

Федеральное государственное образовательное бюджетное  
учреждение высшего образования  
**«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»  
(Финансовый университет)**

Красноярский филиал Финуниверситета

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по  
учебно-методической работе  
Красноярского филиала  
Финуниверситета  
Верг О.С. Вергейчик  
« 04 » сентября 2025 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
по учебному предмету / дисциплине

**ОПБ.07 Физическая культура**  
(наименование учебного предмета/ дисциплины)

---

**40.02.04 Юриспруденция**

---

(код, наименование специальности)

Красноярск – 2025 г.

Фонд оценочных средств по учебному предмету разработан на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике.

Составители:

Дунаева Оксана Юрьевна, преподаватель ВКК

Фонд оценочных средств по учебному предмету рассмотрен и рекомендован к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии общих дисциплин

Протокол от «04» Сентября 2025 г. № 1

Председатель предметной (цикловой)  
комиссии

  
(подпись)

С.Г. Рипинский  
(инициалы, фамилия)

1. Паспорт фонда оценочных средств  
по учебному предмету «Физическая культура»  
40.02.04 Юриспруденция

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	ПК, ОК	Наименование темы	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>- основы здорового образа жизни;</li> <li>- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li> <li>- средства профилактики перенапряжения</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности</li> </ul>	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08	<p>Раздел 1 «Основы физической культуры»</p> <p>Тема 1.1. «Введение. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО»</p> <p>Тема 1.2. «Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья»</p> <p>Тема 1.3. «Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями»</p> <p>Тема 1.4. «Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки»</p> <p>Тема 1.5. «Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности»</p> <p>Тема 1.6. «Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста»</p>	Фронтальная беседа, устный опрос, защита реферата	Тестовое контрольное задание
	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08	<p>Раздел 2 «Легкая атлетика»</p> <p>Тема 2.1. «Бег на короткие, средние и длинные дистанции. Кроссовая подготовка»</p>	Контрольные нормативы (с учетом имеющегося заболевания)	

		Тема 2.2. «Прыжки»  Тема 2.3. «Метания»		
	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08	Раздел 3 «Гимнастика»  Тема 3.1. «Общеразвивающие упражнения»  Тема 3.2. «Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний»	Комплексы общеразвивающих упражнений. Комплексы упражнений для коррекции зрения, нарушений осанки. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.	
	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08	Раздел 4 «Лыжная подготовка»  Тема 4.1. «Техника передвижения на лыжах»  Тема 4.2. «Техника горнолыжной подготовки»  Тема 4.3. «Передвижение по пересеченной местности»	Контрольные упражнения по технике владения двигательными действиями (умения и навыки) с учетом имеющегося заболевания	
	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08	Раздел 5 «Волейбол»  Тема 5.1. «Индивидуальные действия игроков с мячом и без мяча»  Тема 5.2. «Групповые взаимодействия в защите»  Тема 5.3. «Групповые взаимодействия в нападении»  Тема 5.4. «Двусторонняя игра»	Контрольные упражнения по технике владения двигательными действиями (умения и навыки) с учетом имеющегося заболевания	
	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08	Раздел 6 «Баскетбол»  Тема 6.1. «Индивидуальные действия игроков с мячом и без мяча»  Тема 6.2.	Контрольные упражнения по технике владения двигательными действиями (умения и навыки) с учетом имеющегося заболевания	

		«Групповые взаимодействия в защите»  Тема 6.3. «Групповые взаимодействия в нападении»  Тема 6.4. «Двусторонняя игра»		
	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 08	Раздел 7. «Виды спорта (по выбору) Атлетическая гимнастика»  Тема 7.1. «Атлетическая гимнастика»	Контрольные упражнения по технике владения двигательными действиями (умения и навыки) с учетом имеющегося заболевания	

## 1. Комплект оценочных средств

### 1. Задание для текущего контроля успеваемости

#### Вопросы для фронтальной беседы, устного опроса

1. Физическая культура - часть общечеловеческой культуры.
2. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
3. Физическая культура в обеспечении здоровья.
4. Основы здорового образа жизни.
5. Личная гигиена. Закаливание и его гигиенические основы.
6. Физическая культура и спорт как средства сохранения здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
7. Физическая культура в структуре профессионального образования и ее профессиональная направленность.
8. Выбор видов спорта и упражнений для подготовки к будущей профессиональной деятельности.
9. Основные правила по технике безопасности на занятиях физической культуры.
10. Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

#### Составление и проведение комплекса физических упражнений

##### Перечень рекомендуемых комплексов упражнений:

1. Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов.
2. Комплекс упражнений в паре с партнером.
3. Комплекс упражнений с использованием гимнастических палок.
4. Комплекс упражнений с использованием гимнастических скамеек.

5. Комплекс упражнений с использованием гимнастических скакалок.
6. Комплекс упражнений с мячами.
7. Комплекс физкультурной микропаузы при утомлении глаз.
8. Комплекс упражнений физкультурной паузы для работников умственного труда.
9. Комплекс физических упражнений утренней гигиенической гимнастики.
10. Комплекс физических упражнений для развития мышц живота.
11. Комплекс физических упражнений для развития мышц спины.
12. Комплекс физических упражнений для развития силы мышц плечевого пояса.
13. Комплекс физических упражнений для развития силы мышц ног.
14. Комплекс физических упражнений для развития гибкости позвоночника.
15. Комплекс физических упражнений, способствующий формированию правильной осанки.

#### Оценка уровня физических способностей студентов (юноши)

№п/п	Физические способности	Контрольные упражнения (тест)	Возраст (лет)	Оценка в баллах		
				5	4	3
1.	Скоростные	Бег 30 м., сек.	16	4,4 и выше	5,1–4,8	5,2 и ниже
			17	4,3	5,0-4,7	5,2
2.	Координационные	Челночный бег 3х10 м, сек	16	7,3 и выше	8,0–7,7	8,2 и ниже
			17	7,2	7,9-7,5	8,1
3.	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см.	16	230 и выше	195–210	180 и ниже
			17	240	205-220	190
4.	Выносливость	6-минутный бег, м.	16	1500 и выше	1300–1400	1100 и ниже
			17	1 500	1300-1 400	1100
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см.	16	15 и выше	9–12	5 и ниже
			17	15	9-12	5
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз	16	11 и выше	8–9	4 и ниже
			17	12	9-10	4

#### Оценка уровня физических способностей студентов (девушки)

№ п/п	Физические способности	Контрольные упражнения (тест)	Возраст (лет)	Оценка в баллах		
				5	4	3
1.	Скоростные	Бег 30 м., сек.	16	4,8	5,9–5,3	6,1

			17	и выше 4,8	5,9-5,3	и ниже 6,1
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м, сек	16	8,4 и выше	9,3–8,7	9,7 и ниже
			17	8,4	9,3-8,7	9,6
3.	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см.	16	210 и выше	170–190	160 и ниже
			17	210	170-190	160
4.	Выносливость	6-минутный бег, м.	16	1300 и выше	1050–1200	900 и ниже
			17	1300	1050–1200	900
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см.	16	20 и выше	12–14	7 и ниже
			17	20	12-14	7
6.	Силовые	Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, количество раз	16	8 и выше	13–15	6 и ниже
			17	18	13-15	6

**Оценка уровня физической подготовленности юношей основного и подготовительного учебного отделения**

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 3000 м (мин., сек.)	12,30	14,00	б/вр
2. Бег на лыжах 5 км (мин., сек.)	25,50	27,20	б/вр
3. Плавание 50 м (мин., сек.)	45,00	52,00	б/вр
4. Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)	10	8	5
5. Прыжок в длину с места (см.)	230	210	190
6. Бросок набивного мяча 2 кг из-за головы (м.)	9,5	7,5	6,5
7. Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	13	11	8
8. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	12	9	7
9. Координационный тест - челночный бег 3×10 м (сек.)	7,3	8,0	8,3
10. Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)	7	5	3
11. Гимнастический комплекс упражнений: – утренней гимнастики; – производственной гимнастики; – релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	До 9	До 8	До 7,5

Примечание: студенты, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Оценка уровня физической подготовленности девушек основного и  
подготовительного учебного отделения

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1. Бег 2000 м (мин., сек.)	11,00	13,00	б/вр
2. Бег на лыжах 3 км (мин., сек.)	19,00	21,00	б/вр
3. Плавание 50 м (мин., сек.)	1,00	1,20	б/вр
4. Прыжок в длину с места (см.)	190	175	160
5. Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге)	8	6	4
6. Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)	20	10	5
7. Координационный тест - челночный бег 3×10 м (сек.)	8,4	9,3	9,7
8. Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м)	10,5	6,5	5,0
9. Гимнастический комплекс упражнений: – утренней гимнастики; – производственной гимнастики; – релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	До 9	До 8	До 7,5

Примечание: студенты, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Требования к результатам обучения студентов специального учебного  
отделения

1. Уметь определить уровень собственного здоровья по тестам.
2. Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики.
3. Овладеть элементами техники движений: релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах, в плавании.
4. Уметь составлять комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.
5. Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа.
6. Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов.
7. Повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкура, кроссовой и лыжной подготовки).
8. Овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений.



9. Знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности.
10. Уметь определять индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями. Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции.
11. Уметь выполнять упражнения:
- сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для девушек - руки на опоре высотой до 50 см);
  - подтягивание на перекладине (юноши);
  - поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки);
  - прыжки в длину с места;
  - бег 100 м.;
  - бег: юноши - 3 км, девушки - 2 км. (без учета времени);
  - тест Купера - 12-минутное передвижение;
  - плавание - 50 м (без учета времени);
  - бег на лыжах: юноши - 3 км, девушки - 2 км. (без учета времени).

**Контрольные упражнения по технике владения двигательными действиями  
(умения и навыки)**

Виды физических упражнений	Оценка в баллах		
	5	4	3
<b>Раздел 1 «Легкая атлетика»</b>			
1. Бег 100 м (сек.)			
• девушки	16,5	17,0	17,8
• юноши			
2. Бег (мин., сек.)			
• девушки 500 м	2,10	2,20	2,50
• юноши 1000 м	3,30	3,50	4,20
2. Бег (мин., сек.)			
• девушки 2000 м	11,00	13,00	б/вр
• юноши 3000 м	12,30	14,00	б/вр
3. Прыжок в длину с места (см.)			
• девушки	190	175	160
• юноши	230	210	190
4. Прыжок в длину с разбега (см.)			
• девушки	375	340	300
• юноши	440	400	340
5. Прыжок в высоту (см.)			
• девушки	120	115	105
• юноши	135	130	115

6. Метание малого мяча (м.) • девушки • юноши	28 45	23 40	18 31
7. Метание гранаты (м.) (дев. – 500 гр., юн. – 700 гр.) • девушки • юноши	18 32	13 26	11 22
Раздел 2 «Гимнастика»			
1. Комплекс упражнений для коррекции зрения	правильность составления и проведения комплекса упражнений с группой	незначительные ошибки при составлении и проведении комплекса упражнений с группой	значительные ошибки при составлении и проведении комплекса с группой
2. Комплекс упражнений для коррекции нарушений осанки	правильность составления и проведения комплекса упражнений с группой	незначительные ошибки при составлении и проведении комплекса упражнений с группой	значительные ошибки при составлении и проведении комплекса упражнений с группой
3. Комплекс упражнений вводной и производственной гимнастики	правильность составления и проведения комплекса упражнений с группой	незначительные ошибки при составлении и проведении комплекса упражнений с группой	значительные ошибки при составлении и проведении комплекса с группой
Раздел 3 «Лыжная подготовка»			
1. Классические лыжные ходы	правильная техника выполнения лыжных ходов	незначительные ошибки в технике выполнения лыжных ходов	значительные ошибки в технике выполнения лыжных ходов
2. Способы подъема, спуска, поворота, торможения	правильная техника выполнения подъемов, спусков, поворотов, торможений	незначительные ошибки в технике выполнения подъемов, спусков, поворотов, торможений	значительные ошибки в технике выполнения подъемов, спусков, поворотов, торможений
3. Бег на лыжах (мин., сек.) • девушки 3 км • юноши 5 км	19,00 25,50	21,00 27,20	б/вр б/вр
Раздел 4 «Волейбол»			

1. Передача мяча двумя руками сверху в парах (кол-во раз)	10 правильная техника передачи мяча	10 незначительные ошибки в технике передачи мяча	менее 10 незначительные ошибки в технике передачи мяча
2. Прием мяча двумя руками снизу в парах (кол-во раз)	10 правильная техника приема мяча	10 незначительные ошибки в технике приема мяча	менее 10 незначительные ошибки в технике приема мяча
3. Подача мяча через сетку (любым способом)	3 из 5 правильная техника подачи мяча	3 из 5 незначительные ошибки в технике подачи мяча	2 из 5 незначительные ошибки в технике подачи мяча
4. Техника нападающего удара	правильная техника нападающего удара	незначительные ошибки в технике нападающего удара	значительные ошибки в технике нападающего удара
5. Техника блокирования	правильная техника блокирования	незначительные ошибки в технике блокирования	значительные ошибки в технике блокирования
Раздел 5 «Баскетбол»			
1. Передача мяча с места и в движении в парах	правильная техника передачи мяча	незначительные ошибки в технике передачи мяча	ошибки в технике передачи мяча
2. Ведение мяча правой и левой рукой	правильная техника ведения мяча	незначительные ошибки в технике ведения мяча	ошибки в технике ведения мяча
3. Штрафной бросок мяча	3 из 5 правильная техника броска мяча	3 из 5 незначительные ошибки в технике броска мяча	2 из 5 незначительные ошибки в технике броска мяча
4. Бросок мяча в кольцо с двух шагов после ведения	правильная техника и точность попадания	незначительные ошибки в технике и точность попадания	незначительные ошибки в технике без попадания в кольцо
Раздел 6 «Виды спорта (по выбору) Атлетическая гимнастика»			
1. Упражнения атлетической гимнастики	правильная техника выполнения упражнений атлетической гимнастики	незначительные ошибки в технике выполнения упражнений атлетической гимнастики	значительные ошибки в технике выполнения упражнений атлетической гимнастики

Особый порядок освоения учебного предмета студентами инвалидами и лицами ОВЗ. Студенты из числа инвалидов и лиц с ограниченными

возможностями здоровья самостоятельно осваивает теоретические разделы учебной программы. Промежуточная аттестация студента проводится в форме защиты реферата.

### Темы рефератов

1. Обучение и совершенствование техники специальных упражнений бегуна.
2. Обучение и совершенствование техники высокого и низкого стартов.
3. Обучение и совершенствование техники передвижения на лыжах классическим стилем.
4. Обучение и совершенствование техники горнолыжной подготовки: спусков, подъемов, торможений, поворотов.
5. Обучение и совершенствование техники приема и передачи мяча в волейболе.
6. Обучение и совершенствование техники подачи мяча в волейболе.
7. Обучение и совершенствование техники перемещения в защитной стойке баскетболиста.
8. Обучение и совершенствование техники передачи мяча с места, в движении в баскетболе.

### 2. Вопросы и задание для промежуточной аттестации

#### Тестовое контрольное задание

##### Раздел 1 «Основы физической культуры»

1. Физическая культура это –
  - а) процесс совершенствования физических возможностей человека;
  - б) педагогический процесс, осуществляемый на уроках физической культуры;
  - в) часть общей культуры, связанная с физическим и духовным развитием человека;
  - г) регулярные занятия физическими упражнениями и спортом.
  - г) поддержание на протяжении многих лет высокой работоспособности.
2. Привычное положение тела человека при стоянии, ходьбе, сидении называют \_\_\_\_\_.
3. Гиподинамия – это недостаточная \_\_\_\_\_ активность.

##### Раздел 2 «Легкая атлетика»

1. Вид спорта, который объединяет ходьбу, бег, прыжки, метания и составленные из этих видов многоборья, называют \_\_\_\_\_.
2. В беге на длинные дистанции в лёгкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является \_\_\_\_\_.
3. Укажите снаряд, который не метают в лёгкой атлетике:
  - а) копье;

- б) стрела;
- в) молот;
- г) диск.

### Раздел 3 «Гимнастика»

1. Гимнастика (греч. «gymnastike» от «gymnazo») означает
  - а) развиваю, совершенствую
  - б) улучшаю, подготавливаю
  - в) упражняю, тренирую
  - г) преодолеваю, накачиваю
2. Физическое качество человека \_\_\_\_\_ — это способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой.
3. Совместные действия в строю в гимнастике — это \_\_\_\_\_ упражнения.

### Раздел 4 «Лыжная подготовка»

1. В 1924 году во Франции впервые лыжные гонки были включены в программу зимних \_\_\_\_\_ игр.
2. Лыжные гонки преимущественно развивают физическое качество \_\_\_\_\_.
3. В соревнованиях по лыжным гонкам для обгона лыжник подает сигнал:
  - а) касанием палкой соперника;
  - б) голосом;
  - в) касанием рукой соперника;
  - г) наездом на пятки лыж соперника.

### Раздел 5 «Волейбол»

1. Волейбол — это \_\_\_\_\_ игра.
2. Количество игроков одной волейбольной команды, находящихся одновременно на площадке в классическом волейболе \_\_\_\_ человек.
3. Какого способа подачи не существует?
  - а) нижняя прямая
  - б) двумя руками снизу
  - в) верхняя прямая
  - г) боковая

### Раздел 6 «Баскетбол»

1. В какой стране придумали баскетбол?
  - а) в США
  - б) в Испания
  - в) в Англия

г) в Россия

2. Сколько игроков обеих команд одновременно находятся на игровом поле во время игры баскетбол? \_\_\_\_\_ игроков.
3. Игрок, успешно реализовавший штрафной бросок мяча, приносит команде \_\_\_\_\_ очко.

## Раздел 7 «Виды спорта (по выбору) Атлетическая гимнастика»

1. Атлетическая гимнастика – это эффективное средство развития силы, выносливости организма, подвижности суставов, хотя, конечно, на первом месте в этом виде спорта — \_\_\_\_\_.
2. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на \_\_\_\_\_.

### 3. Критерии оценки

#### 1. Критерии оценки устного опроса:

Оценка «отлично» выставляется студенту, сформулировавшему полный и правильный ответ на вопрос, логично структурировавшему и изложившему материал. При этом студент должен показать знание специальной литературы. Для получения отличной оценки необходимо продемонстрировать умение обозначить проблемные вопросы в соответствующей области, проанализировать их и предложить варианты решений, дать исчерпывающие ответы на уточняющие и дополнительные вопросы.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, который дал полный правильный ответ на вопрос, с соблюдением логики изложения материала, но допустил при ответе отдельные неточности, не имеющие принципиального характера. Оценка «хорошо» может выставляться студенту, недостаточно чётко и полно ответившему на уточняющие и дополнительные вопросы.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, показавшему неполные знания, допустившему ошибки и неточности при ответе на вопрос, продемонстрировавшему неумение логически выстроить материал ответа и сформулировать свою позицию по проблемным вопросам. При этом хотя бы по одному из заданий ошибки не должны иметь принципиального характера. Студент, ответ которого оценивается «удовлетворительно», должен опираться в своем ответе на учебную литературу.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не дал ответа на вопрос; дал неверные, содержащие фактические ошибки ответы на все вопросы; не смог ответить на дополнительные и уточняющие вопросы. Неудовлетворительная оценка выставляется студенту, отказавшемуся отвечать на вопросы семинара

#### 2. Критерии оценки теста:

оценка «5» - правильных ответов 90–100%;

оценка «4» - правильных ответов 68–87%;  
оценка «3» - правильных ответов 50–67%;  
оценка «2» - правильных ответов <50%.

3. Критерии оценки реферата:

- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- правильность и полнота использования источников;
- соответствие оформления реферата стандартам.

4. Критерии оценки за технику владения двигательными действиями (умения, навыки):

Оценка «отлично» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и чётко.

Оценка «хорошо» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «удовлетворительно» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущены одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряжённому выполнению.

Оценка «неудовлетворительно» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.

5. Критерии оценки к составлению и проведению комплекса утренней гигиенической гимнастики, комплекса физических упражнений производственной гимнастики для работников умственного труда:

Оценка «отлично» - студент демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений производственной гимнастики для работников умственного труда или комплекс упражнений утренней гигиенической гимнастики. Может самостоятельно организовать место занятий, подобрать инвентарь, дать методические указания группе в ходе выполнения упражнений комплекса.

Оценка «хорошо» - Студент имеет незначительные ошибки или неточности в составленном комплексе упражнений производственной гимнастики для работников умственного труда или комплексе упражнений утренней гигиенической гимнастики. Студент испытывает затруднения в организации места занятий, подборе инвентаря, удовлетворительно контролирует ход выполнения упражнений комплекса.

Оценка «удовлетворительно» - Студент допускает грубые ошибки в подборе и демонстрации упражнений составленного комплекса производственной гимнастики для работников умственного труда или комплекса утренней гигиенической гимнастики. Испытывает затруднения в организации места занятий, подборе инвентаря, удовлетворительно контролирует ход выполнения упражнений комплекса

Оценка «неудовлетворительно» - Студент не владеет умениями

составления и проведения комплекса производственной гимнастики для работников умственного труда или комплекса утренней гигиенической гимнастики.

6. Критерии оценки за владение способами (умениями) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность;

Оценка «отлично» - студент демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической способности, или комплекс упражнений утренней, атлетической или ритмической гимнастики. Может самостоятельно организовать место занятий, подобрать инвентарь и применять его в конкретных условиях, контролировать ход выполнения заданий и оценить его.

Оценка «хорошо» - имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Оценка «удовлетворительно» - студент допускает грубые ошибки в подборе и демонстрации упражнений, направленных на развитие конкретной физической способности, утренней, атлетической и ритмической гимнастики. Испытывает затруднения в организации мест занятий, подборе инвентаря. Удовлетворительно контролирует ход и итоги задания.

Оценка «неудовлетворительно» - студент не владеет умениями осуществлять различные виды физкультурно-оздоровительной деятельности.