

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ
НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ЭКОНОМИКИ И ПРАВА»**

Утверждаю:

Директор ПО АНО ПКЭиП

Л.Д. Джавадова

27.06.2025 г.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

СГ.04 «Физическая культура»

для специальности

44.02.01. «Дошкольное образование»

Форма обучения – заочная

Год набора - 2025

Дербент 2025

Фонд оценочных средств дисциплины *СГЦ.04 «Физическая культура»* разработан на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности *44.02.01 «Дошкольное образование»*, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 №743, а также с учетом рекомендованной примерной основной образовательной программой, и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

– *01.001 «ПЕДАГОГ (ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО, ОСНОВНОГО ОБЩЕГО, СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ) (ВОСПИТАТЕЛЬ, УЧИТЕЛЬ)»;*

учебного плана по основной образовательной программе среднего профессионального образования *44.02.01 «Дошкольное образование»*

Организация-разработчик: Профессиональная образовательная автономная некоммерческая организация «Педагогический колледж экономики и права» (ПО АНО ПКЭИП).

Преподаватель ПЦК
(занимаемая должность)

Г.Ю. Казимов
(степ., инициалы, фамилия)

Одобрено на заседании ПЦК

Психолого-педагогических и гуманитарных дисциплин

« 27 » 06 2025г., протокол № 06

Председатель ПЦК

С.Э. Расулова
(степ., инициалы, фамилия)

СОДЕРЖАНИЕ

1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине.....	4
2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине.....	4
3. Методические материалы, определяющие процедуры и критерии оценивания результатов обучения по дисциплине.....	4
Список литературы.....	
4. Лист регистрации изменений.....	

РАЗДЕЛ 1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1.1. Результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися формируются компетенции и осваиваются соответствующие им умения и знания

Код Компетенций	Наименование компетенции	Умения	Знания
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности.	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения.

Количество часов на освоение учебной дисциплины

Вид учебной работы	Кол-во
Максимальная учебная нагрузка (всего)	146
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	30
в том числе:	2
практические занятия	28
Самостоятельная работа	116
Промежуточная аттестация в форме зачета в 3-9 семестрах, в форме зачета оценкой <i>(дифференцированного зачета) в 10 семестре</i>	

1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине.

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине является **дифференцированный зачет**, который проводится в **устной** форме и сдаче нормативов.

Дифференцированный зачет состоит из ответов на теоретический блок вопросов и сдаче нормативов.

Теоретический блок вопросов

1. Физическое состояние человека и контроль за его уровнем
2. Инструктаж по технике безопасности и охране труда на занятиях физической культурой и спортом.
3. Разучивание приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений.
4. Разучивание приемов самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями
5. Цели и задачи учебной дисциплины «Физическая культура».
6. Основные положения организации физического воспитания в учебном заведении.
7. Правила техники безопасности в спортивном зале и на спортивной площадке.
8. Основы физической подготовки
9. Методика составления индивидуальных программ с оздоровительной направленностью.
10. Разучивание и совершенствование выполнения комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики
11. Эффективные и экономичные способы овладения жизненно важными умениями и навыками
12. *Кросс (бег на местности)*. Кроссовая подготовка проводится с учетом климатогеографических условий региона
13. *Гимнастика оздоровительно-спортивной направленности*. Выполнение строевых упражнений: строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания
14. Способы формирования профессионально значимых физических качеств, двигательных умений и навыков
15. Определение физической подготовленности в избранной сфере профессионального труда (тесты разрабатываются образовательным учреждением с учетом профессиональной направленности).
16. Разучивание и совершенствование выполнения комплекса упражнений гигиенической утренней гимнастики с учетом профессиональных особенностей труда. Проведение фрагментов занятий.
17. Социально-биологические основы физической культуры и здоровый образ жизни
18. Разучивание и совершенствование выполнения комплекса гимнастических упражнений для улучшения работоспособности и снятия общего утомления.
19. Основные методики массажа и самомассажа. Разучивание и совершенствование приемов ручного классического массажа.
20. Методика использования физкультурно-оздоровительных занятий как средства борьбы с вредными привычками.
21. Проведение студентами фрагментов занятия с использованием самостоятельно подготовленных комплексов упражнений, направленных на улучшение работы органов и систем организма.
22. Разучивание и совершенствование выполнения физических упражнений для нормализации веса.
23. Развитие и совершенствование основных жизненно важных физических и профессиональных качеств
24. *Развитие силы мышц*. Совершенствование выполнения комплекса упражнений с применением отягощений (предельного, не предельного веса, динамического характера).
25. Упражнения с преодолением веса собственного тела: гимнастические упражнения (отжимание в упоре лежа, отжимание на брусьях, подтягивание ног к перекладине, подтягивание в висе, сгибание и разгибание рук в упоре и т.п.).
26. Легкоатлетические прыжковые упражнения с дополнительным отягощением (напрыгивание и спрыгивание, прыжки через скакалку, многоскоки, прыжки через препятствия).
27. Совершенствование профессионально значимых двигательных умений и навыков
28. Специальные двигательные умения и навыки
29. Влияние физической культуры и здорового образа жизни на обеспечение здоровья и работоспособности
30. Использование спортивных технологий для совершенствования профессионально значимых двигательных умений и навыков
31. Совершенствование общей и специальной профессионально –
 - i. прикладной физической подготовки.
32. Совершенствование ППФП, направленной на развитие выносливости
33. Совершенствование навыков и умений, необходимых для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации и действий в экстремальных ситуациях

34. Приемы рукопашного боя.
35. Ускоренное передвижение и легкая атлетика.
36. Гимнастика и атлетическая подготовка

Нормативы

Девушки:

1. Тест на силовую подготовленность. Отжимание (кол-во раз). С колен (кол-во раз)
2. Тест на силовую подготовленность. Подъём туловища из положения лёжа, ноги согнуты и закреплены (кол-во раз). Пресс.
3. Координационный тест. Челночный бег 3×10 м (сек)
4. Тест на прыгучесть. Прыжки в длину с места (см)
5. Прыжки со скакалкой. (кол-во раз в 1 мин)
6. Гимнастический комплекс упражнений (утренней, производственной, релаксационной)
7. Тест на скоростно-силовую подготовленность. Бег 60(сек)
8. Тест на общую выносливость Бег 2000м (мин, сек)
9. Бег 30 м (сек.)
10. Бег 100 м (сек.)
11. Челночный бег 5х20 м (сек.)
12. Наклон вперед из положения сидя
13. Метание гранаты 500гр
14. Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз)
15. Удержание ног под углом 90° на шведской стенке (сек.)
16. Тест Купера
17. Удержание в висе на согнутых руках (хват снизу, с)
18. Прыжки со сменой ног, мин
19. Упражнение на скоростно-силовую подготовленность (из положения стоя, упор присев, упор лежа, упор присев, встать) за 2 мин

Парни:

1. Тест на силовую подготовленность. Отжимание (кол-во раз)
2. Тест на силовую подготовленность. Подтягивание на перекладине (кол-во раз)
3. Тест на силовую подготовленность. Подъём туловища из положения лёжа, ноги согнуты и закреплены (кол-во раз). Пресс.
4. Тест на прыгучесть. Прыжки в длину с места (см)
5. Прыжки со скакалкой (кол-во раз в 1 мин)
6. Координационный тест. Челночный бег 3×10 м (сек)
7. Гимнастический комплекс упражнений (утренней, производственной, релаксационной)
8. Тест на скоростно- силовую подготовленность. Бег 60м(сек)
9. Тест на общую выносливость. Бег 3000м (мин, сек)
10. Бег 30 м (сек.)
11. Бег 100 м (сек.)
12. Челночный бег 5х20 м (сек.)
13. Наклон вперед из положения сидя
14. Метание гранаты 700гр
15. Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз)
16. Удержание ног под углом 90° на шведской стенке (сек.)
17. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях
18. Тест Купера

19. Удержание в висе на согнутых руках (хват снизу, с)
20. Прыжки со сменой ног, мин
21. Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)

1.4. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации и рубежного контроля, обучающихся по дисциплине

Форма рубежного контроля – тестирование

Вопросы/задания рубежного контроля

1. Спортивно-игровую деятельность характеризует:

- а) стремление к максимальному результату+
- б) конфликтность ситуаций поединков
- в) наличие конкретного сюжета
- г) высокая значимость качества исполнения роли

2. Строй, в котором дети стоят один возле другого на одной линии, лицом в одну сторону:

- а) колонна
- б) шеренга +
- в) ряд

3. К какой группе методов относятся перечисленные приемы: показ, подражание, зрительные ориентиры, фотографии, рисунки, схемы, снаряды и пособия, а также музыка, песни, ритм бубна:

- а) практические;
- б) вербальные
- в) наглядные +

4. Какая группа методов формирует у детей представления о движении, яркость чувствительного восприятия и двигательных ощущений, развивает сенсорные способности:

- а) наглядные +
- б) специальные
- в) дидактические

5. Какой способ заключается в одновременном осознанном выполнении двигательных действий всеми детьми и эффективном решении воспитательно-образовательных и оздоровительных задач в работе с детьми:

- а) индивидуальный
- б) специальный
- в) фронтальный +

6. Какое положение выражает готовность к действию и создает наиболее выгодные условия для правильного выполнения упражнения:

- а) обычное
- б) исходное +
- в) простое

7. Процесс неоднократного воспроизведения двигательных действий, которые организуются в соответствии с дидактическими принципами обучения:

- а) спорт
- б) движение
- в) упражнение +

8. Они предлагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств, развитие двигательных способностей:

- а) образовательные задачи +
- б) оздоровительные задачи
- в) воспитательные задачи

9. Соответствие уровня развития двигательных умений и навыков нормативным требованиям программы:

- а) физическая культура
- б) физическое воспитание
- в) физическая подготовленность +

10. Совокупность задач, содержания, средств, методов и форм организации физического воспитания:

- а) задачи физического воспитания
- б) система физического воспитания +
- в) средства физического воспитания

11. Теория спортивной подготовки включает:

- а) спортивную тренировку +
- б) духовную тренировку
- в) опыт

12. Наиболее важным физическим качеством для здоровья человека является:

- а) сила
- б) выносливость +
- в) быстрота

13. Какой из факторов, определяющих риск для здоровья, наиболее весом:

- а) образ жизни человека +
- б) генетика человека
- в) состояние окружающей среды

14. Максимальное потребление кислорода — это:

- а) количество кислорода, фактически использованного организмом в покое или при выполнении какой-либо работы за одну минуту
- б) количество кислорода, необходимое организму для обеспечения процессов жизнедеятельности в различных условиях покоя или работы в одну минуту
- в) наибольшее количество кислорода, которое организм может потребить в минуту при предельно-интенсивной мышечной работе +

15. К основному признаку здоровья относится:

- а) хорошая приспособляемость организма к внешним условиям жизни +
- б) хорошая осанка
- в) максимальный уровень развития физических качеств

16. При оздоровительной тренировке в целях повышения функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы величина ЧСС должна быть не ниже:

- а) 100 уд/мин
- б) 120 уд/мин +
- в) 90 уд/мин

17. Физическая культура:

- а) восстановление здоровья средствами физической реабилитации
- б) педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств
- в) часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств +

18. Основным средством физического воспитания являются:

- а) оздоровительные силы природы
- б) физические упражнения +
- в) тренажеры, гири, гантели, штанги, мячи

19. Постепенное увеличение нагрузок повышает такие возможности организма:

- а) тайные
- б) скрытые
- в) психические +

20. Степень владения двигательным действием, которое характеризуется сознательным управлением движением, неустойчивостью к воздействию внешних факторов, нестабильностью итогов и невысокой быстротой выполнения:

- а) двигательное упражнение
- б) двигательное умение +
- в) двигательная мотивация

21. Создание необычных или внезапно изменяющихся условий выполнения упражнений:

- а) методы развития ловкости +
- б) методы развития меткости
- в) методы развития смелости

22. Какой принцип предусматривает оптимальное соответствие задач, средств, и методов физического воспитания возможностям занимающихся:

- а) принцип системного чередования нагрузок и отдыха
- б) принцип доступности и индивидуализации +
- в) принцип последовательности

23. Физические упражнения направлены на развитие:

- а) крепких отношений
- б) душевного состояния
- в) силы +

24. Понятие словосочетания — мышечный насос:

- а) механизм сокращения и расслабления мышц, происходящих в процессе мышечной деятельности
- б) механизм принудительного продвижения венозной крови к сердцу с преодолением сил гравитации под воздействием ритмических сокращений и расслаблений скелетных мышц +
- в) сердце, которое совершает ритмичные сокращения по типу насоса, благодаря которым происходит движение крови в организме

25. Педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки:

- а) спорт
- б) физическая культура
- в) физическая подготовка +

26. Соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в этой сфере деятельности:

- а) труд
- б) спорт +
- в) физкультура

27. Исследования направлены на формирование физических, психологических качеств и таких навыков:

- а) прикладных +
- б) основных
- в) душевных

28. Спорт является частью:

- а) духовной подготовки
- б) физической подготовки
- в) физической культуры +

29. Часть физической культуры, организованный процесс направленного применения накопленных поколениями достижений для физического совершенствования человека и укрепления здоровья:

- а) физическое воспитание +
- б) физическая подготовка
- в) спорт

30. В какой форме проводятся обязательные дополнительные занятия по физической культуры с учащимися, отнесенные к специальной медицинской группе:

- а) физкультурные паузы
- б) занятия по специальной программе +
- в) массовые гимнастические выступления

31. Сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами:

- а) подвижная игра +

- б) строевые упражнения
- в) двигательный режим

Вариант 2

1. Дайте определение «здоровье» в уставе Всемирной организации здравоохранения:
 - а) Состояние полного физического, душевного и социального благополучия. +
 - б) Способность организма к выполнению профессиональных функций.
 - в) Отсутствие болезни.
2. С какой целью планируют режим дня:
 - а) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма
 - б) с целью четкой организации текущих дел, их выполнение в установленные сроки +
 - в) с целью высвобождения времени на отдых и снятие нервных напряжений
3. Что такое закаливание:
 - а) переохлаждение или перегрев организма
 - б) выполнение утренней гигиенической гимнастики
 - в) повышенная устойчивость организма к неблагоприятным внешним воздействиям +
4. Утренняя гимнастика – это:
 - а) важный элемент двигательного режима, где сосредоточен комплекс физических упражнений +
 - б) один из методов похудения
 - в) метод быстрого просыпания
5. Сколько времени в день можно смотреть телевизор, школьнику:
 - а) 5 часов
 - б) 6 часов
 - в) 1 час
6. Главная опора человека при движении:
 - а) внутренние органы
 - б) скелет +
 - в) мышцы
7. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:
 - а) рациональное питание
 - б) личная и общественная гигиена
 - в) двигательный режим +
8. Что не относится к здоровому образу жизни:
 - а) продолжительный отдых +
 - б) правильное питание
 - в) физические нагрузки
9. Какой фактор не оказывает влияние на здоровье человека:
 - а) наследственность
 - б) экологическая обстановка
 - в) уровень развития науки +
10. Какие продукты не должны присутствовать в рационе здорового человека:
 - а) кисломолочные продукты

- б) фаст фуд +
- в) овощи и фрукты

11. Что должен сделать человек, хорошенько потрудившись:

- а) отдохнуть +
- б) заняться домашними делами
- в) выполнить комплекс упражнений

12. Что не относится к вредным привычкам:

- а) курение
- б) просмотр мультфильмов +
- в) алкоголь

13. Выбери, что не относится к алкоголю:

- а) лимонад +
- б) вино
- в) пиво

14. Найди неверное высказывание:

- а) надо сочетать труд и отдых
- б) надо чистить обувь и одежду
- в) малоподвижный образ жизни полезен +

15. Подумай, к чему приводят вредные привычки:

- а) к замедлению роста организма +
- б) к уважению окружающих
- в) к интересному проведению времени

16. Здоровый образ жизни – это:

- а) лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий
- б) индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья +
- в) перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья

17. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:

- а) цианистый водород
- б) эфирные масла
- в) радиоактивные вещества +

18. Что такое режим дня:

- а) порядок выполнения повседневных дел
- б) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых +
- в) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

19. Что такое рациональное питание:

- а) питание, распределенное по времени принятия пищи
- б) питание набором определенных продуктов
- в) питание с учетом потребностей организма +

20. Назовите питательные вещества имеющие энергетическую ценность:

- а) вода, белки, жиры и углеводы

- б) белки, жиры, углеводы +
- в) белки, жиры, углеводы, минеральные соли

21. Что такое витамины:

- а) Органические химические соединения, необходимые для синтеза белков-ферментов. +
- б) Органические химические соединения, являющиеся ферментами.
- в) Неорганические химические соединения, необходимые для работы организма.

22. Что такое двигательная активность:

- а) занятие физической культурой и спортом
- б) любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие +
- в) выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности

23. Что такое личная гигиена:

- а) перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний
- б) выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний
- в) совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья +

24. Основные двигательные качества:

- а) умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения
- б) гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества +
- в) состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений

25. Одним из важнейших направлений профилактики, является:

- а) охрана окружающей среды
- б) экологическая безопасность
- в) ЗОЖ +

26. ЗОЖ включает:

- а) охрану окружающей среды
- б) улучшение условий труда
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

27. Принципы способствующие сохранению и укреплению здоровья:

- а) научность
- б) объективность
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

РЕКЛАМА

28. Устным методом пропаганды ЗОЖ является:

- а) повседневное общение с окружающими
- б) аудиозаписи
- в) лекция +

29. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека:

- а) индивидуальный образ жизни +

- б) служба здоровья
- в) окружающая среда

30. Для развития мышечной выносливости следует выполнять:

- а) упражнения на тренажерах
- б) упражнения с преодолением веса собственного тела +
- в) упражнения на растягивание мышц.

РАЗДЕЛ 2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

2.1. Организационные основы применения балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся по дисциплине.

Оценка качества освоения обучающимися дисциплины реализуется в формате балльно-рейтинговой системы оценки успеваемости обучающихся (БРСО).

БРСО в ходе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации осуществляется по 100-балльной шкале.

Академический рейтинг обучающегося по дисциплине складывается из результатов:

- текущего контроля успеваемости (максимальный) текущий рейтинг обучающегося 80 рейтинговых баллов;
- промежуточной аттестации (максимальный) рубежный рейтинг обучающегося 20 рейтинговых баллов.

Условия оценки освоения обучающимся дисциплины в формате БРСО доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом учебном занятии, а также размещены в свободном доступе в электронной информационно-образовательной среде Колледжа.

2.2. Проведение текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине в соответствии с балльно-рейтинговой системой оценки успеваемости обучающегося

В течение учебного семестра до промежуточной аттестации на основании утвержденной рабочей программы дисциплины формируется текущий рейтинг обучающегося. Текущий рейтинг обучающегося складывается как сумма рейтинговых баллов, полученных им в течение учебного семестра по всем видам учебных занятий по дисциплине.

В процессе текущего контроля оцениваются следующие действия обучающегося, направленные на освоение компетенций в рамках изучения учебной дисциплины:

- академическая активность (посещаемость учебных занятий, самостоятельное изучение содержания учебной дисциплины в электронной информационно-образовательной среде, соблюдение сроков сдачи практических заданий и текущих контрольных мероприятий и др.);
- выполнение и сдача текущих и итогового практических заданий (эссе, рефераты, творческие задания, кейс-задания, лабораторные работы, расчетные задания и др., активное участие в групповых интерактивных занятиях, защита проектов и др.;
- прохождение рубежей текущего контроля, включая соблюдение графика их прохождения в электронной информационно-образовательной среде.

Критерии оценки теста:

«Зачтено» - если обучающийся правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

«Не зачтено» - если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно

выполнено менее 2/3 всей работы.

Критерии оценки доклада

При выполнении доклада обучающийся должен продемонстрировать умение кратко излагать прочитанный материал, а также умение обобщать и анализировать материал по теме доклада. Максимальная оценка за доклад: 8 баллов. Основными критериями оценки доклада являются:

- ☐ актуальность выбранной темы и излагаемого материала – 2 балла;
- ☐ содержательность – 2 балла;
- ☐ структура и оформление доклада – 1 балл;
- ☐ четкость и выразительность выступления – 1 балл;
- ☐ умение пользоваться конспектом – 1 балл;
- ☐ точность и полнота ответов на вопросы – 1 балл.

Критерии оценки презентации

1. Объем презентации 20 -50 слайдов (1 балл).
2. Правильность оформления титульного слайда (0,5 балла);
3. Актуальность отобранного материала, обоснованность формулировки цели и задач работы (0,5 балла);
4. Наглядность и логичность презентации, обоснованность использования таблиц, диаграмм, рисунков, фотографий, карт, видео – вставок, звукового сопровождения; правильный выбор шрифтов, фона, других элементов дизайна слайда (2 балла).
5. Объем и качество источников информации (не менее 2-х интернет – источников и не менее 2-х литературных источников).

Критерии оценки реферата

Обучающийся, защищающий реферат, должен рассказать о его актуальности, поставленных целях и задачах, изученной литературе, структуре основной части, сделанных в ходе работы выводах.

По окончании выступления ему может быть задано несколько вопросов по представленной проблеме.

Оценка складывается из соблюдения требований к реферату, грамотного раскрытия темы, умения четко рассказывать о представленном реферате, способности понять суть задаваемых по работе вопросов и найти точные ответы на них.

Реферат, в котором полностью освещена тема и который оформлен согласно требованиям, оценивается до 15 баллов

Для планирования расчета текущего рейтинга обучающегося используются следующие пропорции:

Вид учебного действия	Максимальная рейтинговая оценка, баллов
Академическая активность	10
практические задания	40
<i>из них: текущие практические задания</i>	20
<i>итоговое практическое задание</i>	20
рубежи текущего контроля	30
ИТОГО:	80

В процессе определения баллов на теоретический блок вопросов используется следующая шкала:

Рубежный рейтинг	Критерии оценки освоения обучающимся дисциплины в ходе контрольных мероприятий промежуточной аттестации
19-20 рейтинговых баллов	обучающийся глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и будущей деятельностью, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок (<i>отлично</i>)
16-18 рейтинговых баллов	обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий (<i>хорошо</i>)
13-15 рейтинговых баллов	обучающийся освоил основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий (<i>удовлетворительно</i>)
1-12 рейтинговых баллов	обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания, задачи (<i>неудовлетворительно</i>)
0 баллов	не аттестован

Девушки

Тесты	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
1.Тест на силовую подготовленность. Отжимание (кол-во раз) С колен (кол-во раз)	15 35	12 30	10 25	8 20	6 15
2.Тест на силовую подготовленность. Подъём туловища из положения лёжа, ноги согнуты и закреплены (кол-во раз). Пресс.	60	50	40	30	20
3.Координационный тест Челночный бег 3×10 м (сек)	7,3	8,0	8,3		
4.Тест на прыгучесть. Прыжки в длину с места (см)	190	180	168	160	150
5.Прыжки со скакалкой (кол-во раз в 1 мин)	150	140	130	120	110
6.Гимнастический комплекс упражнений (утренней, производственной, релаксационной)					
7.Тест на скоростно-силовую подготовленность. Бег 60(сек.)	9,9	10,5	11,0	11,4	11,8
8.Тест на общую выносливость Бег 2000м (мин, сек)	12,15	12,50	13,15	13,50	14,15
9. Бег 30 м (сек.)	4.7	5.5	5.9	6,5	6,0
10. Бег 100 м (сек.)	17,5	18,5	19,5	20,5	21,5

11. Челночный бег 5х20 м (сек.)	21,5	22,5	26,0	28,0	29,0
12. Наклон вперед из положения сидя	20	15	10	5	4
13. Метание гранаты 500гр	18	15	13	10	7
14. Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз)	19	16	13	11	9
15. Удержание ног под углом 90° на шведской стенке (сек.)	14	12	10	8	6
16. Тест Купера	3	3.30	4.00	4.30	5.00
17. Удержание в висе на согнутых руках (хват снизу, с)	26	21	15	10	5
18. Прыжки со сменой ног, мин	3,00	2,30	2,00	1,30	1,00
19. Упражнение на скоростно-силовую подготовленность (из положения стоя, упор	30	25	20	15	10

Парни

Тесты	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
1. Тест на силовую подготовленность. Отжимание (кол-во раз)	35	30	25	20	18
2. Тест на силовую подготовленность. Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	15	12	9	7	5
3. Тест на силовую подготовленность. Подъём туловища из положения лёжа, ноги согнуты и закреплены (кол-во раз). Пресс.	60	50	40	30	20
4. Тест на прыгучесть. Прыжки в длину с места (см)	250	240	230	223	215
5. Прыжки со скакалкой (кол-во раз в 1 мин)	150	140	130	120	110
6. Координационный тест Челночный бег 3×10 м (сек)	7,3	8,0	8,3		
7. Гимнастический комплекс упражнений (утренней,					

производственной, релаксационной)					
8.Тест на скоростно- силовую подготовленность. Бег 60м(сек)	8,2	9,0	9,5	10,0	10,5
9.Тест на общую выносливость. Бег 3000м (мин, сек)	12,0	12,35	13,10	13,50	14,0
10. Бег 30 м (сек.)	4,6	5.2	5,5	6,0	6,5
11. Бег 100 м (сек.)	17,5	18,5	19,5	20,5	21,5
12. Челночный бег 5х20 м (сек.)	20,2	21,3	25,0	27,0	28,5
13. Наклон вперед из положения сидя	13	11	6	4	3
14. Метание гранаты 700гр	28	23	18	13	10
15. Подъем ног из положения виса на ш/стенке (кол-во раз)	16	13	10	8	6
16. Удержание ног под углом 90° на шведской стенке (сек.)	13	11	9	8	7
17. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях	10	8	5	3	2
18. Тест Купера	3	3.30	4.00	4.30	5.00
19. Удержание в висе на согнутых руках (хват снизу, с)	40	35	25	20	15
20. Прыжки со сменой ног, мин	5,00	4,30	4,00	3,30	3,00
21. Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)	7	5	3	2	1

Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

1. Виленский, М. Я., Физическая культура : учебник / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. — Москва : КноРус, 2024. — 214 с. — ISBN 978-5-406-12454-3. — URL: <https://book.ru/book/951559>
2. Кузнецов, В. С., Физическая культура : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2024. — 256 с. — ISBN 978-5-406-12453-6. — URL: <https://book.ru/book/951558>
3. Федонов, Р. А., Физическая культура : учебник / Р. А. Федонов. — Москва : Русайнс, 2024. — 256 с. — ISBN 978-5-466-06892-4. — URL: <https://book.ru/book/953982>

4. Бишаева, А. А., Физическая культура : учебник / А. А. Бишаева, В. В. Малков. — Москва : КноРус, 2025. — 379 с. — ISBN 978-5-406-13641-6. — URL: <https://book.ru/book/955430>
5. Тиханова, Е. И., Физическая культура. Практикум : учебно-методическое пособие / Е. И. Тиханова. — Москва : Русайнс, 2024. — 96 с. — ISBN 978-5-466-06893-1. — URL: <https://book.ru/book/953983>
6. Кузнецов, В. С., Теория и история физической культуры + еПриложение: дополнительные материалы : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2024. — 448 с. — ISBN 978-5-406-12935-7. — URL: <https://book.ru/book/952994>

Дополнительная литература:

1. Кузнецов, В. С., Методика обучения предмету Физическая культура + еПриложение : учебник / В. С. Кузнецов. — Москва : КноРус, 2023. — 324 с. — ISBN 978-5-406-10543-6. — URL: <https://book.ru/book/947193>
2. Кузнецов, В. С., Теория и история физической культуры + еПриложение: дополнительные материалы : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2024. — 448 с. — ISBN 978-5-406-12935-7. — URL: <https://book.ru/book/952994>
3. Гигиена физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020. — 84 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/95397>
4. Лисицкая, Т. С., Физическая культура и фитнес : учебник / Т. С. Лисицкая. — Москва : КноРус, 2025. — 243 с. — ISBN 978-5-406-13766-6. — URL: <https://book.ru/book/955653>
5. Вайнер, Э. Н., Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. — Москва : КноРус, 2024. — 346 с. — ISBN 978-5-406-11588-6. — URL: <https://book.ru/book/950520>
5. Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / Барчуков И.С. — Москва: КноРус, 2021. — 366 с. — ISBN 978-5-412-02452-2. — URL: <https://book.ru/book/936107>
6. Теория, методика и практика физического воспитания: учебное пособие / А. В. Сафощин, Ч. Т. Иванков, А. Я. Габбазова, С. Ч. Мухаметова. — 2-е изд. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2019. — 392 с. — ISBN 978-5-4263-0744-5. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/94698>
7. Гусева, Т.А. Содержание и методика обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям: учебно-методическое пособие / Гусева Т.А., Соколова А.А. — Москва: Русайнс, 2020. — 79 с. — ISBN 978-5-4365-5538-6. — URL: <https://book.ru/book/938352>
8. Гурьев, С.В. Теория и методика физического воспитания с практикумом (детей дошкольного и младшего школьного возраста): учебник / Гурьев С.В. — Москва: КноРус, 2021. — 211 с. — ISBN 978-5-412-08575-2. — URL: <https://book.ru/book/940179>

Информационные справочные и поисковые системы:

1. Консультант Плюс
2. Юридическая справочная система «Система Юрист»

Электронные библиотеки:

1. Электронная библиотечная система PROФобразование (<https://profspo.ru>)
2. Электронная библиотечная система BOOK.ru (<https://book.ru>)

Лист регистрации изменений

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа	Дата введения изменения
	Утверждена и введена в действие решением ПО АНО ПКЭиП на основании Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 44.02.01 «Дошкольное образование», Министерства просвещения Российской Федерации от 17.08.2022 №743	Протокол заседания ПЦК № 06 от «27» мая 2025 года	