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
_____О.С. Вергейчик
«27» июня 2025г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине

СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

(наименование дисциплины)

специальность 40.02.04 Юриспруденция

(код, наименование специальности)

г. Красноярск – 2025

Фонд оценочных средств по дисциплине СГ.04 Физическая культура разработан на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 40.02.04 Юриспруденция.

Составители:
Григоренко Ольга Сергеевна, преподаватель 1КК

Фонд оценочных средств по дисциплине рассмотрен и рекомендован к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии профессиональных модулей

Протокол от «27» июня 2025 г. №11

Председатель предметной (цикловой) комиссии _____ М.В. Шестакова
(подпись) (инициалы, фамилия)

1. Паспорт фонда оценочных средств
по дисциплине СГ.04 Физическая культура
40.02.04 Юриспруденция

Результаты обучения (знания, умения)	Общие и профессиональные компетенции	Наименование темы	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль успеваемости	Промежуточная аттестация
В результате освоения дисциплины студент должен уметь: – 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 данной специальности; – выполнять контрольные нормативы, предусмотренные государственным стандартом при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма. В результате освоения дисциплины	ОК 04 ОК 08	Тема 1.1. Здоровый образ жизни	Тестирование по темам	Вопросы и задания для устного дифференцированного зачета
		Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Техника спортивной ходьбы		
		Тема 2.2. Бег на средние и длинные дистанции		
		Тема 2.3. Прыжок в длину с места		
		Тема 2.4. Эстафетный бег. Челночный бег		
		Тема 2.5. Выполнение контрольных нормативов		
		Тема 3.1. Стойка игрока, техника перемещений		
		Тема 3.2. Техника приема и передачи мяча двумя руками снизу и сверху		
		Тема 3.3. Техника подачи мяча		
		Тема 3.4. Тактика игры в защите и нападении		
		Тема 3.5. Основы методики судейства		
		Тема 3.6. Выполнение контрольно-тестовых заданий по волейболу		
		Тема 4.1. Стойка игрока, техника перемещений, остановок, поворотов		
		Тема 4.2. Техника передачи мяча		

студент должен знать: – роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; – основы здорового образа жизни; – условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной специальности; – правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности.		Тема 4.3. Техника ведения мяча, броска мяча в кольцо с места, в движении		
		Тема 4.4. Техника штрафного броска		
		Тема 4.5. Тактика игры в защите и нападении		
		Тема 4.6. Основы методики судейства		
		Тема 4.7. Выполнение контрольно-тестовых заданий по баскетболу		
		Тема 5.1. Строевые приемы		
		Тема 5.2 Техника акробатических упражнений		
		Тема 5.3 Составление и проведение обучающимися комплекса ОРУ		
		Тема 6.1. Игровая стойка, основные удары в бадминтоне		
		Тема 6.2. Подачи		
		Тема 6.3. Нападающий удар		
		Тема 6.4. Основы методики судейства		
		Тема 6.5. Атлетическая и дыхательная гимнастика		
		Тема 7.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов		

2. Комплект оценочных средств

Задания для текущего контроля успеваемости

Задание 1.
Прочитайте текст, запишите ответ

Сколько часов сна рекомендуется для взрослого человека?

Задание 2.
Прочитайте текст, выберите один верный ответ из четырех предложенных

Что относится к основным компонентам здорового образа жизни?
а) регулярное посещение врача и лечение народными средствами;
б) только утренняя зарядка и закаливание;
в) отсутствие болезней и прием витаминов;
г) рациональное питание, двигательная активность, отказ от вредных привычек, соблюдение режима.

Задание 3.
Прочитайте текст и установите соответствие

Соотнеси компонент здорового образа жизни с его характеристикой:

А) Рациональное питание	1. Систематическое воздействие природных факторов для повышения устойчивости организма.
Б) Двигательная активность	2. Чередование труда и отдыха, сна и бодрствования.
В) Закаливание	3. Сбалансированное потребление белков, жиров, углеводов, витаминов.
Г) Режим дня	4. Регулярные физические упражнения для поддержания тонуса организма.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

Ответ:

А	Б	В	Г

Задание 4.
Прочитайте текст, запишите ответ

Что проверяет норматив «бег 30 м»?

Задание 5.
Прочитайте текст, выберите один верный ответ из четырех предложенных

Что означает команда «Смирно!»?

а) расслабиться и опустить руки;
б) подняться на носки;
в) принять строевую стойку: пятки вместе, носки врозь, руки вдоль туловища;
г) присесть на корточки.

Задание 6.
Прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите дистанцию с ее характеристикой

А) 800 м	1. Средняя дистанция, сочетание скорости и выносливости
Б) 3000 м	2. 42 км 195 м, тактически сложное распределение сил
В) 5000 м	3. Средняя/длинная дистанция, требующая кислородной выносливости
Г) марафон	4. Длинная дистанция, выносливость и тактика

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

Ответ:

А	Б	В	Г

Задание 7.
Прочитайте текст, запишите ответ

Сколько игроков на площадке в одной баскетбольной команде?

Задание 8.
Прочитайте текст, выберите один верный ответ из четырех предложенных

До скольких очков играется партия в волейболе (кроме решающей)?
а) 15;
б) 25 (с разницей минимум в 2 очка);
в) 30;
г) 21.

Задание 9.
Прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите тактическое действие с его ролью:

А) Заслон	1. Нападающий ставит заслон и сразу откатывается для получения мяча
Б) Заслон с уходом	2. Резкая атака вперед сразу после получения мяча, до организации защиты
В) Перестроение	3. Игрок встает на пути защитника, освобождая партнера
Г) «Быстрый отрыв»	4. Смена позиций игроков для изменения рисунка атаки

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

Ответ:

А	Б	В	Г

Задание 10.
Прочитайте текст, запишите ответ

Какой фактор сильнее всего влияет на здоровье человека (по данным профилактической медицины)?

Задание 11.
Прочитайте текст, выберите один верный ответ из четырех предложенных

При прыжке в длину с места отталкивание должно быть:
а) поочередным (сначала одной ногой, потом другой);
б) одновременным двумя ногами;
в) только толчковой ногой;
г) с предварительным подскоком.

Задание 12.
Прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите фазу прыжка с ключевым требованием

А) Подготовка	1. Полное выпрямление ног, мощный взмах руками вверх-вперед
Б) Отталкивание	2. Полуприсед, руки отведены назад, корпус слегка наклонен вперед
В) Полет	3. Группировка, вытягивание ног вперед, руки вперед-вниз
Г) Приземление	4. Мягкое сгибание коленей, наклон корпуса вперед, руки вперед

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

Ответ:

А	Б	В	Г

Задание 13.
Прочитайте текст, запишите ответ

Сколько касаний мяча разрешается одной команде подряд (волейбол)?

Задание 14.
Прочитайте текст, выберите один верный ответ из четырех предложенных

Какой тип дыхания является правильным при силовых упражнениях?

а) задерживать дыхание при каждом усилии;
б) дышать только ртом;
в) дышать только через нос;
г) выдох на усилие, вдох при расслаблении.

Задание 15.
Прочитайте текст и запишите ответ

Установите правильную последовательность фаз в беге на короткие дистанции:

1) стартовый разгон;
2) финиширование;
3) старт;
4) бег по дистанции.

3. Критерии оценки:

Объем выполнения	Оценка	Критерии оценки
от 88 до 100	«отлично»	Теоретическое содержание предмета освоено полностью, сформированы необходимые практические навыки и умения, выполнены все задания
от 68 до 87	«хорошо»	Теоретическое содержание предмета освоено полностью, сформированы необходимые практические навыки и умения не в полном объеме, выполнены все задания, при выполнении которых были обнаружены ошибки и недочеты
от 50 до 67	«удовлетворительно»	Теоретическое содержание предмета освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, сформированы в основном необходимые практические навыки и умения, выполнено большинство заданий, при выполнении которых были обнаружены ошибки и недочеты
от 0 до 50	«неудовлетворительно»	Теоретическое содержание предмета не освоено, не сформированы необходимые практические навыки и умения, выполненные учебные задания содержат ошибки и недочеты.

4. Ключ (правильные ответы)

1. Ответ: 7–8 часов
2. Ответ: г
3. Ответ: А3, Б4, В1, Г2
4. Ответ: Скоростные качества
5. Ответ: в
6. Ответ: А1, Б3, В4, Г2
7. Ответ: 5
8. Ответ: б
9. Ответ: А3, Б1, В4, Г2
10. Ответ: Образ жизни
11. Ответ: б
12. Ответ: А2, Б1, В3, Г4
13. Ответ: 3
14. Ответ: г
15. Ответ: 3,1,4,2