Приложение 2 к РПД
Лечебная физическая культура
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профили) Начальное образование.
Раннее обучение иностранным языкам
Форма обучения – очная
Год набора – 2023

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

1. Общие сведения

1.	Кафедра	Физической культуры, спорта и безопасности
	1 1	жизнедеятельности
		44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями
2.	Направление подготовки	подготовки)
	Направленность	Начальное образование. Раннее обучение иностранным
3.	(профиль)	языкам
	(профиль)	
4.	Дисциплина (модуль)	Лечебная физическая культура
5.	Форма обучения	Очная
6.	Год набора	2023

2. Перечень компетенций

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)

3. Критерии и показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования

	Этап	Формируемая	Критерии и показат	ели оценивания компет	енций	Формы
	формирования компетенции (разделы, темы дисциплины)	компетенция	Знать:	Уметь:	Владеть:	контроля сформированнос ти компетенций
1	Физические упражнения для избирательной специфической тренировки отдельных мышц и мышечных групп.	УК-7	нормы здорового образа жизни способы физического совершенствования организма методы и средства физической культуры систему самоконтроля при занятиях физкультурноспортивной деятельностью технику безопасности при занятиях физкультурноспортивной деятельностью спортивной деятельностью	правильно организовать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности определять цели и задачи физического воспитания, спортивной подготовки и физкультурно-оздоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние	обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической	работа на практических занятиях / составление комплекса упражнений / ведение дневника самоконтроля / участие в спортивных соревнованиях (в качестве участника, судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.)/ организационная деятельность (помощь в организации и проведении физкультурнооздоровительных и спортивномассовых мероприятий в качестве судьи, технического

	 		1			
						секретаря,
						волонтера и т.п.)
2.	Рефлекторные,	УК-7	нормы здорового	правильно	системой	работа на
	корригирующие,		образа жизни	организовать режим	практических	практических
	упражнения для		способы физического	времени, приводящий к	умений и навыков,	занятиях /
	развития		совершенствования	здоровому образу	обеспечивающих	составление
	координации		организма	жизни	сохранение и	комплекса
	движений и		методы и средства	использовать методы и	укрепление	упражнений /
	равновесия.		физической культуры	средства физической	здоровья, развитие	ведение дневника
	Механотерапия.		систему	культуры для	И	самоконтроля /
			самоконтроля при	обеспечения	совершенствование	участие в
			занятиях	полноценной	психофизических	спортивных
			физкультурно-	социальной и	способностей и	соревнованиях (в
			спортивной	профессиональной	качеств (с	качестве
			деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,
			технику безопасности	определять цели и	установленных	технического
			при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
			физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
			спортивной	спортивной подготовки	и спортивно-	организационная
			деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
				оздоровительной	подготовке);	(помощь в
				работы, как факторов	- средствами и	организации и
				гармонического	методами	проведении
				развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
				укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных
				человека	деятельности.	и спортивно-
				правильно оценивать и		массовых
				контролировать свое		мероприятий в
				физическое состояние		качестве судьи,
				1		технического
						секретаря,
						волонтера и т.п.)
3.	Упражнения на	УК-7	нормы здорового	правильно	системой	работа на
•	тренажерах.	, IC /	образа жизни	организовать режим	практических	практических
	Статические и		<u> </u>	времени, приводящий к	умений и навыков,	занятиях /
	CTATH TOURNE H		спосооы физического	ремени, приводящии к	ymeninin naddikub,	Juliatrian /

дыхательные упражления. Организма методы и средства и методы и средства физической культуры для обеспечения полногенной пехоновать методы и соврешенствование и упражлений / участие в пологовной подготовкой деятельностью деятельностью одоровительной работы, как факторов гармопического развития личности, укрепления здоровья, развитие и спортивных софевнования и полногенной подготовкой и перотивной подготовкой и перотив		динамические	совершенствования	здоровому образу	обеспечивающих	составление
упражнения. Гитиеническая гимнастика. методы и средства физической культуры гимнастика. методы и средства физической культуры систему самоконтроля при занятиях физкультурно- спортивной деятельностью технику безопасности при занятиях физкультурно- спортивной деятельностью технику безопасности при занятиях физкультурно- спортивной деятельностью адачи физического одоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепление участика судьи, технического подповк): - средствами и физичаской подготовки подпотовки подпотовки подпотовки подпотовки подпотовку подноговку подпотовку подми физической подготовку подпотовку поднического подпотовку подтотовку подпотовку подтотовку подтотовку подпотовку подпотовку подтотовку подтотовку подпото			-		· ·	
Питипастика. физической культуры для семетему культуры для обеспечения полноценной спортивной деятельностью физкультурно- спортивной деятельностью и дизкультурно- спортивной деятельностью и дизкультурно- спортивной деятельностью и дизкультурно- оздоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физического семерствами и методы и дерествования организовать режим прогудки, подъем по лестнице). 4. Лечебная ходьба (ходьба силя, прогудки, подъем по дестнице). Общеукрепляющие и специальные физические физической культуры обеспечивающих и спортивной оздоровительных и спортивной подготовке); организации и проведении физкультурно-спортивной деятельности. Ведение дисвиния и способностей и спектования и прифессиональной пектомузического образа жизни способы физического состоящие и специальные физической культуры физической упражнений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление и практических занятиях / составление и специальные физической культуры физической упражнений и дерества физической упражнений и проведении доровы, развитие в семокоптроля / счетов и спетования и прифесствования и спектому прастетей в престивной пектому спортивной пектому ставить и примество с скретаря, прогумси, подъем по образа жизни способы физическог остоящий к зароровому образу жизни и спектования и практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление и укрепление и упражнений и прожений и практических упражнений и прожений и практических упражнений упражнений и прожений и прожений и практических упражнений и прожений и прожений и прожений и прожений и практических умений и методы и средства физической составление образовать методы и средства физической и прожения и практической и прожения и пр			<u>*</u>		_	
гимнастика. систему самокоптроля при обеспечения полноценной психофизических способностей и даянтиях физкультурно- спортивной профессиональной качеств (с даятельностью технику безопасности при занятиях физкультурно- спортивной поделять цели и определять цели и опроженных оправитиям подготовке и физкультурно- спортивной подготовке и оправитывного образь жизни способы физическое состоящие и специальные организма и способы физического оправиты, прогулки, подъем по дестице). 4. Лечебная ходьба (ходьба силя, прогулки, подъем по дестице). Общеукрепляющие и специальные и специальные и специальные физической сотавление и специальные физической упражитици и спортивной практических умений и навыков, запровья, развитие обеспечивающих сохранение и укрепление и упражнений упражн		• •	<u>=</u>		* *	* *
самоконтроля при занятиях физкультурно- спортивной деятельностью технику безопасносты технику безопасносты при занятиях физкультурно- спортивной деятельностью технику безопасности технику безопасности технику безопасности при занятиях физкультурно- спортивной деятельностью и физкультурно- спортивной спортивной подготовкей подготовкей и спортивной подготовкей и физкультурно- оздоровительной работы, как факторов технической деятельность укрепления длоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние и физкультурно- образа жизни прогудки, подьем по лестиице). 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогудки, подьем по лестиице). Общеукрепляющие и специальные физической составление физической учльтуры организма прогудки, подьем по лестинце). Общеукрепляющие и специальные физической учльтуры организма и спользовать методы и средства физической учльтуры организма и спользовать методы и укрепление упражнений / мазической упражнений / мазической охранение и специальные физической учльтуры организма и практических здоровья, развитие ведение дневника		гимнастика.			1 1	самоконтроля /
Заінятиях физкультурно- социальной и спортивной спортивной профессиональной деятельностью деятельностью технику безопасности при занятиях адачи физического физкультурно- спортивной пработы, как факторов гармонического развития личпости, укрепления здоровых человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние (ходьба сидя, прогузки, подъем по лестнице). 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогузки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физической и специальные физической образу жазыны способы физической и специальные физической и специальные физической укультуры сперства физической укультуры спортовки и специальные физической укультуры сперства физической и специальные физической культуры специальные физической укультуры специальные физической укультуры специальные и специальные физической укультуры специальной и специальной и специальной и специальные физической укультуры специальной и специальной и специальные физической укультуры образу укрепление укрепле			<u>*</u>		совершенствование	-
физкультурно- спортивной деятельностию технику безопасности при занятиях задачи физического мощьей физического секретаря, волонтера и т.п.) / организации и проведении и нетоды и спортивной деятельностию оздоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние и спортужн, подъем по лестнице). 4. Лечебная ходьба УК-7 нормы здорового обрежения, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физической культуры образи жизии специальные физической культуры образи жизии опециаваные физической составляющих и спортивной деятельность подтотовкей п			• •	полноценной	<u> </u>	•
спортивной деятельностью технику безопасности при занятиях физкультурно- спортивной деятельностью и физкультурно- спортивной спортивной подготовки деятельностью и физкультурно- оздоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, протулки, подъем по лестнице). Обпеукрепляющие и специальные физической культуры организма и специальные физической культуры и специальные физической культуры организма и спедства физической сорраня и спедивать не физической культуры организма и спедства физической усредства физической уденение и укрепление здоровья, развитие ведение деятельности.			физкультурно-	социальной и	_	-
технику безопасности при занятиях физкультурно- спортивной деятельностью идеятельностью идеятельность и испортивной подготовки и испортивной оздоровительной подготовке); (помощь в деятельность подтотовке); (помощь в деятельность подтотовке); (помощь в деятельность подтотовке); (помощь в деятельность подтотовке); (помощь в деятельность и спортивной оздоровья деятельность и спортивной оздоровьят свое физическое состояние использовать свое физическое состояние использовать режим прогулки, подъем по деетнице). Общеукрепляющие и специальные физической подготовке); (помощь в деятельность и спортивной оздоровьях методым и прогушеной и правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние и способы физического секретаря, волонтера и т.п.) работа на практических практических практических здоровому образу жизни обеспечивающих сохранение и комплекса использовать методы и средства физической и средства физической здоровья, развитие ведение дневника				профессиональной	качеств (с	качестве
ядачи физического воспитания, спортивной и физкультурно- общей физической деятельностью и физкультурно- оздоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические физической укльтуры образа жизни организма и споствав физической укльтуры обеспечивающих сохранение и специальные физической культуры общеукрепляющие и специальные физической культуры общежувать организма и спортивно негоды и средства физической укльтуры общежувать режим организма и спользовать методы и средства физической культуры общежувать режим организма организма и споства физической культуры общежувать режим организма организацион организма о			деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,
физкультурно- спортивной деятельностью одоровительной работы, как факторов гармопического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по деетнице). Общеукрепляющие и специальные физические одоровать в подтотовки, подъем по деетнице). Общеукрепляющие и специальные физическое физическое физической деятельность подтотовке); (помощь в организации и проведении физкультурно- спортивной деятельности. и физкультурно- одадоровительных и спортивной деятельности. и спортивно подтотовке); (помощь в организации и проведении физкультурно- спортивной деятельности. и сподтивно- подтотовке, подтотовке, подтотовке); (помощь в организации и проведении физкультурно спортивной деятельности. и спортивно подтотовке, подтотовке подтотовке подтотовке подтотовке подтотовке подтотовке подтотовке подтотовке			технику безопасности	определять цели и	установленных	технического
спортивной деятельностью спортивной подготовки и физкультурно- оздоровительной работы, как факторов гарменического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические физической (помощь в подготовке); (помощь в организации и проведении физкультурно- спортивной подготовкей; (помощь в подготовке); (помощь в организации и проведении физкультурно- оздоровительных деятельности. и спортивной деятельности. и спортивно- массовых мероприятий в качестве судьи, технического секретаря, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физической культуры физической культуры организовать методы и средства физической культуры средства физической культуры обраства физической культуры обраства физической культуры обраства физической культуры обраства физической здоровья, развитие ведение дневника			при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
деятельностью			физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
оздоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физическое физическое и специальные физическое физической культуры организма методы и средства физической судьта физической культуры оботы правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние Травильно оценивать и контролировать свое физической составление и составление и спортивной оздоровительных и спортивной оздоровати и спортивном и спортивно			спортивной	спортивной подготовки	и спортивно-	организационная
работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические Общеукрепляющие физической культуры физической культуры образа жизни способы физического совершенствования и специальные физической культуры физической культурно-спортивной оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в качестве судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.) правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние правильно оценивать и контролировать режим практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление упражнений / ведение дневника			деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
Тармонического развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физическое методы и средства физическое физической культуры образа жизни и специальные физической культуры образа жизни и специальные физической культуры правильно оценивать и контролировать свое физической культуры правильно остетования здорового образа жизни специальные физической культуры правильно организовать режим времени, приводящий к здоровому образу обеспечивающих составление и сохранение и укрепление упражнений / ведение дневника				оздоровительной	подготовке);	(помощь в
развития личности, укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические физической культуры образа жизни и специальные физические физической культуры правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние и спедиальные физической культуры правильно оправильно образа жизни специальные физической культуры правильно организовать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни сподъзовать методы и средства физической культуры обраства физической культуры образи и сподъзовать методы и средства физической средства физической здоровья, развитие ведение дневника				работы, как факторов	- средствами и	организации и
укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические и специальные физические физической культуры Укрепления здоровья человека правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние Технического секретаря, волонтера и т.п.) правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние Технического секретаря, волонтера и т.п.) правильно оценивать и контролировать свое физического секретаря, волонтера и т.п.) правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние Технической и спортивной деятельности. Правильно оценивать и контролировать овения практических умений и навыков, обеспечивающих составление и укрепление и укрепление упражнений / ведение дневника				гармонического	методами	проведении
4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические физические физические физической культуры 4. Нормы здорового образа жизни способы физического совершенствования и специальные физические физической культуры 1. Печебная ходьба (УК-7 нормы здорового образа жизни способы физического совершенствования и специальные физической культуры 2. Печебная ходьба (УК-7 нормы здорового образа жизни способы физического совершенствования и способы физической культуры 3. Печебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Совершенствования и специальные физической культуры 4. Печебная ходьба (ходьба сидя, правильно образа жизни способы физической здоровому образу обеспечивающих составление и укрепление упражнений / ведение дневника				развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физическое обтожнае и специальные физическое обтожнае и специальные физическое обтожнае и специальные физическое обтожнае и специальные физической культуры правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние массовых мероприятий в качестве судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.) правильно оценивать и контролировать свое физическог остехнического собереная и справильно организовать режим практических умений и навыков, занятиях / составление сохранение и комплекса упражнений / ведение дневника				укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных
контролировать свое физическое состояние контролировать свое физическое состояние контролировать свое физическое состояние контролировать свое физического секретаря, волонтера и т.п.) 4. Лечебная ходьба УК-7 нормы здорового (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физической и специальные физической культуры средства физической здоровья, развитие контролировать свое физическое состояние мероприятий в качестве судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.) работа на практических умений и навыков, занятиях / составление сохранение и упражнений / ведение дневника				человека	деятельности.	и спортивно-
физическое состояние качестве судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.) 4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физической культуры физической средства физической ведение дневника				правильно оценивать и		массовых
4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические физической культуры гредства физической культуры гредства физической здоровья, развитие технического секретаря, волонтера и т.п.) работа на практических умений и навыков, занятиях / обеспечивающих составление комплекса упражнений / укрепление упражнений / ведение дневника				контролировать свое		мероприятий в
4. Лечебная ходьба УК-7 нормы здорового правильно системой практических прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические и спедиальные физического физической культуры семета физической культуры семета физической здоровья, развитие ведение дневника				физическое состояние		качестве судьи,
4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физические физической культуры средства физической здоровья, развитие ведение дневника						технического
4. Лечебная ходьба (ходьба сидя, (ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). УК-7 нормы здорового образа жизни организовать режим практических прогулки, подъем по лестнице). прогулки, подъем по совершенствования обеспечивающих составление и и специальные и специальные физической культуры здоровому образу обеспечивающих составление и комплекса использовать методы и укрепление упражнений / физической культуры комплекса упражнений / комплекса упражне						секретаря,
(ходьба сидя, прогулки, подъем по лестнице). образа жизни образа жизни способы физического совершенствования и специальные физические образа жизни организовать режим практических умений и навыков, занятиях / составление и умений и навыков, занятиях / составление комплекса упражнений / сохранение и укрепление упражнений / физические						
прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физической физической культуры прогулки, подъем по лестнице). Общеукрепляющие и специальные физической культуры прогулки, подъем по специальные физической культуры прогулки, подъем по специальные прогулки, подъем по спесиобы физического времени, приводящий к умений и навыков, занятиях / составление комплекса укрепление упражнений / средства физической здоровья, развитие ведение дневника	4.	, ,		-	системой	работа на
лестнице). Общеукрепляющие организма жизни сохранение и комплекса упражнений / физические физической культуры средства физической здоровья, развитие ведение дневника			-		_ -	-
Общеукрепляющие и специальные и специальные физические физической культуры средства физической здоровья, развитие ведение дневника			-	-	1 -	занятиях /
и специальные методы и средства использовать методы и укрепление упражнений / физические физической культуры средства физической здоровья, развитие ведение дневника		· ·	•	здоровому образу	· ·	составление
физические физической культуры средства физической здоровья, развитие ведение дневника		• •	*		_	
			*		• •	* 1
упражнения. систему культуры для и самоконтроля /		1		* *	здоровья, развитие	
		упражнения.	систему	культуры для	И	самоконтроля /

			1	Τ ~	Γ	
			самоконтроля при	обеспечения	совершенствование	участие в
			занятиях	полноценной	психофизических	спортивных
			физкультурно-	социальной и	способностей и	соревнованиях (в
			спортивной	профессиональной	качеств (с	качестве
			деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,
			технику безопасности	1 *	установленных	технического
			при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
			физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
			спортивной	спортивной подготовки	и спортивно-	организационная
			деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
				оздоровительной	подготовке);	(помощь в
				работы, как факторов	- средствами и	организации и
				гармонического	методами	проведении
				развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
				укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных
				человека	деятельности.	и спортивно-
				правильно оценивать и		массовых
				контролировать свое		мероприятий в
				физическое состояние		качестве судьи,
						технического
						секретаря,
						волонтера и т.п.)
5.	Комплексирование	УК-7	нормы здорового	правильно	системой	работа на
	средств и форм ЛФК		образа жизни	организовать режим	практических	практических
	в зависимости от		способы физического	времени, приводящий к	умений и навыков,	занятиях /
	двигательного		совершенствования	здоровому образу	обеспечивающих	составление
	режима.		организма	жизни	сохранение и	комплекса
			методы и средства	использовать методы и	укрепление	упражнений /
			физической культуры	средства физической	здоровья, развитие	ведение дневника
			систему	культуры для	И	самоконтроля /
			самоконтроля при	обеспечения	совершенствование	участие в
			занятиях	полноценной	психофизических	спортивных
			физкультурно-	социальной и	способностей и	соревнованиях (в
			спортивной	профессиональной	качеств (с	качестве
			деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,

П						
			•	_	установленных	технического
			при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
			физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
			спортивной	спортивной подготовки	и спортивно-	организационная
			деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
				оздоровительной	подготовке);	(помощь в
				работы, как факторов	- средствами и	организации и
				гармонического	методами	проведении
				развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
				укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных
				человека	деятельности.	и спортивно-
				правильно оценивать и		массовых
				контролировать свое		мероприятий в
				физическое состояние		качестве судьи,
						технического
						секретаря,
						волонтера и т.п.)
6.	Физические	УК-7	нормы здорового	правильно	системой	работа на
	упражнения для		образа жизни	организовать режим	практических	практических
	избирательной		способы физического	времени, приводящий к	умений и навыков,	занятиях /
	специфической		совершенствования	здоровому образу	обеспечивающих	составление
	тренировки		организма	жизни	сохранение и	комплекса
	отдельных мышц и		методы и средства	использовать методы и	укрепление	упражнений /
	мышечных групп.		физической культуры	средства физической	здоровья, развитие	ведение дневника
	1 3		систему	культуры для	И	самоконтроля /
			самоконтроля при	обеспечения	совершенствование	участие в
			занятиях	полноценной	психофизических	спортивных
			физкультурно-	социальной и	способностей и	соревнованиях (в
			спортивной	профессиональной	качеств (с	качестве
			деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,
					установленных	технического
			при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
			физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
			спортивной	спортивной подготовки	и спортивно-	организационная
			деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
			делтельностью	ы физкалотарыс-	телпической	делтельность

				озпоровительной	подготовке);	(помощь в
				оздоровительной работы, как факторов	* *	`
				1	- средствами и	организации и
				гармонического	методами	проведении
				развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
				укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных
				человека	деятельности.	и спортивно-
				правильно оценивать и		массовых
				контролировать свое		мероприятий в
				физическое состояние		качестве судьи,
						технического
						секретаря,
						волонтера и т.п.)
7.	Правила	УК-7	нормы здорового	правильно	системой	работа на
	самостоятельного		образа жизни	организовать режим	практических	практических
	подбора,		способы физического	времени, приводящий к	умений и навыков,	занятиях /
	составление и		совершенствования	здоровому образу	обеспечивающих	составление
	выполнение		организма	жизни	сохранение и	комплекса
	упражнений ЛФК.		методы и средства	использовать методы и	укрепление	упражнений /
			физической культуры	средства физической	здоровья, развитие	ведение дневника
			систему	культуры для	И	самоконтроля /
			самоконтроля при	обеспечения	совершенствование	участие в
			занятиях	полноценной	психофизических	спортивных
			физкультурно-	социальной и	способностей и	соревнованиях (в
			спортивной	профессиональной	качеств (с	качестве
			деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,
			технику безопасности	определять цели и	установленных	технического
			при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
			физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
			спортивной	спортивной подготовки	и спортивно-	организационная
			деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
				оздоровительной	подготовке);	(помощь в
				работы, как факторов	- средствами и	организации и
				гармонического	методами	проведении
				развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
				укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных

				начарама	подтони иссли	H OHOMEHEY!
				человека	деятельности.	и спортивно-
				правильно оценивать и		массовых
				контролировать свое		мероприятий в
				физическое состояние		качестве судьи,
						технического
						секретаря,
						волонтера и т.п.)
8.	Методы	УК-7	нормы здорового	правильно	системой	работа на
	самоконтроля при		образа жизни	организовать режим	практических	практических
	выполнении		способы физического	времени, приводящий к	умений и навыков,	занятиях /
	упражнений ЛФК.		совершенствования	здоровому образу	обеспечивающих	составление
			организма	жизни	сохранение и	комплекса
			методы и средства	использовать методы и	укрепление	упражнений /
			физической культуры	средства физической	здоровья, развитие	ведение дневника
			систему	культуры для	И	самоконтроля /
			самоконтроля при	обеспечения	совершенствование	участие в
			занятиях	полноценной	психофизических	спортивных
			физкультурно-	социальной и	способностей и	соревнованиях (в
			спортивной	профессиональной	качеств (с	качестве
			деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,
			технику безопасности	определять цели и	установленных	технического
			при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
			физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
			спортивной	The state of the s	и спортивно-	организационная
			деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
				оздоровительной	подготовке);	(помощь в
				работы, как факторов	- средствами и	организации и
				гармонического	методами	проведении
				развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
				укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных
				человека	деятельности.	и спортивно-
				правильно оценивать и	долгольности.	массовых
				контролировать свое		мероприятий в
				физическое состояние		
				физическое состояние		качестве судьи,
						технического

	<u> </u>		1			
						секретаря,
						волонтера и т.п.)
9.	Правила	УК-7	нормы здорового	правильно	системой	работа на
	самостоятельного		образа жизни	организовать режим	практических	практических
	подбора,		способы физического	времени, приводящий к		занятиях /
	составление и		совершенствования	здоровому образу	обеспечивающих	составление
	выполнение		организма	жизни	сохранение и	комплекса
	упражнений ЛФК.		методы и средства	использовать методы и	укрепление	упражнений /
			физической культуры	средства физической	здоровья, развитие	ведение дневника
			систему	культуры для	И	самоконтроля /
			самоконтроля при	обеспечения	совершенствование	участие в
			занятиях	полноценной	психофизических	спортивных
			физкультурно-	социальной и	способностей и	соревнованиях (в
			спортивной	профессиональной	качеств (с	качестве
			деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,
			технику безопасности	определять цели и	установленных	технического
			при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
			физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
			спортивной	спортивной подготовки	_	организационная
			деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
				оздоровительной	подготовке);	(помощь в
				работы, как факторов	- средствами и	организации и
				гармонического	методами	проведении
				развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
				укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных
				человека	деятельности.	и спортивно-
				правильно оценивать и		массовых
				контролировать свое		мероприятий в
				физическое состояние		качестве судьи,
				1		технического
						секретаря,
						волонтера и т.п.)
10.	Прикладное	УК-7	нормы здорового	правильно	системой	работа на
10.	значение	V 11. /	образа жизни	организовать режим	практических	практических
	упражнений ЛФК.			времени, приводящий к	умений и навыков,	занятиях /
	упражнении лчк.		спосооы физического	ремени, приводящии к	умснии и навыков,	Ι ΛΚΝΙΚΠΩς

	T			Ι _	
		совершенствования	здоровому образу	обеспечивающих	составление
		организма	жизни	сохранение и	комплекса
		методы и средства	использовать методы и	укрепление	упражнений /
		физической культуры	средства физической	здоровья, развитие	ведение дневника
		систему	культуры для	И	самоконтроля /
		самоконтроля при	обеспечения	совершенствование	участие в
		занятиях	полноценной	психофизических	спортивных
		физкультурно-	социальной и	способностей и	соревнованиях (в
		спортивной	профессиональной	качеств (с	качестве
		деятельностью	деятельности	выполнением	участника, судьи,
		технику безопасности	определять цели и	установленных	технического
		при занятиях	задачи физического	нормативов по	секретаря,
		физкультурно-	воспитания,	общей физической	волонтера и т.п.)/
		спортивной	спортивной подготовки	и спортивно-	организационная
		деятельностью	и физкультурно-	технической	деятельность
			оздоровительной	подготовке);	(помощь в
			работы, как факторов	- средствами и	организации и
			гармонического	методами	проведении
			развития личности,	физкультурно-	физкультурно-
			укрепления здоровья	спортивной	оздоровительных
			человека	деятельности.	и спортивно-
			правильно оценивать и		массовых
			контролировать свое		мероприятий в
			физическое состояние		качестве судьи,
					технического
					секретаря,
					волонтера и т.п.)

Шкала оценивания в рамках балльно-рейтинговой системы

«не зачтено» – 60 баллов и менее; «зачтено» – 61-100 баллов

4. Критерии и шкалы оценивания

4.1. Критерии оценки работы на практических занятиях

При выполнении всех заданий преподавателя в соответствии с программой дисциплины, студенту начисляется 1 балл.

4.2. Критерии оценки составления комплекса подводящих упражнений по направлению подготовки для студентов, отнесенных к подготовительной и специальной группам здоровья

Комплексы упражнений оцениваются в соответствии с количеством упражнений: 1 упражнение – 1 балл.

4.3. Критерии оценки ведение дневника самоконтроля для студентов, отнесенных к подготовительной и специальной группам здоровья

Баллы	Критерии оценивания
5	Дневник заполнен в соответствии с требованиями
4-1	Дневник заполнялся не систематически
0	Дневник не представлен

4.4. Критерии оценки на зачете: (в билете 2 вопроса). Каждый вопрос – 20 баллов

Баллы	Характеристики ответа студента
20-16	- студент глубоко и всесторонне усвоил проблему;
	- уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает;
	- опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно
	привязывает усвоенные научные положения с практической
	деятельностью;
	- умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи;
	- делает выводы и обобщения;
	- свободно владеет понятиями
15-11	- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее,
	опираясь на знания основной литературы;
	- не допускает существенных неточностей;
	- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;
	- аргументирует научные положения;
	- делает выводы и обобщения;
	- владеет системой основных понятий
10-6	- тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент освоил
	проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только
	основной литературы;
	- допускает несущественные ошибки и неточности;
	- испытывает затруднения в практическом применении знаний;
	- слабо аргументирует научные положения;
	- затрудняется в формулировании выводов и обобщений;
	- частично владеет системой понятий
5-1	- студент не усвоил значительной части проблемы;
	- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;
	- испытывает трудности в практическом применении знаний;
	- не может аргументировать научные положения;
	- не формулирует выводов и обобщений;

	- частично владеет системой понятий
0	- студент не ответил на вопрос

4.4. Критерии оценки по дополнительному блоку «Участие в спортивных соревнованиях (в качестве участника, судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.)»

При условии предоставления подтверждающих документов преподавателю (грамота, сертификат, диплом участника, протокол соревнований) студент получает 10 баллов, не зависимо от количества соревнований.

4.5. Критерии оценки по дополнительному блоку «Организационная деятельность (помощь в организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в качестве судьи, технического секретаря, волонтера и т.п.)»

При условии предоставления подтверждающих документов преподавателю (грамота, сертификат, диплом участника, протокол соревнований) студент получает 10 баллов, не зависимо от количества соревнований.

5. Типовые контрольные задания и методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

5.1. Пример оформления комплекса упражнений по легкой атлетике

- 1. И. п. низкий старт. Бег 30 м. Повторить 5-8 раз. Сосредоточить внимание на современном выходе со старта. Выполнять в максимальном темпе.
- 2. И. п. одна нога впереди, другая сзади на носке. Скачки на одной ноге на расстоянии 20 м (фиксировать время). Повторить на каждую ногу 2-4 раза. Следить за согласованностью движений толчковой и маховой ног. Выполнять в максимальном темпе.
- 3. И. п. тоже. Бег по наклонной дорожке 60-80 м. Повторить 3-6 раз. Следить за активностью работы рук и ног. Выполнять в среднем и быстром темпе.
- 4. И. п. основная стойка. Ходьба с быстрым и высоким подниманием бедра, опорная нога поднимается на носок. Повторить 15-20 раз на каждую ногу. Движения рук должны быть активными. Выполнять в среднем и быстром темпе.
- 5. И. п. ноги согнуты в коленях. Одна рука отведена вперед, другая назад. Быстрые движения рук как при беге, стоя на месте. Повторить 2 раза по 15-20 сек. Выполнять в среднем и быстром темпе.
- 6. И. п. основная стойка. Бег на месте в течение 15 сек. Повторить 2 раза. Не «заваливать» плечи, не опускаться полностью на стопу. Выполнять в быстром темпе.
- 7. И. п. стать на одной ноге, боком к гимнастической стенке, держась за нее рукой на уровне плеч. Маховая нога отведена назад и удерживается партнером за стопу. По команде преподавателя упражняющийся начинает движение бедром маховой ноги и тазом вперед, встречая при этом сопротивление партнера. Через 1 сек. сопротивление прекращается, и бедро хлыстообразным движением выносится резко вперед. Повторить на каждую ногу 10-12 раз. Плечи не «заваливать» назад. Выполнять в среднем и быстром темпе.

5.2. Пример оформления дневника самоконтроля

Показатели	Число, месяц									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Субъективные (оценивается в баллах от 1 до 5)										
Настроение										
Самочувствие										

Сон									
Аппетит									
Работоспособность									
Объективные									
Частота пульса в									
минуту:									
- до занятия									
- после занятия									
Масса тела (кг)									
Частота пульса в									
минуту:									

Оценивается в баллах от 1 до 5:

- 5 баллов отличное
- 4 балла хорошее
- 3 балла удовлетворительное
- 2 балла плохое
- 1 балл очень плохое

5.3. Примерный перечень вопросов к зачету

- 1. Содержательные особенности составляющих здорового образа жизни.
- 2. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
- 3. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния в период экзаменационной сессии.
- 4. Особенности рационального использования «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов.
- 5. Роль оздоровительно-спортивного лагеря в оптимизации условий жизнедеятельности студентов.
- 6. Цели и задачи общей физической подготовки (ОФП).
- 7. Цели и задачи специальной физической подготовки (СФП).
- 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
- 9. Цели и задачи спортивной подготовки.
- 10. Формы занятий физическими упражнениями.
- 11. Педагогический контроль, его содержание и виды.
- 12. Врачебно-педагогический контроль, его содержание.
- 13. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования. Дневник самоконтроля.
- 14. Краткая историческая справка о направленном использовании физических упражнений для подготовки к труду.
- 15. Обеспечение высокого уровня интенсивности и индивидуальной производительности труда будущих специалистов.
- 16. Определение понятия ППФП, ее цели и задачи. Место ППФП в системе физического воспитания.
- 17. Организация и формы ППФП в вузе.
- 18. Система контроля ППФП студентов.
- 19. Производственная физическая культура, ее цель и задачи.
- 20. Производственная физическая культура в рабочее время.
- 21. Физическая культура и спорт в свободное время.
- 22. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.