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,3) 3) 89-85	B(3,0) 84-80 б	B-(2,67) 79-75	C+(2,3) 3) 74-70	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60	D+(1,3) 3) 59-55	D-(1,0) 54-50	F X(0,5) 49-25	F(0) 24-0 б	

				6		6	6		6	6	6	6	
Сгибание разгибание рук в упоре лежа	м	32	29	26	23	20	17	14	11	8	5	0	Не явился на заняти е
Подтягивание на перекладине-муж	м	12	10	9	8	7	6	5	4	2	1	0	Не явился на заняти е
Подъем туловища из положения лежа на спине-	ж	35	30	25	20	15	10	7	5	3	1	0	Не явился на заняти е
Приседания (кол-во/мин)	ж	35	30	25	20	15	10	7	5	3	1	0	Не явился на заняти е

Разработчик:



Жумабекова А.Э., старший тренер-преподаватель

Заведующий центром:



Аширбаев О.А. Протокол №11 от 07.06.2023 г.

Центр физического воспитания

044/64-11

Контрольно- измерительные средства для 1 курса

**Контрольно-измерительные показатели на II полугодие**

**РК-1 Волейбол**

**1.Подачи мяча снизу ( из 10 возможностей)**

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+(2,33) 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 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	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(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	Допустил 10 и более ошибок	Не выполнено задание

**РК-2 Гимнастика**

п/п	1.Два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, полушпагат 2. Опорный прыжок ноги врозь											
п/п	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	Д+(1,33) 59-55 б	Д-(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	Допустил 10 и более ошибок	Не выполнено задание	

**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, 33) 59-55 б	Д- (1,0) 54-50 б	Ф Х(0,5) 49-25 б	Ф(0) 24-0 б
м у ж	Джампинг джек (кол-во/мин)	85	80	75	70	65	60	55	50	45	40	35	Не выполнено задание
	Подтягивание на перекладине	15	14	11	10	9	8	7	6	5	4	3	
ж е н	Приседания	45	40	37	35	33	30	25	20	15	10	5	0
	Поднимание туловища(кол/ мин)	45	40	37	35	33	30	25	20	15	10	5	0

Заведующий центром:



Аширбаев О.А. Протокол №11 от 07.06.2023 г.

Центр физического воспитания	044/64-11
Контрольно- измерительные средства специального отделения	

**Контрольно-измерительные показатели для специального отделения**

Виды испытания	мужчины											
	А(4,0) 100 б	А- (3,67) 95 б	В+(3,3 3) 89-85 б	В(3,0) 84-80 б	В- (2,67) 79-75 б	С+(2,3 3) 74-70 б	С(2,0) 69-65 б	С- (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
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	женщины											
	А(4,0) 100 б	А- (3,67) 95 б	В+(3,3 3) 89-85 б	В(3,0) 84-80 б	В- (2,67) 79-75 б	С+(2,3 3) 74-70 б	С(2,0) 69-65 б	С- (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
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

**Показатели Итогового контроля**



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	F X(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
1.Писменное составление комплексов упражнений для коррекции своего диагноза	10 компле ксов	9 компле ксов	8 компле ксов	7 компле ксов	6 компле ксов	5 компле ксов	4 компле ксов	3 компле ксов	2 компле ксов	1 компле ксов	Не выпол нил задани е	Не явился на рубежк у
2.Выполнение комплексов упражнений для коррекции своего диагноза	10 компле ксов	9 компле ксов	8 компле ксов	7 компле ксов	6 компле ксов	5 компле ксов	4 компле ксов	3 компле ксов	2 компле ксов	1 компле ксов	Не выпол нил задани е	Не явился на рубежк у

Разработчик:

Жумабекова А.Э., старший тренер-преподаватель

Заведующий центром:

Аширбаев О.А. Протокол №11 от 07.06.2023 г.

Центр физического воспитания

044/64-11

Контрольно- измерительные средства подготовительного отделения

**Контрольно-измерительные показатели для подготовительного отделения**

Жаттығу түрлері		АБ – 1 Жеңіл атлетика											
Ұпай		A(4,0) 100 б	A(3,7) 95 б	B+(3,3) 89-85 б	B(3,0) 84-80б	B(2,67) 79-75б	C+(2,3) 74-70 б	C(2,0) 69-65 б	C-(1,67) 64-60 б	Д+(1,3) 59-55 б	Д-(1,0) 54-50 б	FX(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
Бір орыннан ұзындыққа секіру	ұл	240	235	230	225	220	215	210	200	190	180	170	160
	қыз	185	180	175	170	165	160	155	150	145	140	135	130
Отырып-тұру (сан/мин)	ұл	55	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	4
	қыз	34	31	29	26	23	20	17	14	11	9	6	5

**АБ – 2 Баскетбол**

1.Допты себетке лақтыру /10 мүмкіндіктен/

A(4,0) 100 б	A-(3,67) 95 б	B+(3,3) 89-85 б	B(3,0) 84-80 б	B(2,67) 79-75 б	C+(2,3) 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

2.Көздің бақылауынсыз допты алып жүру

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+(2,3) 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
Қатесіз орындау	1 қате рұқсат етілген	2 қате рұқсат етілген	3 қате рұқсат етілген	4 қате рұқсат етілген	5 қате рұқсат етілген	6 қате рұқсат етілген	7 рұқсат етілген	8 қате рұқсат етілген	9 қате рұқсат етілген	10 қате рұқсат етілген	Орындалмаған тапсырмалар

## 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	D+(1, 33) 59-55 б	D- (1,0) 54-50 б	F X(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б
м у ж	Джампинг джек (кол-во/мин)	70	65	60	55	50	45	40	35	30	20	10	Не выполнено задание
	Подтягивание на перекладине	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	Не выполнено задание
ж е н	Приседания	35	33	30	25	20	15	10	5	3	1	0	Не выполнено задание
	Поднимание туловища(кол/ мин)	35	33	30	25	20	15	10	5	3	1	0	Не выполнено задание

Заведующий центром:



Аширбаев О.А. Протокол №11 от 07.06.2023 г.

**Контрольно-измерительные показатели на II полугодие для подготовительного отделения**

**РК-1 Волейбол**

**1.Подачи мяча снизу ( из 10 возможностей)**

А(4,0) 100 б	А- (3,67) 95 б	В+(3,3) 3) 89-85 б	В(3,0) 84-80 б	В- (2,67) 79-75 б	С+(2,33) 74-70 б	С(2,0) 69-65 б	С- (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
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)**

А(4,0) 100 б	А-(3,67) 95 б	В+(3,33) 89-85 б	В(3,0) 84-80 б	В-(2,67) 79-75 б	С+(2,33) 74-70 б	С(2,0) 69-65 б	С-(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
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**

Ж	1.Два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, полушпагат 2. Опорный прыжок ноги врозь											
	М	1.Длинный кувырок вперед, кувырока назад, стойка на голове с опорой 2.Прыжок через козла без опоры, согнув ноги										
А(4,0) 100 б		А-(3,67) 95 б	В+(3,33) 89-85 б	В(3,0) 84-80 б	В-(2,67) 79-75 б	С+(2,33) 74-70 б	С(2,0) 69-65 б	С-(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
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	

**ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ**

Виды испытания	А(4,0) 100 б	А- (3,67) 95 б	В+(3,3) 3) 89-85 б	В(3,0) 84-80 б	В- (2,67) 79-75 б	С+(2,3) 3) 74-70 б	С(2,0) 69-65 б	С- (1,67) 64-60 б	Д+(1, 33) 59-55 б	Д- (1,0) 54-50 б	Ф Х(0,5) 49-25 б	F(0) 24-0 б	
м у ж	Джампинг	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/мин)	35	33	30	25	20	15	10	5	3	1	0	Не явился на занятие

Заведующий центром:



Аширбаев О.А. Протокол №11 от 07.06.2023 г.