Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.07.2023 16:56:26
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Чеченский государственный педагогический университет»
Гуманитарно-педагогический колледж ЧГПУ

УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа

_____ Г.М.Джамалдинова

Протокол № 5 от 22 мая 2023 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

по учебной дисциплине БД.03. Физическая культура

по специальности 44.02.02 «Преподавание в начальных классах»

Среднее профессиональное образование
(форма обучения – очная/очно-заочная)

Грозный – 2023

Комплект оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по учебной дисциплине по учебной дисциплине БД.03. Физическая культура разработан в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.02 «Преподавание в начальных классах», утвержденного Приказом Министерства просвещения России от 17 августа 2022 г. № 742, а также примерной основной образовательной программы.

Организация-разработчик: ФГБОУ ВО «Чеченский государственный педагогический университет», Гуманитарно-педагогический колледж ЧГПУ.

СОДЕРЖАНИЕ

1.Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

2.Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке

3.Оценка освоения учебной дисциплины(предмета)

4.Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины (предмета) Физическая культура обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 44.02.02. Преподавание в начальных классах (углубленный уровень подготовки) следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

ЛР 05	основы саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности
ЛР 10	основы эстетического отношения к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений
ЛР 12	основы бережного, ответственного и компетентного отношения к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, приемы оказания первой помощи
МР 02	приемы продуктивного общения и взаимодействия в процессе совместной деятельности, способность учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
МР 03	навыки познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыки разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
МР 07	приемы самостоятельной оценки и принятия решений, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
МР 09	навыки познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения
ПР б03	Основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств

Обучающийся должен уметь /иметь:

ЛР 02	гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности
ЛР 03	готовность к служению Отечеству, его защите
ЛР 06	толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям
ЛР 07	навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности

ЛР 08	нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей
ЛР 09	готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на
	протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности
ЛР 11	принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивнооздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков
ЛР 13	осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем
МР 04	готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
МР 05	использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
ПРб 01	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 физкультурноспортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
ПРб 02	владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью
ПРб 03	основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств
ПРб 04	владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
ПРб 05	владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности

Формируемые общие компетенции (ОК):

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

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

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

дифференцированный зачёт (1, 2 семестры).

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (ПРЕДМЕТА), ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине (предмету) осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	

МР04. готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников ПР (б/у)01 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 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством,	- сдача контрольных нормативов -демонстрация правильного выполнения комплексов упражнений оздоровительной физической культуры

коллегами и социальными партнерами ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих	

МР05.использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности ПР(б) 02 владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5. Использовать информационнокоммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий	- выполнение пра заданий - сдача контрольных но выполнения демонстрация правильного к упражнений оздоро физической культуры
МР 04. готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников ПР (б) 04владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в	-выполнение внеаудиторной самостоятельной работы -наблюдение за выполнением практических заданий -демонстрация правильного выполнения комплексов упражнений оздоровительной физической культуры

режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей	
МР 04. готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников ПР (б) 05владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих	-выполнение самостоятельнойвнеаудиторной работы -наблюдение за выполнением заданий -демонстрация правильногс выполнения комплексов упражнений оз физической культуры
Знать:	

МР 02приемы продуктивного общения и взаимодействия в процессе совместной деятельности, способность учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты ПР (б) 03основныеспособы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической	-выполнение внеаудиторной самостоятельной работы -наблюдение за выполнением практических заданий -демонстрация правильного выполнения комплексов упражнений оздоровительной физической культуры
работоспособности, физического развития и физических качеств ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	

Примечание: личностные результаты оцениваются неперсонифицированно по группе в целом. Методы оценки: наблюдение, беседа.

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (ПРЕДМЕТА)

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины (предмета) по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1 Общефизическая подготовка				
Тема 1.1 Легкая атлетика	ЛР 01, ЛР 02, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 04 ПРб 01 ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04, ПРб 05, ОК 1-11	устный опрос, тестовые задания, оценка результатов выполнения практической работы, оценка результатов выполнения технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта на учебнотренировочных занятиях, в том числе	1. ЛР 05, ЛР 09, ЛР 11 МР 02 МР 03 ПРб 01 ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04 ПРб 05 ПРб 06	1 семестр – дифференцированн ый зачет 2 семестр – дифференцированн ый зачет

Тема 1.2 Гимнастика	ЛР 05, ЛР 06, ЛР 03, ЛР 10, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 04 ПРб 01ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04, ПРб 05, ОК 1-11	в игровой и соревновательн	2.ЛР 06, ЛР 08, ЛР 10 МР 02 МР 07 ПРб 01 ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04 ПРб 05 ПРб 06	
Тема1.3Лыжная подготовка	ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 11, МР 03, МР 02, МР 04 ПРб 01ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04, ПРб 05, ОК 1-11	ой деятельности, оценка выполнения контрольных нормативов		
Раздел 2. Спортивные игры				
Тема 2.1 Баскетбол	ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 09, ЛР 11, МР 01, МР 02, МР 04 МР 07 ПРб 01ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04, ПРб 05, ОК 1-11			

Тема 2.1 Футбол Тема 2.2. Волейбол	ЛР 05, ЛР 06, ЛР 07, ЛР 08, ЛР 10, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 МР 09 ПРб 01ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04, ПРб 05, ОК 1-11 ПРб 01ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04, ПРб 05,			

3.1.1.Методы и критерии оценивания

1.Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2.Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3.Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью. Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4.Оценка результатов выполнения технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта на учебно-тренировочных занятиях, в том числе в игровой и соревновательной деятельности. Оценка выполнения контрольных нормативов. Критерии оценивания.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Вид задания	оценка			
	5	4	3	2
Выполнение гимнастического комплекса упражнений: 1 утренней гимнастики; 2 производственной гимнастики; 3 ритмической гимнастики	упражнения выполнены технически правильно, уверенно, в соответствии с музыкальным сопровождением, эмоционально	упражнения выполнены технически правильно, в соответствии с музыкальным рисунком, но не совсем уверенно, менее эмоционально	упражнения выполнены правильно, но с напряжением и недостаточной амплитудой, допущены мелкие ошибки	упражнения выполнены с грубыми техническими ошибками, небрежно

Время на подготовку и выполнение:

Подготовка 15 минут

Выполнение 45мин

Всего 60 минут

Сдача контрольных нормативов по лыжной подготовке

Контрольные нормативы	юноши	девушки
Лыжи 100 м. с хода класс. Ход, сек.	25,5	26,5
Лыжи класс. стиль − 0,8 км., мин./сек.	-	4,50
− 1 км., мин./сек	5,25	-
Лыжи свободный ход − 0,8 км., мин./сек.	-	4,55
− 1 км., мин./сек.	5,35	-
Количество стартов	4	3

Время на подготовку и выполнение:

Подготовка 15 минут

Выполнение 45мин

Всего 60 минут

Сдача контрольных нормативов по легкой атлетике

Виды испытания	возраст, лет	оценка					
		юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
бег 30 м, с	16	4.4 и выше	5.1 – 4.8	5.2 и ниже	4.8 и выше	5.9 – 5.3	6.1 и ниже

	17	4.3	5.0 – 4.7	5.2	4.8	5.9 – 5.3	6.1
Прыжки в длину с места	16	230 и выше	195 – 210	180 и ниже	210 и выше	170 – 190	160 и ниже
	17	240	205 - 220	190	210	170 - 190	160

Время на подготовку и выполнение:

Подготовка 15 минут

Выполнение 45мин

Всего 60 минут

Сдача контрольных нормативов по баскетболу

	отлично	хорошо	удовлетворительно
Штрафной бросок (10 попыток, кол.раз)	5	4	3
Бросок мяча в движении (10 попыток, кол. раз)	6	5	4

Время на подготовку и выполнение:

Подготовка 15 минут

Выполнение 20 мин

Всего 35 минут

Сдача контрольных нормативов по волейболу

	отлично	хорошо	удовлетворительно
верхняя передача мяча (количество раз)	15	11	9
передача мяча в парах (количество раз)	40	35	30

Время на подготовку и выполнение:

Подготовка 15 минут

Выполнение 30 мин

Всего 45 минут

Сдача контрольных нормативов по гимнастике

№ п/п	Виды испытаний	юноши		девушки	
		хорошо	отлично	хорошо	отлично
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) Сгибание и разгибание рук в упоре на гимнастической скамейке (количество раз)	36 -	42 -	- 12	- 15

2.	Подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	10	12	-	-
3.	Наклон стоя вперед с прямыми ногами (количество раз)	Достать пальцами пол	Достать ладонями пол	Достать пальцами пол	Достать ладоням и пол
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине, ноги зафиксированы (количество раз)	22	25	16	20

Время на подготовку и выполнение:
Подготовка 15 минут
Выполнение 45мин
Всего 60 минут
Сдача контрольных нормативов по футболу

№ п/п	Виды испытаний	юноши		девушки	
		хорошо	отлично	хорошо	отлично
1.	Попадание мяча в ворота ударами правой и левой ногой(5 раз правой,5 раз левой общее количество попаданий)	7 -	8 -	- 6	- 7
2	Передача без остановки мяча в парах	8 -	10 -	- 7	- 9

Время на подготовку и выполнение:
Подготовка 15 минут
Выполнение 30 мин
Всего 45 минут

4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1.Дифференцированный зачёт

1. Форма проведения*:* выполнение практических заданий.

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование спортивного зала: скамьи гимнастические, шведская стенка, сетка волейбольная, мячи волейбольные.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

1.Коротков, И.М. Физическая культура [Текст] / И.М. Коротков. – М.: Просвещение,2014-выполнение верхней передачи над собой 143с.

2.Уроки физической культуры в VII-VIII классах [Текст] : пособие для учителей [Текст] / Г.П. Богданов, Г.Н. Давыдова, С.М.Зверев и др.; Под ред. Г.П. Богданова и Г.Б. Мейксона. – М.: Просвещение, 2013.-190с.

3.Уроки физической культуры в IX-X классах: пособие для учителей [Текст] / Ю.А. Барышников, Г.П. Богданов, Г.Н. Давыдова и др.; Под ред. Г.П.

4.Физическая культура [Текст]: Примерная учеб. программа для высших учеб. заведений. – М., 2015.

5.Ильинич, В.И. Физическая культура студента и жизнь [Текст]: учебник для вузов / В.И. Ильинич. – М.: Гардарики, 2012. -366 с.

6.Туманян, Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений [Текст] / Г.С.Туманян М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 336 с.

Требования охраны труда: выполнение требований безопасности во время выполнения спортивных упражнений (игр, элементов игры), норм санитарного законодательства.

3. Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

3.1.Перечень тем, выносимых на дифференцированный зачёт:

- Легкая атлетика
- Гимнастика
- Волейбол

3.2.Перечень нормативов, выносимых на дифференцированный зачёт:

1	Координационные	челночный бег 3х10 м, с	16	7.3 и выше	8.0 – 7.7	8.2 и ниже	8.4 и выше	9.3 – 8.7	9.7 и ниже
			17	7.2	7.9 – 7.5	8.1	8.4	9.3 – 8.7	9.6
2	Скоростносиловые	прыжки в длину с места, см	16	230 и выше	195 – 210	180 и ниже	210 и выше	170 – 190	160 и ниже
			17	240	205 - 220	190	210	170 - 190	160
3	Выносливость	6минутный бег, м	16	1500 и выше	1300 – 1400	1100 и выше	1300 и выше	1050 – 1200	900 и ниже
			17	1500	1300 - 1400	1100	1300	1050 - 1200	900
4	Гибкость	наклон вперед из положения стоя, см	16	15 и выше	9 – 12	5 и ниже	20 и выше	12 – 14	7 и ниже
			17	15	9 - 12	5	20	12 - 14	7

Вариант № 2

1	Скоростные	бег 30 м, с	16	4.4 и выше	5.1 – 4.8	5.2 и ниже	4.8 и выше	5.9 – 5.3	6.1 и ниже
			17	4.3	5.0 – 4.7	5.2	4.8	5.9 – 5.3	6.1

2	Силовые	подтягивание: на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа, колво раз (девушки)	16	11 и выше	8 – 9	4 и ниже	18 и выше	13 – 15	6 и ниже
			17	12	9 - 10	4	18	13 - 15	6
3	Выносливость	6-минутный бег, м	16	1500 и выше	1300 – 1400	1100 и выше	1300 и выше	1050 – 1200	900 и ниже
			17	1500	1300 - 1400	1100	1300	1050 - 1200	900
4	Координационные	челночный бег 3х10 м, с	16	7.3 и выше	8.0 – 7.7	8.2 и ниже	8.4 и выше	9.3 – 8.7	9.7 и ниже
			17	7.2	7.9 – 7.5	8.1	8.4	9.3 – 8.7	9.6

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине (предмету)

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
Личностные: ЛР 09, ЛР11	Наблюдение
Метапредметные: МР 02, МР 03	- владение приемами продуктивного общения и взаимодействия в процессе совместной деятельности, способность учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
Предметные: ПРб 01-06	-демонстрация правильного выполнения
	комплексов упражнений оздоровительной физической культуры - выполнение практических заданий - сдача контрольных нормативов

Ок 01-05, Ок 10	- понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - выполнение норм техники безопасности

4.**Зачетная ведомость**

2.Дифференцированный зачёт

1. Форма проведения: выполнение практических заданий.

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование спортивного зала: оборудование по видам спорта.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

1.Коротков, И.М. Физическая культура [Текст] / И.М. Коротков. – М.: Просвещение,2014- выполнение верхней передачи над собой 143с.

2.Уроки физической культуры в VII-VIII классах [Текст] : пособие для учителей [Текст] / Г.П. Богданов, Г.Н. Давыдова, С.М.Зверев и др.; Под ред. Г.П. Богданова и Г.Б. Мейксона. – М.: Просвещение, 2013.-190с.

3.Уроки физической культуры в IX-X классах: пособие для учителей [Текст] / Ю.А. Барышников, Г.П. Богданов, Г.Н. Давыдова и др.; под ред. Г.П.

4.Физическая культура [Текст]: Примерная учеб. программа для высших учеб. заведений. – М., 2015.

5. Ильинич, В.И. Физическая культура студента и жизнь [Текст]: учебник для вузов / В.И. Ильинич. – М.: Гардарики, 2012. -366 с.
6. Туманян, Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений [Текст] / Г.С.Туманян М.:

Издательский центр «Академия», 2014. – 336 с.

Требования охраны труда: выполнение требований безопасности во время выполнения спортивных упражнений (игр, элементов игры), норм санитарного законодательства.

3. Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

3.1.Перечень тем, выносимых на дифференцированный зачёт:

- Легкая атлетика
- Гимнастика
- Волейбол
- Баскетбол - Футбол.

3.2. Перечень вопросов/нормативов, выносимых на дифференцированный зачёт:

1.Сдача контрольных нормативов по баскетболу

	отлично	хорошо	удовлетворительно
Штрафной бросок (10 попыток, кол.раз)	5	4	3
Бросок мяча в движении (10 попыток, кол. раз)	6	5	4

Время на подготовку и выполнение:
Подготовка 10 минут
Выполнение 10 мин Всего 20
минут

2.Сдача контрольных нормативов по футболу

№ п/п	Виды испытаний	юноши		девушки	
		хорошо	отлично	хорошо	отлично
1.	Попадание мяча в ворота ударами правой и левой ногой(5 раз правой,5 раз левой общее количество попаданий)	7 -	8 -	- 6	- 7
2	Передача без остановки мяча в парах	8 -	10 -	- 7	- 9

Время на подготовку и выполнение:
Подготовка 10 минут
Выполнение 10 мин Всего 20
минут

3. Перечень практико - теоретических заданий Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой Беговые и прыжковые упражнения.
Бега на короткие, средние и длинные дистанции.
Прыжки в длину и в высоту.
Метание гранаты.
Техника безопасности во время занятий гимнастикой
Строевые упражнения
Построения и перестроения
Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки).
Упражнения для коррекции зрения.
Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.
Теория лыжной подготовки. Преодоление подъемов и препятствий. Переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни. Элементы тактики лыжных гонок: распределение сил, лидирование, обгон, финиширование и др. Основные элементы тактики в лыжных гонках. Правила соревнований. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Первая помощь при травмах и обморожениях.

Правила спортивных игр (на выбор преподавателя из утвержденного перечня). Индивидуальные действия игроков в защите и нападении. Командные действия игроков в защите и нападении.

Упражнения на скоростную выносливость.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине (предмету)

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
Личностные: ЛР 06, ЛР 08, ЛР 10	Наблюдение
Метапредметные: МР 02 МР 07	- владение приемами продуктивного общения и взаимодействия в процессе совместной деятельности, способность учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты - владение приемами самооценки
Предметные: ПРб 01 ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04 ПРб 05 ПРб 06	-демонстрация правильного выполнения комплексов упражнений оздоровительной физической культуры - выполнение практических заданий - сдача контрольных нормативов
Ок 06, 07,10	- умение работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами - умение ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - умение осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей