



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СИБИРСКИЙ БИЗНЕС-КОЛЛЕДЖ»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
Протокол № 3 от 27.03.2026 г.

Утверждаю:

Директор
_____ Н.С. Акарачкина
м.п.

Приказ № 12-од от 27.03.2026 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
БД.08 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Программа подготовки специалистов среднего звена

Профессия **38.01.02 «Продавец»**

на базе основного общего образования, **очная** форма обучения

квалификация «продавец-кассир»

Барнаул, 2026

Фонд оценочных средств учебной дисциплины БД.08 «Физическая культура» составлен в соответствии с требованиями ФГОС СПО по профессии 38.01.02 «Продавец», утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 01.08.2024 № 518, и учебным планом.

Организация-разработчик: Автономная некоммерческая образовательная организация профессионального образования «Сибирский бизнес-колледж».

Рекомендована к использованию в учебном процессе представителем работодателя:
« » _____ 2026 г.

должность

подпись

ФИО

М.П.

© Автономная некоммерческая образовательная организация профессионального образования «Сибирский бизнес-колледж», 2026 год.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ФОНДОВ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	4
2. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
3. ФОРМА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.....	19

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1 Область применения фонда оценочных средств

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины БД.08. «Физическая культура», общеобразовательной программы по профессии СПО 38.01.02. Продавец.

1.2 Результаты освоения учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины БД.08. «Физическая культура» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС следующими умениями и знаниями:

Знать/понимать	Уметь
положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).	умение 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);
	владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
	владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;
	владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
	владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере;

2. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения – это выявление, измерения и оценивание знаний, умений и формирующихся общих и профессиональных компетенций в рамках освоения учебной дисциплины.

В соответствии с учебным планом предусматривается текущий и промежуточный контроль результатов освоения.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении курса обучения.

2.1 Типовые задания для оценки освоения учебной дисциплины/ профессионального модуля и критерии результатов их оценивания, эталоны решения заданий, ключи к тестам и т.п.

2.1.1 Практические работы

Практические работы проводятся с целью усвоения и закрепления практических умений и знаний, овладения профессиональными компетенциями. В ходе практической работы студенты приобретают умения, предусмотренные рабочей программой БД.08. «Физическая культура», учатся применять различные методики решения практических задач, анализировать полученные результаты и делать выводы, опираясь на теоретические знания.

Список практических работ (Приложение ПЗ БД.08 «Физическая культура»):

Раздел 1. Современное состояние физической культуры и спорта

Практическая работа № 1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программная и нормативная основа системы физического воспитания населения. Характеристика нормативных требований для обучающихся СПО.

Практическая работа № 2. Двигательная рекреация и ее роль в организации здорового образа жизни современного человека.

Практическая работа № 3. Особенности организации и проведения занятий в разных системах оздоровительной физической культуры и их функциональная направленность.

Практическая работа № 4. Дневник самоконтроля. Физические качества, средства их совершенствования.

Практическая работа № 5. Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений утренней зарядки, физкультминуток, физкульт пауз, комплексов упражнений для коррекции осанки и телосложения.

Практическая работа № 6. Освоение методики составления и проведения комплексов упражнений для подготовки к выполнению тестовых упражнений.

Практическая работа № 7. Освоение комплексов упражнений для производственной гимнастики различных групп профессий (первая, вторая, третья, четвертая группы профессий).

Практическая работа № 8. Выполнение строевых упражнений, строевых приёмов: построений и перестроений, передвижений, размыканий и смыканий, поворотов на месте. Выполнение общеразвивающих упражнений без предмета и с предметом; в парах, в группах, на снарядах и тренажерах.

Практическая работа № 9. Освоение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо, стойка на лопатках, мост, стойка на руках, стойка на голове и руках, переворот боком «колесо», равновесие «ласточка».

Практическая работа № 10. Освоение базовых, основных и модифицированных шагов аэробики, прыжков, передвижений, танцевальных движений в оздоровительной аэробике.

Практическая работа № 11. Выполнение упражнений и комплексов упражнений атлетической гимнастики для рук и плечевого пояса, мышц спины и живота, мышц ног с использованием собственного веса. Выполнение

упражнений со свободными весами. Выполнение упражнений и комплексов упражнений с использованием новых видов фитнес оборудования.

Практическая работа № 12. Освоение/совершенствование навыков самостраховки, безопасного падения, освобождения от захватов, уход с линии атаки. Силовые упражнения и единоборства в парах. Игровые ситуации и подвижные игры.

Практическая работа № 13. Техника безопасности на занятиях футболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры: удар по мячу носком, серединой подъема, внутренней, внешней частью подъема; остановки мяча внутренней стороной стопы; остановки мяча внутренней стороной стопы в прыжке, остановки мяча подошвой.

Практическая работа № 14. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры.

Практическая работа № 15. Техника безопасности на занятиях волейболом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры.

Практическая работа № 16. Техника безопасности на занятиях бадминтоном. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры.

Практическая работа № 17. Техника безопасности на занятиях теннисом. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры упражнения с мячом.

Практическая работа № 18. Техника безопасности на занятиях хоккеем. Освоение и совершенствование техники выполнения приёмов игры.

Практическая работа № 19. Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. Техника бега высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования.

Практическая работа № 20. Освоение и совершенствование техники спортивных способов плавания (кроль на груди, на спине; брасс).

2.1.2 Контрольные работы

Контрольная работа проводится с целью контроля усвоенных умений и знаний и последующего анализа типичных ошибок и затруднений студентов в конце изучения темы или раздела. Согласно календарно-тематическому плану БД.08. «Физическая культура» предусмотрено проведение следующих контрольных работ:

Задания для проведения входной контрольной работы

Контрольная работа №1

Инструкция по выполнению: Время на выполнение 40-60 мин.

Комплект материалов для текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура».

1. Физическая культура - это....

- 1) Адаптация человека к психическим и физиологическим состояниям
- 2) Общие закономерности изменения работоспособности студентов в учебно-воспитательном процессе
- 3) Специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования личности
- 4) Деятельность, результаты которой полезно для личности и общества

2. Средствами физической культуры являются ...

- 1) Знаковые объекты, изобразительные объекты, натуральные объекты
- 2) Схемы-структуры, модели, графики, диаграммы
- 3) Гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения
- 4) Спортивно-показательные выступления, физкультурные парады, спортивные игры

3. Результатом деятельности в физической культуре выступают

...

- 1) Изменения умственной работоспособности студентов
- 2) Физическая подготовленность, степень совершенства двигательных умений и навыков, спортивные достижения, развитие жизненных сил
- 3) Показатели эффективного проведения учебных занятий по физической культуре
- 4) Распорядок дня, гигиены сна, режим трудовой и учебной деятельности

4. Ценностными ориентациями студентов к физической культуре являются ...

- 1) Предметы, явления и их свойства, необходимые обществу и личности в качестве средств удовлетворения потребностей
- 2) Способы дифференциации объектов физической культуры по их значимости
- 3) Гигиенические факторы, физические упражнения и оздоровительные силы природы
- 4) Игры, физические упражнения, физкультурные парады, спортивно-показательные выступления

5. Здоровье – это ...

- 1) Обладание хорошо упитанным телом, хорошим аппетитом
- 2) Отсутствие болезней и физических дефектов, наличие сильного иммунитета
- 3) Регулярное посещение учебных занятий
- 4) Состояние полного физического, душевного и социального благополучия

6. Основным критерием здоровья является ...

- 1) Способность быстро бегать
- 2) Развитие способности к активным физическим нагрузкам
- 3) Способность к адаптации
- 4) Способность к усвоению знаний

7. Требования, предъявляемые к здоровому образу жизни студентов – это ...

- 1) Одеваться с учетом погоды
- 2) Одеваться по последней моде. Не пропускать вечеринки с обильной едой
- 3) Соблюдать правильный режим труда и отдыха, соблюдать нормы санитарии и гигиены
- 4) Работать по ночам на компьютере

8. Факторами закаливания выступают ...

- 1) Закаливание воздухом, водой и солнцем
- 2) Режим дня
- 3) Режим питания

9. Правильное питание – это прием пищи ...

- 1) 1-2 раза в день
- 2) 6-7 раз в день
- 3) 3-4 раза в день
- 4) 9-10 раз в день

10. Культура межличностного общения включает в себя ...

- 1) Общение, коммуникабельность, настроение, правильный образ жизни, хорошее здоровье
- 2) Образец поведения принятый в обществе
- 3) Образец поведения, правильный образ жизни, отсутствие эмоциональных всплесков
- 4) Систему знаний, норм, ценностей и образцов поведения, принятых в обществе, органично реализованных в деловом и эмоциональном общении

11. Физическое самовоспитание – это ...

- 1) Процесс целенаправленной сознательной планомерной работы над собой и ориентированной на формирование физической культуры личности
- 2) Процесс самосовершенствования
- 3) Процесс контроля над своим здоровьем и физическим развитием

4) Процесс осознания значения физических оздоровительных систем на здоровье студентов

12. Уровень здоровья человека зависит ...

- 1) От наследственности и образа жизни
- 2) От массы тела
- 3) От окружающей среды

13. Показателями правильного закаливания являются ...

- 1) Крепкий сон, хороший аппетит, улучшение самочувствия, повышение работоспособности
- 2) Крепкий сон, хороший аппетит, улучшение самочувствия, повышение артериального давления
- 3) Крепкий сон, умеренное питание, улучшение самочувствия, повышение работоспособности
- 4) Кратковременный сон, хороший аппетит, желание вести активный образ жизни

14. Структуру здорового образа жизни составляют ...

- 1) Режим труда, отдыха, питания и сна
- 2) Экологический и биосоциальный компонент
- 3) Режим двигательной активности, отказ от вредных привычек
- 4) Культура межличностного общения и поведения в коллективе

15. К основным факторам, вызывающим переутомление у студентов относятся ...

- 1) Плохая организация учебного процесса
- 2) Недостаточная двигательная активность
- 3) Режим питания

Контрольная работа № 2

Инструкция по выполнению: Время на выполнение 40-60 мин.

Комплект материалов для текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура».

1. Цель диагностики физического состояния – это ...

1) Способствовать укреплению здоровья человека, его гармоничному развитию

2) Повышать функциональные возможности человека

3) Выявлять динамику развития спортивных результатов

2. К задачам диагностики физического состояния относятся ...

1) Выявление динамики развития спортивных результатов

2) Оценка эффективности применяемых средств и методов учебно-тренировочных занятий

3) Повторное врачебное обследование

3. Педагогический контроль – это ...

1) Комплексное медицинское обследование физического развития и функциональной подготовленности, занимающихся физкультурой и спортом

2) Исследования, проводимые совместно врачом и тренером для того, чтобы определить, как воздействуют на организм спортсмена тренировочные нагрузки

3) Планомерный процесс получения информации о физическом состоянии занимающихся физической культурой и спортом

4) Регулярные наблюдения за состоянием своего здоровья, физическим развитием и физической подготовкой, и их изменениями

4. Задачами педагогического контроля являются ...

1) Установление контрольных нормативов, оценивающих физическую и теоретическую подготовленность занимающихся

2) Контроль за посещаемостью занятий

3) Определение эффективности применяемых средств и методов

4) Учет спортивных результатов

5. К основным методикам самоконтроля за физическим состоянием относятся ...

1) Инструментальные, визуальные

2) Первичные и повторные

- 3) Перманентные и текущие
- 4) Инструментальные и физиологические

6. Цель самоконтроля – это ...

1) Предупредить переутомление и развитие патологических изменений, приводящих к заболеваниям

2) Проверить, насколько соответствует педагогическое воздействие повышению эффективности учебно-тренировочных занятий

3) Самостоятельные регулярные наблюдения за физическим развитием, состоянием своего организма, влиянием на него физических упражнений

4) Предупредить и выявить ранние признаки нарушения здоровья и функционального состояния

7. Объективными показателями самоконтроля являются ...

1) Самочувствие, сон, тренировочные нагрузки, аппетит

2) Пульс, частота дыхания, масса тела, артериальное давление, болевые ощущения, спортивные результаты

3) Самочувствие, сон, аппетит

4) Пульс, частота дыхания, артериальное давление

8. Учебный труд – это ...

1) Множество процессов и явлений, которые изучает любая наука

2) Вид деятельности, предшествующей трудовой, заключающийся в усвоении обобщенных способов действий в сфере научных понятий

3) Свойство человека утомляться при выполнении деятельности, определяемое как отношение к ней, так и состояние организма

4) Процесс и результат получения знаний, умений и навыков

9. Объективными факторами обучения студентов, влияющими на их психофизиологическое состояние, являются ...

1) Учебный труд, возраст, половая принадлежность

2) Дидактические, профессиональные, социально-психологические

3) Состояние здоровья, общая учебная нагрузка, активный отдых

4) Перенапряжение, переутомление, утомление

10. Симптомы переутомления студентов при умственном труде – это ...

1) Активность, бодрость, энергичность

2) Снижение умственной работоспособности, вегетативное нарушение

3) Расстройство сна, снижение дееспособности

4) Эмоциональные изменения, усталость при умственной нагрузке

11. Основу работоспособности студента составляют ...

1) Знания, умения, навыки

2) Психические, физиологические и физические особенности

3) Специальные знания, умения, навыки; психические, физиологические и физические особенности, сообразительность, уровень мотивации

4) Сообразительность, уровень мотивации, ответственность

12. На умственную работоспособность студентов непосредственно влияют ...

1) Состояние здоровья

2) Уровень мотивации

3) Уровень физической активности

4) Тип высшей нервной деятельности

13. Поддержанию оптимальной работоспособности головного мозга способствуют ...

1) Умственная работа перед сном

2) Вредные привычки

3) Ходьба, бег, передвижение на лыжах и коньках

4) Эмоциональное напряжение

14. ППФП студентов – это...

1) Процесс совершенствования двигательных качеств, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека

2) Целесообразное использование знаний, средств, методов и условий, позволяющее направленно воздействовать на развитие человека

3) Специально направленное и избирательное использование средств физической культуры для подготовки человека к определенной деятельности

4) Процесс получения информации о физическом состоянии занимающихся физкультурой с целью повышения эффективности учебно-тренировочного цикла

15. Цель ППФП студентов определяется ...

1) Как процесс приобретения физических качеств

2) Как психофизическая готовность к успешной профессиональной деятельности

3) Как приобретение специальных знаний, умений и навыков

4) Как совокупность личностных качеств, ценностей и физических навыков

16. ППФП студентов проявляет себя в форме ...

1) Секционных занятий по прикладным видам спорта

2) Оздоровительно-восстановительных процедур

3) Самостоятельных занятий физической культурой

4) Практики на производстве

17. Видами производственной гимнастики являются ...

1) Физкультурная пауза

2) Вводная гимнастика

3) Утренняя гимнастика

4) Микропауза активного отдыха

Контрольная работа № 3

Инструкция по выполнению: Время на выполнение 40-60 мин.

Комплект материалов для текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура»

1. Под физической культурой понимается:

1. Часть культуры общества и человека;
2. Процесс развития физических способностей;
3. Вид воспитания, направленный на обучение движениям и развитие физических качеств;
4. Развитие естественных сил природы и воспитание гигиенических качеств.

2. Результатом физической подготовки является:

1. Физическое развитие;
2. Физическое совершенство;
3. Физическая подготовленность;
4. Способность правильно выполнять двигательные действия.

3. Солнечные ванны лучше всего принимать:

1. С 12 до 16 часов дня;
2. До 12 и после 16 часов дня;
3. В любое время дня при соблюдении необходимых мер предосторожности;
4. С 10 до 14 часов

4. К циклическим видам спорта относятся...:

1. Борьба, бокс, фехтование;
2. Баскетбол, волейбол, футбол;
3. Ходьба, бег, лыжные гонки, плавание;
4. Метание мяча, диска, молота.

5. Главной причиной нарушения осанки является:

1. Малоподвижный образ жизни;
2. Слабость мышц спины;
3. Привычка носить сумку на одном плече;
4. Долгое пребывание в положении сидя за партой.

6. Профилактика нарушений осанки осуществляется при:

1. Скоростных упражнениях;
2. Упражнениях «на гибкость»;

3. Силовых упражнениях;
4. Упражнениях на «выносливость».

7. Что определяет техника безопасности?

1. Навыки знаний физических упражнений без травм;
2. Комплекс мер направленных на обучение правилам поведения, правилам страховки и само страховки, оказания доврачебной помощи;
3. Правильное выполнение упражнений;
4. Организацию и проведение учебных и внеурочных занятий в соответствии с гигиеническими требованиями.

8. Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается в:

1. Укрепление здоровья и воспитание физических качеств людей;
2. Обучением двигательным действиям и повышении работоспособности;
3. В совершенствовании природных, физических свойств людей;
4. Определенным образом организованная двигательная активность.

9. С помощью какого теста не определяется физическое качество выносливость?

1. 6- ти минутный бег;
2. Бег на 100 метров;
3. Лыжная гонка на 3 километров;
4. Плавание 800 метров.

10. Укажите, какие упражнения характерны для заключительной части урока физической культуры?

1. Упражнения на выносливость и на гибкость.
2. Силовые упражнения и упражнения на гибкость.
3. Дыхательные упражнения и упражнения на внимание.
4. Силовые упражнения, скоростные и упражнения на гибкость.

11. Каковы нормальные показатели пульса здорового взрослого нетренированного человека в покое?

1. 60-80;

2. 70-90;
3. 75-85;
4. 50-70.

12. Что понимается под закаливанием:

1. Купание в холодной воде и хождение босиком
2. Приспособление организма к воздействиям внешней среды
3. Сочетание воздушных и солнечных ванн с физическими упражнениями

13. Лучшие условия для развития ловкости создаются во время:

1. Подвижных и спортивных игр
2. Прыжков высоты
3. Бега с максимальной скоростью

14. Физическая культура направлена на совершенствование:

1. Морально-волевых качеств людей
2. Техники двигательных действий
3. Природных физических свойств человека

15. Что такое двигательный навык:

1. Умение правильно выполнять двигательное действие под постоянным контролем сознания
2. Двигательное действие, доведенное до автоматизма
3. Знания о выполнении двигательного действия в нестандартных условиях

3. ФОРМА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Промежуточная аттестация учебной дисциплины БД.08 «Физическая культура» – дифференцированный зачет, спецификация которого содержится в данном комплекте ФОС.

3.1 Назначение промежуточной аттестации

Оценить уровень подготовки студентов по БД.08 «Физическая культура» с целью установления их готовности к дальнейшему усвоению профессии 38.01.02. Продавец.

3.2 Структура дифференцированного зачета

Промежуточная аттестация по дисциплине «Физическая культура» предусмотрена в виде дифференцированного зачета. Дифференцированный зачёт проводится в соответствии с графиком учебного процесса. По окончании курса, студенты подготавливают реферативные работы.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ:

1. Здоровый образ жизни, факторы, влияющие на здоровье человека (режим дня, питание, сон, занятия физической культурой).
2. Физиологические основы закаливания человека (солнцем, воздухом и водой).
3. Пагубность вредных привычек (наркомания, алкоголь, курение).
4. Ежедневная утренняя гигиеническая гимнастика (комплекс физических упражнений).
5. Значение физических упражнений при плоскостопии (комплекс физических упражнений).
6. Значение физических упражнений при ожирении (комплекс физических упражнений).
7. Роль физических упражнений при дефектах осанки (комплекс физических упражнений).
8. Рациональное питание, как способ сохранения здоровья (режим питания, основные правила).

9. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (комплекс специальных упражнений).
10. ЛФК при заболеваниях органов дыхания (комплекс специальных упражнений).
11. Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни.
12. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.
13. Основные требования к организации здорового образа жизни.
14. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности.
15. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
16. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.
17. Формы и содержание самостоятельных занятий.
18. Гигиенические требования к проведению самостоятельных занятий.
19. Контроль и управление процессом самостоятельных занятий.
20. Составление программ для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
21. Врачебный контроль, его содержание.
22. Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля.
23. Методы оценки физической работоспособности.
24. Методы оценки уровня здоровья занимающихся.
25. Простейшие методики самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.
26. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
27. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие.

28. Степень влияния факторов физиологического, физического, психического характера на работоспособность студента.

29. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда.

30. Производственная физическая культура, ее цели и задачи.

31. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

32. Влияние индивидуальных особенностей и условий труда на содержание физической культуры специалистов, работающих на производстве.

Критерии оценки:

«5» (отлично) – за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором студент свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное выполнение практической работы.

«4» (хорошо) – если студент полно освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно выполняет практическое задание, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) – если студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) – если студент имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

3.3 Информационное обеспечение обучения

Основная литература

Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 класс. Базовый уровень : учебник / В. И. Лях. - 11-е изд., переработанное и дополненное - Москва : Просвещение, 2022. - 271 с.

Дополнительная литература

Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 156 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13349-3. — URL : <https://urait.ru/bcode/518990>

Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/517442>

Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/513286>

Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — URL : <https://urait.ru/bcode/511813>

Интернет-ресурсы

<https://myschool.edu.ru/> Образовательный портал «Моя школа»