

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шебзухова Татьяна Анисовна

Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского

федерального университета

Дата подписания: 04.12.2024 15:32:55

Уникальный программный ключ:

d74ce93cd40e39275c3ba2f58486412a1c8ef96f

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Колледж Пятигорского института (филиал) СКФУ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Пятигорского института
(филиал) СКФУ
Т.А. Шебзухова

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

БД.05 «Физическая культура»

Специальность СПО

40.02.03 Право и судебное
администрирование

Форма обучения

очная

1. Паспорт фонда оценочных средств

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств предназначен для оценивания знаний, умений, уровня сформированности компетенций студентов, обучающихся по специальности 40.02.03 Право и судебное администрирование по учебной дисциплине БД.05 «Физическая культура».

ФОС составлен на основе ФГОС и рабочей программы дисциплины.

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине предусмотрена в форме зачета, контрольная раб. с выставлением отметки по системе «зачтено, отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно»

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

ФОС позволяет оценить личностные результаты, в соответствии с требованиями рабочей программы учебной дисциплины.

Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни

Личностные результаты освоения общеобразовательной дисциплины:

ЛР 03. Готовность к служению Отечеству, его защите.

ЛР.05.Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности.

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 11. Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

ЛР 12. Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь

1.3 Формы контроля и оценивания

Предметом оценки служат умения и знания, личностные результаты предусмотренные ФГОС по общеобразовательной дисциплине БД.05 Физическая

культура.

Таблица 1 Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы контроля и оценивания			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Методы оценки (заполняется в соответствии с разделом 4 рабочей программы)	Проверяемые (для общеобразовательных дисциплин Л, М, П)	Методы оценки	Проверяемые (для общеобразовательных дисциплин ОК, Л, М, П)
1 Раздел. Легкая атлетика Кроссовая подготовка			Зачет, контр. раб.	ЛР – 03, 05, 06, 07, 11, 12
Тема 1.1 Инструктаж по технике безопасности. Методика развития быстроты и выносливости на занятиях по легкой атлетике	Практические занятия 1. Инструктаж по технике безопасности 2. Методика развития быстроты и выносливости	ЛР – 03, 05, 06, 07, 11, 12		
Тема 1.2 Изучение техники бега. Общие основы техники прыжков.	Практические занятия 1. Изучение техники бега. Общие основы техники прыжков	ЛР – 03, 05, 06, 07, 11, 12		
Тема 1.3 Эстафетный бег. Техника метания	Практические занятия Эстафетный бег. Техника метания	ЛР – 03, 05, 06, 07, 11, 12		
Тема 1.4 Низкий старт, стартовый разбег. Изучение техники бега на короткие дистанции	Практические занятия 1. Низкий старт, стартовый разбег. Изучение техники бега на короткие дистанции.	ЛР – 03, 05, 06, 07, 11, 12		
Тема 1.5 Высокий старт, бег по повороту, стартовый разгон, ускорение	Практические занятия Высокий старт, бег по повороту, стартовый разгон, ускорение.	ЛР – 03, 05, 06, 07, 11, 12		

Тема 1.6 Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции.	Практические занятия Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции.	ЛР – 03,05,06,07,11,12	
Тема 1.7 Метание мяча на дальность.	Практические занятия 1. Метание мяча на дальность	ЛР – 03,05,06,07,11,12	
Тема 1.8 Встречная эстафета. Совершенствование техники эстафетного бега	Практические занятия Встречная эстафета. Совершенствование техники эстафетного бега.	ЛР – 03,05,06,07,11,12	
Тема 1.9 Совершенствование техники бега. Кроссовая подготовка	Практические занятия 1. Совершенствование техники бега. Кроссовая подготовка.	ЛР – 03,05,06,07,11,12	
Тема 1.10 Бег на средние дистанции. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения	Практические занятия 1. Бег на средние дистанции. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения.	ЛР – 03,05,06,07,11,12	
Тема 1.11 Совершенствование техники метания мяча.	Практические занятия 1. Совершенствование техники метания мяча.	ЛР – 03,05,06,07,11,12	
Раздел 2. Гимнастика			
Тема 2.1 Методика развития гибкости с использованием гимнастических упражнений.	Практические занятия Методика развития гибкости с использованием гимнастических упражнений.	ЛР – 03,05,06,07,11,12	
Тема 2.2 Комплекс общеразвивающих гимнастических упражнений. Акробатические упражнения.	Практические занятия Гимнастические упражнения: кувырок вперед, назад, стойка на голове, колесо - юноши. Подтягивание, отжимание.	ЛР – 03,05,06,07,11,12	

Тема 2.3 Гимнастические упражнения: кувырок вперед, назад, стойка на голове, колесо - юноши. Подтягивание, отжимание.	Практические занятия 1. Гимнастические упражнения: кувырок вперед, назад, стойка на голове, колесо - юноши. Подтягивание, отжимание.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 2.4 Гимнастические упражнения для развития гибкости и силы. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине.	Практические занятия 1. Гимнастические упражнения для развития гибкости и силы. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Раздел 3. Спортивные игры (волейбол)				
Тема 3.1 Обучение технике волейбола. Методика формирования умений и навыков при обучении технике волейбола. Учебная игра	Практические занятия Обучение технике волейбола. Методика формирования умений и навыков при обучении технике волейбола. Учебная игра.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 3.2 Терминология и правила игры в волейбол. Стойки и передвижения, повороты, остановки.	Практические занятия 1. Терминология и правила игры в волейбол. Стойки и передвижения, повороты, остановки.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 3.3 Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	Практические занятия 1. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 3.4 Прием и передача мяча (верхняя и нижняя) на месте	Практические занятия 1. Прием и передача мяча (верхняя и нижняя) на	ЛР – 03,05,06,07,11,12		

индивидуально и в парах, после перемещения, в прыжке.	месте индивидуально и в парах, после перемещения, в прыжке.			
Тема 3.5 Учебная игра. Верхняя прямая и нижняя подача мяча: Варианты нападающего удара через сетку с места и с разбега	Практические занятия 1. Прием и передача мяча (верхняя и нижняя) на месте индивидуально и в парах, после перемещения, в прыжке.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 3.6 Одиночный блок и вдвоем, страховка. Тактика игры	Практические занятия 1. Одиночный блок и вдвоем, страховка. Тактика игры.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 3.7 Атакующие удары по ходу из зон 4, 3, 2 с изменением траектории передач.	Практические занятия 1. Атакующие удары по ходу из зон 4, 3, 2 с изменением траектории передач.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 3.8 Индивидуальные, групповые и командные тактические действия. Учебная игра.	Практические занятия 1. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия. Учебная игра.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 3.9 Прием и передача мяча. Атакующие удары. Тактика игры. Одиночный блок и вдвоем, страховка	Практические занятия 1. Прием и передача мяча. Атакующие удары. Тактика игры. Одиночный блок и вдвоем, страховка.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Раздел 4. Спортивные игры (баскетбол)				
Тема 4.1 Методика развития ловкости и координации на занятиях по баскетболу	Практические занятия 1. Методика развития ловкости и координации на занятиях по баскетболу.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.2 Ведение мяча	Практические занятия Ведение мяча.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		

Тема 4.3 Стойки игрока	Практические занятия Стойки игрока.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.4 Перемещения	Практические занятия 1. Перемещения.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.5 Ловля и передача мяча	Практические занятия Ловля и передача мяча.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.6 Броски в кольцо.	Практические занятия 1. Броски в кольцо.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.7 Ведение мяча правой и левой рукой.	Практические занятия 1. Ведение мяча правой и левой рукой.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.8 Остановка. Перехват мяча.	Практические занятия 1. Остановка. Перехват мяча.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.9 Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой на месте и в движении с пассивным сопротивлением	Практические занятия 1. Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой на месте 2. Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой в движении с пассивным сопротивлением	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.10 Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке.	Практические занятия 1. Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.11 Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	Практические занятия 1. Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		

Тема 4.12 Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях	Практические занятия 1. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.13 Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через заслон	Практические занятия 1. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите и защите через заслон	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 4.14 Тактика свободного нападения. Учебная игра в баскетбол.	Практические занятия 1. Тактика свободного нападения 2. Применение тактики свободного нападения в игре	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Раздел 5. Футбол				
Тема 5.1 Методика развития ловкости и выносливости на занятиях по футболу. (Проводится на стадионе)	Практические занятия 1. Методика развития ловкости и выносливости на занятиях по футболу. (Проводится на стадионе)	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.2 Удары и передачи в футболе.	Практические занятия 1. Удары и передачи в футболе.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.3 Игра в стенку.	Практические занятия 1. Игра в стенку.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.4 Ведение мяча по кругу правой и левой ногой.	Практические занятия 1. Ведение мяча по кругу правой и левой ногой.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.5 Отработка техники передвижения с мячом.	Практические занятия 1. Отработка техники передвижения с мячом.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.6 Остановка мяча с последующим ударом по воротам.	Практические занятия 1. Остановка мяча с последующим ударом по воротам.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.7 Упражнение «квадрат».	Практические занятия 1. Остановка мяча с последующим ударом по воротам.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		

Тема 5.8 Двусторонняя учебная игра.	Практические занятия 1. Двусторонняя учебная игра	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.9 Удар по мячу внутренней стороной стопы.	Практические занятия 1. Удар по мячу внутренней стороной стопы.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.10 Изучение индивидуальных тактических действий в защите и нападении.	Практические занятия 1. Изучение индивидуальных тактических действий в защите и нападении	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.11 Отработка передач в движении.	Практические занятия 1. Отработка передач в движении	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.12 Ведение мяча с сопротивлением защитников.	Практические занятия 1. Ведение мяча с сопротивлением защитников.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 5.13 Выбор позиции для удара. Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков.	Практические занятия 1. Выбор позиции для удара. Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Раздел 6. Общая физическая подготовка				
Тема 6.1 Техника выполнения упражнений силового характера	Практические занятия 1. Техника выполнения упражнений силового характера.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 6.2 Техника выполнения скоростно - силовых упражнений на подвижность	Практические занятия 1. Техника выполнения скоростно -силовых упражнений на подвижность.	ЛР – 03,05,06,07,11,12		
Тема 6.3 Техника выполнения скоростно - силовых упражнений на координацию. (Проводится на стадионе)	Практические занятия 1. Техника выполнения скоростно -силовых упражнений на координацию. (Проводится на стадионе)	ЛР – 03,05,06,07,11,12		

2.Оценочные средства для проверки уровня сформированности компетенций

№ п/п	Содержание вопроса	Правильный ответ
1.	Назовите размеры волейбольной площадки: а) 6м х 9м; б) 6м х 12м; в) 9м х 12м; г) 9м х18м	г
2.	Что является древнейшей формой организации физической культуры?	соревнования на колесницах
3.	В чём заключаются основные меры предупреждения травматизма при самостоятельных занятиях физической культурой? а) В соблюдении правил поведения на спортивных сооружениях и подборе нагрузки, соответствующей функциональному состоянию; б) в подборе физической нагрузки с учётом общего состояния организма и в периодической смене деятельности; в) в чётком контроле над длительностью занятий и физической нагрузкой.	в
4.	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	в
5.	Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает:	упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек
6.	Из каких фаз состоит бег на короткие дистанции?	старт, разгон, финиширование
7.	Здоровый образ жизни—это способ жизнедеятельности, направленный на... а. сохранение и улучшение здоровья людей; б. развитие физических качеств людей; в. подготовку к профессиональной деятельности; г. поддержание высокой работоспособности людей.	б
8.	Где и когда впервые в нашей стране состоялись Олимпийские игры?	в 1980 году в Москве
9.	Назовите основные физические качества человека:	быстрота, сила, ловкость, гибкость, внимательность

10	Какой старт при беге на длинные дистанции по правилам соревнований ? а —низкий старт; б —высокий старт; в —вид старта по желанию бегуна	б
----	--	---

Критерии оценивания:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он правильно ответил на 90-100% от общего числа вопросов тестовых заданий.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он правильно ответил на 70-89% от общего числа вопросов тестовых заданий.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он правильно ответил на 50- 69% от общего числа вопросов тестовых заданий.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он правильно ответил менее чем на 50% от общего числа вопросов тестовых заданий.

Критерии оценивания физической подготовки обучающихся

по дисциплине Физическая культура
(наименование дисциплины)

Тема 1.1

Инструктаж по технике безопасности. Методика развития быстроты и выносливости на занятиях по легкой атлетике.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Тесты на скоростную подготовленность						
60м (сек)	8,4	8,8	9,4	9,5	10,2	11,2

Тема 1.3

Эстафетный бег. Техника метания.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Метание мяча 150г с разбега						
Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					

Тема 1.5

Высокий старт, бег по повороту, стартовый разгон, ускорение

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Челночный бег 6 х 9м (сек)	13,8	14,2	14,8	16,0	17,0	17,8

Тема 1.7

Метание мяча на дальность.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
Метание мяча 150г с разбега	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Контрольные упражнения (тесты)	240	230	210	180	170	160

Тема 1.9

Совершенствование техники бега. Кроссовая подготовка.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Челночный бег 6 х 9м (сек)	13,8	14,2	14,8	16,0	17,0	17,8

Тема 1.11

Совершенствование техники метания мяча.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
Метание мяча 150г с разбега	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Контрольные упражнения (тесты)	240	230	210	180	170	160

Тема 2.1

Методика развития гибкости с использованием гимнастических упражнений

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Лазание по канату	техника			техника		

Тема 2.3

Гимнастические упражнения: кувырок вперед, назад, стойка на голове, колесо - юноши. Подтягивание, отжимание.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Подъем переворотом в упор на высокой перекладине	3	2	1			

Тема 3.1

Обучение технике волейбола. Методика формирования умений и навыков при обучении технике волейбола. Учебная игра.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Волейбол - верхняя передача мяча над собой (раз)	20	16	12	18	14	10

Тема 3.3 Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Волейбол - верхняя передача мяча над собой (раз)	20	16	12	18	14	10

Тема 3.5 Учебная игра. Верхняя прямая и нижняя подача мяча: Варианты нападающего удара через сетку с места и с разбега.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Волейбол - метание мяча 150г с разбега	30	25	20	20	18	13

Тема 3.8 Индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

Учебная игра.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Волейбол - верхняя передача мяча в парах через сетку (раз)	20	16	12	18	14	10

Тема 4.1 Методика развития ловкости и координации на занятиях по баскетболу

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – передачи мяча тремя способами с ведением по площадке 20 м (сек)	30	32	34	32	34	37

Тема 4.2 Ведение мяча.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – ведение мяча за пределами штрафной зоны, 2 шага бросок в кольцо за 1 мин. (кол. попаданий)	8	6	4	8	6	4

Тема 4.3 Стойки игрока.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол - штрафные броски (количество успешных попыток из 10)	5	4	3	5	4	3

Тема 4.5 Ловля и передача мяча.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 1 мин. (кол. результ. попаданий)	28	24	20	24	20	16

Тема 4.7 Ведение мяча правой и левой рукой.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – 3-очковые броски (количество успешных попыток из 10)	3	2	1	3	2	1

Тема 4.9 Ловля и передача мяча двумя руками и одной рукой на месте и в движении с пассивным сопротивлением.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 1 мин. (кол. результ. попаданий)	28	24	20	24	20	16

Тема 4.10 Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – 3-очковые броски (количество успешных попыток из 10)	3	2	1	3	2	1

Тема 4.11 Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – броски мяча в кольцо из-под щита за 1 мин. (кол. результ. попаданий)	28	24	20	24	20	16

Тема 4.13 Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через заслон.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – 3-очковые броски (количество успешных попыток из 10)	3	2	1	3	2	1

Тема 4.14 Тактика свободного нападения. Учебная игра в баскетбол.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Баскетбол – 3-очковые броски (количество успешных попыток из 10)	3	2	1	3	2	1

Тема 5.1 Методика развития ловкости и выносливости на занятиях по футболу.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Футбол - удар на дальность (м)	60	55	50	50	45	40

Тема 5.5 Отработка техники передвижения с мячом

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Футбол - удар на точность в ворота с 16,5 м (10 пр.ногой, 10 лев.ногой)	14-16	13-11	10-8	14-12	11-9	8-6

Тема 5.6 Остановка мяча с последующим ударом по воротам.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Футбол - удар на дальность (м)	60	55	50	50	45	40

Тема 5.9 Удар по мячу внутренней стороной стопы.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Подачи мяча (раз из 10 попыток)	10	8	7	10	8	6

Тема 5.11 Отработка передач в движении.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Подачи мяча (раз из 10 попыток)	10	8	7	10	8	6

Тема 5.12 Ведение мяча с сопротивлением защитников.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Точность передачи левой и правой ногой в движении, длина передачи 25 м.	1,5	1	1,5	1	1,5	2

Тема 5.13 Выбор позиции для удара. Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков.

Тестирование на основе контрольных нормативов:

Контрольные упражнения (тесты)	Оценка					
	юноши			девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Точность передачи левой и правой ногой в движении, длина передачи 40 м.	1,5	1	1,5	1	1,5	2

Темы индивидуальных проектов по дисциплине «Физическая культура»

1. История развития волейбола в России
2. Все виды олимпийских игр
3. Выносливость, удары, применяемые в настольном теннисе
4. История развития лёгкой атлетики в России
5. Всемирная Летняя Универсиада 2013 года
6. Зимние Олимпийские игры в Сочи
7. Параолимпийские игры
8. История развития гимнастики
9. История возникновения волейбола
10. Лучшее место, где я бывал во время каникул
11. Спорт в нашей жизни
12. Жизнь без табака
13. Ты жертва моды?
14. Мой магазин
15. Досуг студента
16. В магазине
17. Моя будущая профессия
18. Оборудование кабинета
19. О себе
20. Моя семья
21. Семья моего друга
22. Мой друг
23. Все мы разные
24. Виды дресс-кода в различных учреждениях
25. Человек и природа

Критерии оценивания:

Оценка «Отлично»:

- работа носит практический характер, содержит грамотно изложенную теоретическую базу, характеризуется логичным, последовательным изложением материала с соответствующими выводами и обоснованными предложениями;
- при защите работы обучающийся показывает достаточно глубокие знания вопросов темы, свободно оперирует данными исследованиями, вносит обоснованные предложения, во время выступления использует наглядные пособия (таблицы, схемы, графики, электронные презентации и т.д.) или раздаточный материал, легко отвечает на поставленные вопросы.

Оценка «Хорошо»:

- носит практический характер, содержит грамотно изложенную теоретическую базу, характеризуется последовательным изложением материала с соответствующими выводами, однако с не вполне обоснованными предложениями;
- при защите обучающийся показывает знания вопросов темы, оперирует данными исследования, вносит предложения, во время выступления использует наглядные пособия (таблицы, схемы, графики, электронные презентации и т.д.) или раздаточный материал, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы.

Оценка «Удовлетворительно»:

- носит практический характер, содержит теоретическую базу, базируется на практическом материале, но отличается поверхностным анализом и недостаточно

критическим разбором, в ней просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные предложения;

- имеются замечания по содержанию работы и оформлению;
- при защите обучающийся проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов темы, не дает полного, аргументированного ответа на заданные вопросы.

Оценка «Неудовлетворительно»:

- индивидуальный проект не завершен;
- к защите обучающийся не допускается.