

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования "Пермский
государственный национальный исследовательский
университет"**

Фонды оценочных средств
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Утверждено
Протокол №10
25.05.2022 .

Пермь, 2022

Фонды оценочных средств для аттестации по дисциплине Физическая культура

Планируемые результаты обучения по дисциплине для формирования компетенций и критерии их оценивания

Компетенция	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
Знание значений ценностей физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Знает ценностно-смысловые ориентиры и установки системы значимых социальных и межличностных отношений. Знает личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные действия в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике.	<p>Неудовлетворительно</p> <p>Не имеет личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок системы значимых социальных и межличностных отношений. Не знает личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности. Не имеет способностей к использованию в социальной, в том числе профессиональной, практике.</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично имеет ценностно-смысловые ориентиры и установки системы значимых социальных и межличностных отношений. Частично знает личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные действия в процессе целенаправленной двигательной активности. Частично имеет способности к использованию их в социальной, в том числе профессиональной, практике.</p> <p>Хорошо</p> <p>Имеет, но не всегда уверенное представление о формировании личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок системы</p>

		<p>значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике.</p> <p>Отлично</p> <p>Имеет четкое формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике.</p>
Знание особенностей влияния организованной двигательной активности на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек	<p>Знает и имеет устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни и обучению, к целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью.</p> <p>Испытывает неприятие к вредным привычкам: курение, употребление алкоголя, наркотиков.</p>	<p>Неудовлетворительно</p> <p>Не имеет сформированную устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни и обучению, к целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью.</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично имеет мотивацию к здоровому образу жизни и обучению, личностному совершенствованию двигательной активности с профессиональной направленностью. Испытывает неприятие к вредным</p>

		<p>привычкам: курение, употребление алкоголя, наркотиков.</p> <p>Хорошо</p> <p>Имеет мотивацию к здоровому образу жизни и обучению, но не всегда уверенную. Испытывает неприятие к вредным привычкам: курение, употребление алкоголя, наркотиков.</p> <p>Отлично</p> <p>Имеет сформированную устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни и обучению, к целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности свалеологической и профессиональной направленностью. Испытывает неприятие к вредным привычкам: курение, употребление алкоголя, наркотиков.</p>
Знание роли и значения физических упражнений в формировании здорового образа жизни	Знает основы здорового образа жизни и значение физических упражнений.	<p>Неудовлетворительно</p> <p>Не знает основы здорового образа жизни и значения физических упражнений. Не умеет использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни.</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично знает основы здорового образа жизни и значения физических упражнений. Частично умеет использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни.</p> <p>Хорошо</p>

		<p>Знает основы здорового образа жизни и значения физических упражнений, но не всегда умеет их применять. Умеет использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни.</p> <p>Отлично</p> <p>Знает основы здорового образа жизни и значения физических упражнений. Умеет использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни. Владеет современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.</p>
Знание основных технических элементов базовых видов спорта	Знает и владеет основными техническими элементами базовых видов спорта. Умеет применять технические элементы в игровой и соревновательной деятельности.	<p>Неудовлетворительно</p> <p>Не знает основные технические элементы базовых видов спорта. Не владеет техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, не умеет применять их в игровой и соревновательной деятельности, не готов к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично знает основные технические элементы базовых видов спорта. Частично владеет техническими приемами и двигательными</p>

		<p>действиями базовых видов спорта. Частично умеет применять их в игровой и соревновательной деятельности, не готов к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)</p> <p>Хорошо</p> <p>Знает основные технические элементы базовых видов спорта. Владеет техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, но не всегда уверенно умеет применять их в игровой и соревновательной деятельности, готов к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)</p> <p>Отлично</p> <p>Знает основные технические элементы базовых видов спорта. Владеет техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активно умеет применять их в игровой и соревновательной деятельности, готов к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)</p>
<p>Умение творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования,</p>	<p>Умеет применять личный творческого опыта использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной</p>	<p>Неудовлетворительно</p> <p>Не умеет применять личный творческого опыта использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности. Не имеет</p>

<p>формирования здорового образа жизни</p>	<p>активности.Имеет потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья.</p>	<p>потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья.</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично умеет применять личный опыт творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности. Частично имеет потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья.</p> <p>Хорошо</p> <p>Умеет применять опыт творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности, но не всегда умело. Имеет потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья.</p> <p>Отлично</p> <p>Умеет применять личный опыт творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности. Имеет потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья.</p>
<p>Умение обеспечивать сохранение и укрепление здоровья, развитие и</p>	<p>Имеет способность к построению индивидуальной</p>	<p>Неудовлетворительно</p> <p>Не имеет способность к построению индивидуальной</p>

<p>совершенствование психофизических качеств с помощью системы практических умений и навыков</p>	<p>образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков физической культуры. Владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности. Умеет использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p>	<p>образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков физической культуры. Не владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности. Не умеет использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично имеет способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков физической культуры. Частично владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности. Частично умеет использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p> <p>Хорошо</p> <p>Имеет способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков физической культуры, но не всегда уверенно. Владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности. Частично умеет использовать их в</p>
--	---	---

		<p>режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p> <p>Отлично</p> <p>Имеет способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков физической культуры. Владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности. Умеет использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p>
Умение использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей	Умеет использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья и достижения профессиональных целей.	<p>Неудовлетворительно</p> <p>Не умеет использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья и достижения профессиональных целей.</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично умеет использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья и достижения профессиональных целей.</p> <p>Хорошо</p> <p>Умеет использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья и достижения профессиональных целей, но не всегда уверенно.</p> <p>Отлично</p>

		<p>Умеет использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья и достижения профессиональных целей.</p>
--	--	--

Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации

Схема доставки : Базовая

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Зачет

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации : Оценка по дисциплине в рамках промежуточной аттестации определяется на основе баллов, набранных обучающимся на контрольных мероприятиях, проводимых в течение учебного периода.

Максимальное количество баллов : 100

Конвертация баллов в отметки

«отлично»- от 81 до 100

«хорошо» - от 61 до 80

«удовлетворительно» - от 43 до 60

«неудовлетворительно» / «незачтено» менее 43 балла

Мероприятие текущего контроля	Контролируемые элементы результатов обучения
Легкоатлетическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с учетом норматива.
Кроссовая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Бег 1000/500 м. с учетом норматива.
Общая физическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола с учетом норматива.

Спецификация мероприятий текущего контроля

Легкоатлетическая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

Показатели оценивания	Баллы
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 230 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 185 см (девушки)	30
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 227 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 182 см (девушки)	29
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 225 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 180 см (девушки)	28

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 222 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 178 см (девушки)	27
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 220 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 176 см (девушки)	26
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 217 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 174 см (девушки)	25
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 215 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 172 см (девушки)	24
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 212 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 170 см (девушки)	23
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 210 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 168 см (девушки)	22
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 208 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 165 см (девушки)	21
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 206 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 162 см (девушки)	20
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 204 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 160 см (девушки)	19
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 202 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 158 см (девушки)	18
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 200 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 156 см (девушки)	17
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 198 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 154 см (девушки)	16
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 195 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 152 см (девушки)	15
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 192 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 150 см (девушки)	14
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 185 см (юноши)Прыжок в длину с места толчком двумя ногами с результатом 145 см (девушки)	13

Кроссовая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставаемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

Показатели оценивания	Баллы
Бег 1000 метров с результатом 3 мин.40 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 1 мин.50 сек. (девушки)	30
Бег 1000 метров с результатом 3 мин.42 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 1	29

мин.52 сек. (девушки)	
Бег 1000 метров с результатом 3 мин.45 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 1 мин.55 сек. (девушки)	28
Бег 1000 метров с результатом 3 мин.47 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 1 мин.58 сек. (девушки)	27
Бег 1000 метров с результатом 3 мин.50 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.00 сек. (девушки)	26
Бег 1000 метров с результатом 3 мин.52 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.02 сек. (девушки)	25
Бег 1000 метров с результатом 3 мин.55 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.05 сек. (девушки)	24
Бег 1000 метров с результатом 3 мин.57 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.07 сек. (девушки)	23
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.00 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.10 сек. (девушки)	22
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.02 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.12 сек. (девушки)	21
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.05 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.15 сек. (девушки)	20
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.07 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.17 сек. (девушки)	19
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.10 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.20 сек. (девушки)	18
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.12 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.22 сек. (девушки)	17
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.14 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.25 сек. (девушки)	16
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.16 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.27 сек. (девушки)	15
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.18 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.30 сек. (девушки)	14
Бег 1000 метров с результатом 4 мин.20 сек. (юноши) Бег 500 метров с результатом 2 мин.35 сек. (девушки)	13

Общая физическая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **40**

Проходной балл: **17**

Показатели оценивания	Баллы
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 40 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 16 раз (девушки)	40
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 38 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в	38

упоре лежа от пола 14 раз (девушки)	
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 35 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 13 раз (девушки)	36
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 32 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 12 раз (девушки)	34
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 30 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 11 раз (девушки)	32
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 28 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 10 раз (девушки)	30
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 25 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 9 раз (девушки)	28
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 22 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 8 раз (девушки)	26
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 20 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 7 раз (девушки)	24
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 18 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 6 раз (девушки)	22
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 15 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 5 раз (девушки)	20
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 12 раз (юноши) Сгибание-разгибание рук в упоре лежа от пола 3 раз (девушки)	17

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Зачет

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации : Оценка по дисциплине в рамках промежуточной аттестации определяется на основе баллов, набранных обучающимся на контрольных мероприятиях, проводимых в течение учебного периода.

Максимальное количество баллов : 100

Конвертация баллов в отметки

«отлично» - от 81 до 100

«хорошо» - от 61 до 80

«удовлетворительно» - от 43 до 60

«неудовлетворительно» / «незачтено» менее 43 балла

Мероприятие текущего контроля	Контролируемые элементы результатов обучения
Лыжная подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Бег на лыжах 2000/3000 м. с учетом норматива.
Общая физическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Поднимание туловища за 1 минуту с учетом норматива.

Мероприятие текущего контроля	Контролируемые элементы результатов обучения
Легкоатлетическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Бег 60 м. с учетом норматива.

Спецификация мероприятий текущего контроля

Лыжная подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

Показатели оценивания	Баллы
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 00 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 15 мин. 30 сек. (юноши)	30
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 05 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 15 мин. 35 сек. (юноши)	29
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 10 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 15 мин. 40 сек. (юноши)	28
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 15 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 15 мин. 45 сек. (юноши)	27
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 20 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 15 мин. 50 сек. (юноши)	26
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 25 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 15 мин. 55 сек. (юноши)	25
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 30 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 00 сек. (юноши)	24
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 35 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 05 сек. (юноши)	23
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 40 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 10 сек. (юноши)	22
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 45 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 15 сек. (юноши)	21
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 50 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 20 сек. (юноши)	20
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 12 мин. 55 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 25 сек. (юноши)	19
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 13 мин. 00 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 30 сек. (юноши)	18
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 13 мин. 05 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 35 сек. (юноши)	17
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 13 мин. 10 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с	16

результатом 16 мин. 40 сек. (юноши)	
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 13 мин. 20 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 16 мин. 50 сек. (юноши)	15
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 13 мин. 30 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 17 мин. 00 сек. (юноши)	14
Бег на лыжах 2000 м. с результатом 13 мин. 40 сек. (девушки) Бег на лыжах 3000 м. с результатом 17 мин. 10 сек. (юноши)	13

Общая физическая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

Показатели оценивания	Баллы
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 50 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 35 раз (девушки)	30
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 48 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 33 раз (девушки)	29
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 45 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 31 раз (девушки)	28
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 43 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 29 раз (девушки)	27
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 40 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 27 раз (девушки)	26
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 37 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 25 раз (девушки)	25
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 33 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 23 раз (девушки)	24
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 30 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 22 раз (девушки)	23
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 27 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 21 раз (девушки)	22
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 25 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 20 раз (девушки)	21
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 23 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 19 раз (девушки)	19
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 21 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 18 раз (девушки)	17
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 20 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 16 раз (девушки)	15
Поднимание туловища за 1 минуту с результатом 18 раз (юноши) Поднимание туловища за 1 минуту 15 раз (девушки)	13

Легкоатлетическая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставаемый за мероприятие промежуточной аттестации: **40**

Проходной балл: **17**

Показатели оценивания	Баллы
Бег 60 м. с результатом 8,4 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 9,6 сек. (девушки)	40
Бег 60 м. с результатом 8,5 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 9,7 сек. (девушки)	39
Бег 60 м. с результатом 8,6 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 9,8 сек. (девушки)	38
Бег 60 м. с результатом 8,7 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 9,9 сек. (девушки)	37
Бег 60 м. с результатом 8,8 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,0 сек. (девушки)	36
Бег 60 м. с результатом 8,9 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,1 сек. (девушки)	35
Бег 60 м. с результатом 9,0 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,2 сек. (девушки)	34
Бег 60 м. с результатом 9,1 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,3 сек. (девушки)	33
Бег 60 м. с результатом 9,2 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,4 сек. (девушки)	32
Бег 60 м. с результатом 9,3 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,5 сек. (девушки)	30
Бег 60 м. с результатом 9,4 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,6 сек. (девушки)	28
Бег 60 м. с результатом 9,5 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,7 сек. (девушки)	26
Бег 60 м. с результатом 9,6 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,8 сек. (девушки)	24
Бег 60 м. с результатом 9,7 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 10,9 сек. (девушки)	22
Бег 60 м. с результатом 9,8 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 11,0 сек. (девушки)	20
Бег 60 м. с результатом 10,0 сек. (юноши) Бег 60 м. с результатом 11,1 сек. (девушки)	17

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Дифференцированный зачет

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации : Оценка по дисциплине в рамках промежуточной аттестации определяется на основе баллов, набранных обучающимся на контрольных мероприятиях, проводимых в течение учебного периода.

Максимальное количество баллов : 100

Конвертация баллов в отметки

«отлично» - от 81 до 100

«хорошо» - от 61 до 80

«удовлетворительно» - от 43 до 60

«неудовлетворительно» / «незачтено» менее 43 балла

Мероприятие текущего контроля	Контролируемые элементы результатов обучения
Легкоатлетическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Бег 1500/2000 м. с учетом норматива.

Компетенция	Мероприятие текущего контроля	Контролируемые элементы результатов обучения
	Легкоатлетическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Челночный бег 3 x 10 м. с учетом норматива.
	Общая физическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Прыжки на скакалке за 1 минуту с учетом норматива.

Спецификация мероприятий текущего контроля

Легкоатлетическая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

Показатели оценивания	Баллы
Бег 1500 м. с результатом 6 мин. 40 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 00 сек. (юноши)	30
Бег 1500 м. с результатом 6 мин. 45 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 07 сек. (юноши)	29
Бег 1500 м. с результатом 6 мин. 50 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 14 сек. (юноши)	28
Бег 1500 м. с результатом 6 мин. 55 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 21 сек. (юноши)	27
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 00 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 28 сек. (юноши)	26
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 05 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 35 сек. (юноши)	25
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 10 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 42 сек. (юноши)	24
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 15 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 49 сек. (юноши)	23
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 20 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 55 сек. (юноши)	22
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 25 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 03 сек. (юноши)	21
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 30 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 10 сек. (юноши)	20
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 35 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 17 сек. (юноши)	19
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 40 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 24 сек. (юноши)	18

Мероприятие текущего контроля	Контролируемые элементы результатов обучения
Легкоатлетическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Челночный бег 3 x 10 м. с учетом норматива.
Общая физическая подготовка Защищаемое контрольное мероприятие	Выполнение тестового упражнения Прыжки на скакалке за 1 минуту с учетом норматива.

Спецификация мероприятий текущего контроля

Легкоатлетическая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

Показатели оценивания	Баллы
Бег 1500 м. с результатом 6 мин. 40 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 00 сек. (юноши)	30
Бег 1500 м. с результатом 6 мин. 45 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 07 сек. (юноши)	29
Бег 1500 м. с результатом 6 мин. 50 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 14 сек. (юноши)	28
Бег 1500 м. с результатом 6 мин. 55 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 21 сек. (юноши)	27
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 00 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 28 сек. (юноши)	26
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 05 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 35 сек. (юноши)	25
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 10 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 42 сек. (юноши)	24
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 15 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 49 сек. (юноши)	23
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 20 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 8 мин. 55 сек. (юноши)	22
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 25 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 03 сек. (юноши)	21
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 30 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 10 сек. (юноши)	20
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 35 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 17 сек. (юноши)	19
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 40 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 24 сек. (юноши)	18

Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 45 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 31 сек. (юноши)	17
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 50 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 35 сек. (юноши)	16
Бег 1500 м. с результатом 7 мин. 55 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 38 сек. (юноши)	15
Бег 1500 м. с результатом 8 мин. 00 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 42 сек. (юноши)	14
Бег 1500 м. с результатом 8 мин. 10 сек. (девушки) Бег 2000 м. с результатом 9 мин. 50 сек. (юноши)	13

Легкоатлетическая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

Показатели оценивания	Баллы
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,4 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 7,2 сек. (юноши)	30
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,5 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 7,3 сек. (юноши)	29
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,6 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 7,4 сек. (юноши)	28
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,7 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 7,5 сек. (юноши)	27
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,8 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 7,6 сек. (юноши)	26
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,9 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 7,7 сек. (юноши)	25
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 9,0 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 7,8 сек. (юноши)	24
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 9,1 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 7,9 сек. (юноши)	23
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 9,2 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,0 сек. (юноши)	22
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 9,3 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,1 сек. (юноши)	21
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 9,4 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,2 сек. (юноши)	20
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 9,5 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,3 сек. (юноши)	19
Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 9,6 сек. (девушки) Челночный бег 3 x 10 м. с результатом 8,4 сек. (юноши)	18

результатом 8,4 сек. (юноши)	
Челночный бег 3 х 10 м. с результатом 9,7 сек. (девушки) Челночный бег 3 х 10 м. с результатом 8,5 сек. (юноши)	17
Челночный бег 3 х 10 м. с результатом 9,8 сек. (девушки) Челночный бег 3 х 10 м. с результатом 8,6 сек. (юноши)	16
Челночный бег 3 х 10 м. с результатом 9,9 сек. (девушки) Челночный бег 3 х 10 м. с результатом 8,7 сек. (юноши)	15
Челночный бег 3 х 10 м. с результатом 10,0 сек. (девушки) Челночный бег 3 х 10 м. с результатом 8,8 сек. (юноши)	13

Общая физическая подготовка

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **40**

Проходной балл: **17**

Показатели оценивания	Баллы
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 120 раз (девушки, юноши)	40
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 115 раз (девушки, юноши)	39
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 110 раз (девушки, юноши)	38
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 105 раз (девушки, юноши)	37
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 100 раз (девушки, юноши)	36
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 95 раз (девушки, юноши)	35
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 90 раз (девушки, юноши)	34
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 87 раз (девушки, юноши)	33
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 85 раз (девушки, юноши)	32
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 80 раз (девушки, юноши)	31
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 77 раз (девушки, юноши)	30
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 75 раз (девушки, юноши)	28
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 70 раз (девушки, юноши)	26
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 68 раз (девушки, юноши)	24
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 65 раз (девушки, юноши)	22
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 60 раз (девушки, юноши)	20
Прыжки на скакалке за 1 минуту с результатом 55 раз (девушки, юноши)	17