

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Архангельской области
«АРХАНГЕЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВА»

Утверждено приказом
директора колледжа культуры
№ 86 от 01.09.2025

**АДАПТИВНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

СГ.04 Физическая культура

по специальности среднего профессионального
образования

51.02.03 Библиотечно-информационная деятельность

Форма обучения: очная

Архангельск

2025

Адаптивная рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 51.02.03 Библиотечно-информационная деятельность, утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.04.2024 № 258.

В соответствии с пунктом 2.3. ФГОС СПО по специальности 51.02.03 Библиотечно-информационная деятельность из объема времени, отведенного на вариативную часть циклов ППССЗ, 58 часов выделено на увеличение объема часов для реализации программы дисциплины социально-гуманитарного цикла СГ.04 Физическая культура.

Организация–разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Архангельской области «Архангельский колледж культуры и искусства».

Составитель: Поздеева А.Н., преподаватель физической культуры Архангельского колледжа культуры и искусства.

Рассмотрено и одобрено на заседании предметной (цикловой) комиссии общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин.

Протокол № 1 от 01 сентября 2025 г.

Рассмотрено и одобрено на заседании предметной (цикловой) комиссии специальностей 51.02.03 Библиотекосведение, 51.02.03 Библиотечно-информационная деятельность.

Протокол № 1 от 01 сентября 2025 г.

Рекомендовано Методическим советом Архангельского колледжа культуры и искусства к использованию в образовательном процессе.

Протокол Методического совета № 1 от 01.09.2025.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ АДАПТИВОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИВНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1:
ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЕ**

1. ПАСПОРТ АДАПТИВНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 «Физическая культура»

1.1. Пояснительная записка

Адаптивная рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана для коррекции нарушений учебных и коммуникативных умений, профессиональной и социальной адаптации обучающихся, имеющих статус «ребенок-инвалид», «инвалид», установленный по причине «общее заболевание».

Адаптированная рабочая программа «Физическая культура» направлена на создание специальных условий для реализации особых образовательных потребностей ребенка-инвалида, инвалида.

Для детей-инвалидов и инвалидов программа учебной дисциплины «Физическая культура» реализуется в особом порядке в соответствии с рекомендациями федерального учреждения, данными по результатам медико-социальной экспертизы.

Обучающиеся инвалиды и дети-инвалиды осваивают программу «Физическая культура» в инклюзивной учебной группе, изучая дисциплину в те же сроки обучения, что и остальные обучающиеся.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана на основании соблюдения принципов здоровьесбережения. Программа включает в себя комплекс специальных занятий, направленных на развитие, укрепление и поддержание здоровья обучающихся. Содержание учебной дисциплины при реализации программы применяется исходя из конкретной ситуации и индивидуальных потребностей таких обучающихся. Методики оценочных средств адаптированы в соответствии с особыми образовательными потребностями лиц с инвалидностью.

Подбор и разработка учебных материалов производится с учетом физических особенностей и особенностей восприятия детей-инвалидов и инвалидов. К обучающимся применяется меньшее количество практических заданий, меньшее количество повторений, увеличивается время на выполнение заданий. Занятия предполагают адекватный уровень сложности учебного материала, пошаговую форму подачи материала, разработку индивидуальных заданий с учетом возможности обучающегося, организацию обязательной обратной связи. Дается менее широкая система знаний и умений. Вместе с тем, формируемые у них знания и умения, опыт практической деятельности, компетенции являются достаточными для того, чтобы подготовить их к получаемой специальности.

Индивидуальная работа преподавателя с такими обучающимися осуществляется через консультации (дополнительное разъяснение учебного материала), индивидуальную воспитательную работу.

Проведение учебных занятий, а также организация текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для лиц с инвалидностью может осуществляться с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

В случае применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий обучающиеся обеспечиваются индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде с использованием технических и программных средств.

Учебные и методические материалы могут предоставляться обучающимся в виде электронных учебных курсов, компьютерных систем контроля знаний, других электронных материалов.

Основная форма работы при реализации дистанционных образовательных технологий – индивидуальная, допускается работа обучающихся с инвалидностью в «виртуальных группах».

1.2. Область применения программы

Адаптивная рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности *51.02.03 Библиотечно-информационная деятельность*, относящейся к укрупнённой группе *51.00.00 Культуроведение и социокультурные проекты*.

1.3. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Учебная дисциплина «СГ 04. Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла ППСЗ.

1.4. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины

Цель адаптивной программы учебной дисциплины «Физическая культура» - восстановление и сохранение здоровья у обучающихся со стойкими нарушениями жизнедеятельности (детей-инвалидов и обучающихся с инвалидностью).

При этом программа направлена на развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной деятельности, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, мотивации и потребности в занятиях физической культурой.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для сохранения и укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

В ходе изучения дисциплины формируются *общие компетенции*:

Код ОК	Формулировка компетенции
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.
ОК 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Освоение учебной дисциплины способствует достижению **личностных результатов (ЛР*)** (в соответствии с рабочей программой воспитания по специальности):

Коды ЛР*	Планируемые результаты освоения дисциплины включают
ЛР*1	Осознающий себя гражданином и защитником великой страны

ЛР*3	Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих
ЛР*9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Учебная нагрузка с преподавателем (всего)	122
<i>в том числе:</i>	
теоретическое обучение (лекции, уроки и др.)	-
практические занятия	118
Курсовая работа <i>(если предусмотрено)</i>	-
Групповая консультация <i>(если предусмотрено)</i>	-
<i>из них в форме практической подготовки:</i>	<i>37</i>
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	-
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет в 4, 6 семестрах	4

Объем времени, отведенный на вариативную часть программы дисциплины СГ 04. Физическая культура (26 часов), направлен на формирование умений использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей, в части формирования ОК.01, ОК.04, ОК.08.

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины *ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА*

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	В т.ч. в форме практической подготовки	Коды ОК, ЛР, МР, ПР (из ФГОС СОО/ФОП СОО), ЛР (из программы воспитания). Формированию которых способствует элемент программы
3 семестр (32 часа - практические занятия)					
Раздел 1. Легкая атлетика.	Содержание учебного материала		14		ОК 1, ОК 4, ОК 8, ЛР 1, ЛР 9
	1.	Техника бега на короткие дистанции.			
	2.	Техника бега на средние дистанции			
	3.	Техника бега на длинные дистанции.			
	4.	Техника марш-броска			
Раздел 2. Общефизическая подготовка (по направлениям)	Содержание учебного материала		18		ОК 1, ОК 4, ОК 8, ЛР 9
	1.	Аэробика: комплексы упражнений степ-аэробики			
	2.	Настольный теннис: основные сведения о настольном теннисе, правила игры, техника передвижения, техника ударов			
	3.	Тренажёры: комплексы упражнений на силовых тренажёрах, тренажёрах для сердечно-сосудистой системы, плечевого пояса			
4 семестр (40 часов - практические занятия)					
Раздел 3. Лыжная подготовка.	Содержание учебного материала		16		ОК 4, ОК 8, ЛР 1, ЛР 9
	1.	Техника попеременного двухшажного хода			
	2.	Техника подъёмов и спусков			
	3.	Прохождение дистанции			
Раздел 4. Общефизическая подготовка (по направлениям)	Содержание учебного материала		24		ОК 01, ОК 04, ОК 08, ЛР 9
	1.	Комплексы утренней гимнастики			
	2.	Настольный теннис: техника подач			
	3.	Аэробика: комплексы упражнений «аэробокс»			

4.	Тренажёры: комплексы упражнений на силовых тренажёрах, тренажёрах для сердечно-сосудистой системы, плечевого пояса.		
----	---	--	--

5 семестр (26 часов - практические занятия)					
Раздел 5. Легкая атлетика.	Содержание учебного материала		8		ОК 01, ОК 04, ОК 08, ЛР 9
	1.	Техника бега на короткие дистанции.			
	2.	Техника бега на средние дистанции			
	3.	Техника бега на длинные дистанции.			
	4.	Техника марш-броска			
Раздел 6. Общефизическая подготовка (по направлениям)	Содержание учебного материала		18		ОК 01, ОК 04, ОК 08, ЛР 9
	1.	Аэробика: комплексы упражнений аэробокс			
	2.	Настольный теннис: техника плоского атакующего удара с права. Техника подач			
	3.	Тренажёры: комплексы упражнений на силовых тренажёрах, тренажёрах для сердечно-сосудистой системы, плечевого пояса			
6 семестр (24 часа - практические занятия)					
Раздел 7. Лыжная подготовка.	Содержание учебного материала		14		ОК 04, ОК 08, ЛР 1, ЛР 9
	1.	Техника попеременного двухшажного хода			
	2.	Техника подъёмов и спусков			
	3.	Прохождение дистанции			
Раздел 8. Общефизическая подготовка (по	Содержание учебного материала		10		ОК 01, ОК 04, ОК 08, ЛР 9
	1.	Комплексы утренней гимнастики			
	2.	Настольный теннис: техника подач			

направлениям)	3.	Аэробика: комплексы упражнений «аэробокс»			
	4.	Тренажёры: комплексы упражнений на силовых тренажёрах, тренажёрах для сердечно-сосудистой системы, плечевого пояса			
		Всего	122		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИВНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Для реализации программы используется спортивный зал, спортивные тренажёры, такие как велотренажер, эллипсовидный, гребной, силовой, степлер, беговая дорожка, скамейка для пресса, гантели, штанга.

Предусмотрено оборудование для настольного тенниса - теннисные столы, сетки, ракетки. При реализации программы используется спортивный инвентарь для организации занятий на лыжах: лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки.

Технические средства обучения: телевизор, спортивные видеопрограммы на флэш-картах.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Обучающимся с инвалидностью предоставляются учебники, учебные пособия и иная учебно-методическая, справочная литература, периодические издания, в том числе адаптированные с учетом ограничений жизнедеятельности данных обучающихся.

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий для детей-инвалидов и инвалидов предусмотрен доступ к электронным библиотечным системам, электронным образовательным ресурсам, предполагающий возможность приема-передачи информации в формах, доступных для данной категории обучающихся.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.2.1. Основные издания

- печатные издания

1. Алляков Ю.Н., Письменной Ю.А., Физическая культура/ Ю.Н. Аляков, - М.: Юрайт, 2020. - 217 с.
2. Бишаева, А.А., Физическая культура/ А.А. Бишаева, - М., Академия, 2020. - 234 с.

3.2.2. Дополнительные источники

1. Виленский, М.Я., Физическая культура и здоровый образ студента / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – 2007. - 218 с.
2. Бишаева, А.А. Физическая культура: учебник для начального и среднего образования /А.А. Бишаева. – М.: Академия, 2010. – 272 с.
3. Бороненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие / В.А. Бороненко. – М.: Альфа, 2006. - 352 с.
4. Решетников, Н.В. Физическая культура: учебное пособие для студентов среднего профессионального заведения / Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтиевич. – М.: Академия, 2008. – 176 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе **текущего контроля** (проведения практических занятий, выполнения обучающимися индивидуальных заданий) и **промежуточного контроля** в форме дифференцированного зачёта.

Применяются адаптированные фонды оценочных средств, позволяющие оценить достижение запланированных результатов обучения, а также уровень сформированности компетенций обучающихся с инвалидностью и ОВЗ.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля
ОК 01.	Обучающийся умеет выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания. Промежуточный контроль – дифференцированный зачёт
ОК 04.	Обучающийся умеет эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания
ОК 08.	Обучающийся умеет использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания. Промежуточный контроль – дифференцированный зачёт

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Перечень умений, осваиваемых в рамках учебной дисциплины		
<i>Уметь:</i> - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	- умеет составлять необходимый комплекс упражнений утренней гимнастики, направленный на укрепление здоровья и общее физическое развитие; - выполняет комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; - использует приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений, включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг; - выполняет требования безопасности при выполнении физических упражнений;	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания Промежуточный контроль - дифференцированный зачёт
Перечень знаний, осваиваемых в рамках учебной дисциплины		
<i>Знать:</i> - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни.	- знает о влиянии физических упражнений на развитие определенных групп мышц, координацию движений, функциональные возможности организма; - демонстрирует правильную технику выполнения упражнений исходя из поставленных задач и правил техники безопасности; - знает о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания Промежуточный контроль - дифференцированный зачёт
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		

Личностные результаты реализации программы воспитания

№ п/п	Разделы учебной дисциплины	Код личностных результатов
1	Раздел 1. Легкая атлетика	ЛР 1, ЛР 9
2	Раздел 2. Общефизическая подготовка (по направлениям)	ЛР 9
3	Раздел 3. Лыжная подготовка	ЛР 1, ЛР 9

4	Раздел 4. Общефизическая подготовка (по направлениям)	ЛР 9
5	Раздел 5. Легкая атлетика	ЛР 9
6	Раздел 6. Общефизическая подготовка (по направлениям)	ЛР 9
7	Раздел 7. Лыжная подготовка	ЛР 1, ЛР 9
8	Раздел 8. Общефизическая подготовка (по направлениям)	ЛР 9

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Архангельской области
«АРХАНГЕЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВА»

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

СГ.04 Физическая культура

по специальности среднего профессионального
образования

51.02.03 Библиотечно-информационная деятельность

Форма обучения: очная

Архангельск

2025

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 51.02.03 Библиотечно-информационная деятельность, утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.04.2024 № 258.

Составитель: Поздеева А.Н., преподаватель физической культуры Архангельского колледжа культуры и искусства.

Рассмотрено и одобрено на заседании предметной (цикловой) комиссии общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин.

Протокол № 1 от 01 сентября 2025 г.

Рассмотрено и одобрено на заседании предметной (цикловой) комиссии специальностей 51.02.03 Библиотековедение, 51.02.03 Библиотечно-информационная деятельность.

Протокол № 1 от 01 сентября 2025 г.

Рекомендовано к использованию методическим советом Архангельского колледжа культуры и искусства.

Решение Методического совета № 1 от 01 сентября 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ	3
1.1. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
1.2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ	3
2. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ	4
3. ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ	6

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе **текущего контроля** (проведения практических занятий, тестирования, выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проверочных работ) и **промежуточного контроля** в форме дифференцированного зачёта с учетом особенностей здоровья.

Применяются адаптированные фонды оценочных средств, позволяющие оценить достижение запланированных результатов обучения, а также уровень сформированности компетенций обучающихся с инвалидностью.

1.1. Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля
ОК 01.	Обучающийся умеет выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания. Промежуточный контроль - дифференцированный зачёт.
ОК 04.	Обучающийся умеет эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания
ОК 08.	Обучающийся умеет использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания. Промежуточный контроль - дифференцированный зачёт.

1.2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части)	Наименование оценочного средства
1.	Раздел 1. Легкая атлетика	ОК 01, ОК 04, ОК 08	Текущий контроль - практические занятия, индивидуальные задания. Промежуточный контроль - дифференцированный зачёт
2.	Раздел 2. Общефизическая подготовка (по направлениям)	ОК 01, ОК 04, ОК 08	
3.	Раздел 3. Лыжная подготовка	ОК 04, ОК 08	
4.	Раздел 4. Общефизическая подготовка (по направлениям)	ОК 01, ОК 04, ОК 08	
5.	Раздел 5. Легкая атлетика	ОК 01, ОК 04, ОК 08	
6.	Раздел 6. Общефизическая подготовка (по направлениям)	ОК 01, ОК 04, ОК 08	
7.	Раздел 7. Лыжная подготовка	ОК 04, ОК 08	
8.	Раздел 8. Общефизическая подготовка (по направлениям)	ОК 01, ОК 04, ОК 08	

2. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

- Текущий контроль осуществляется в ходе обучения новым двигательным действиям и выполнения технико-тактических приёмов в игровой деятельности, используется для корректировки техники выполнения двигательных действий на этапе их освоения с учетом психофизических особенностей здоровья обучающегося.
- Выполнение контрольных упражнений осуществляется в заключительной части учебного занятия индивидуально и оценивается преподавателем в соответствии с критериями с учетом психофизических особенностей здоровья обучающегося.

Критерии оценивания владения техникой физического упражнения

Оценка	Критерии оценивания
Оценка 5 («отлично»)	движения или отдельные его элементы выполнены в соответствии с заданием правильно, уверенно, с соблюдением всех требований; обучающийся понимает суть движения, может объяснить условия успешного выполнения и продемонстрировать в нестандартных условиях
Оценка 4 («хорошо»)	движения или отдельные его элементы выполнены в соответствии с заданием правильно, недостаточно уверенно; в выполнении содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки
Оценка 3 («удовлетворительно»)	движения или отдельные его элементы выполнены в основном правильно; в выполнении допущена одна грубая или несколько незначительных ошибок, приведших к скованности движений
Оценка 2 («неудовлетворительно»)	движения или отдельные его элементы выполнены неправильно; в выполнении допущены грубые ошибки

- Текущий контроль осуществляется в ходе оценивания способности обучающихся осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. Учитываются такие показатели, как умение применять полученные знания, выбирать средства и методы двигательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей (в том числе и для коррекции состояния здоровья).

Критерии оценивания организации физкультурно-оздоровительной деятельности

Оценка	Критерии оценивания
Оценка 5 («отлично»)	обучающийся умеет самостоятельно организовывать место занятий; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.
Оценка 4 («хорошо»)	обучающийся организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; допускает незначительные ошибки в подборе средств с целью применения их в конкретных условиях; недостаточно уверенно умеет контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.
Оценка 3 («удовлетворительно»)	более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью преподавателя; обучающийся владеет знаниями, но не может применить их самостоятельно
Оценка 2 («неудовлетворительно»)	обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов; не владеет достаточным уровнем знаний

- Текущий контроль осуществляется в ходе демонстрации обучающимися уровня физической подготовленности
При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание преподавателя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определённую трудность для обучающегося, но быть реально выполнимыми.

Критерии оценивания уровня физической подготовленности

Оценка	Критерии оценивания
Оценка 5 («отлично»)	уровень физической подготовленности обучающегося соответствуют высокому уровню развития двигательных качеств
Оценка 4 («хорошо»)	уровень физической подготовленности обучающегося соответствуют среднему уровню развития двигательных качеств и/или наблюдается темп прироста результата
Оценка 3 («удовлетворительно»)	уровень физической подготовленности обучающегося соответствуют низкому уровню развития двигательных качеств

- Текущий контроль осуществляется в ходе представления и выполнения обучающимися комплексов физических упражнений

Критерии оценивания комплексов физических упражнений

Оценка	Критерии оценивания
Оценка 5 («отлично»)	соответствие комплекса упражнений профессии, разностороннее воздействие на все мышечные группы, последовательность выполнения упражнений, соблюдение требований к оформлению и терминологии, правильно подобранная дозировка, наличие графического изображения, правильно сформулированные методические указания.
Оценка 4 («хорошо»)	соответствие комплекса упражнений профессии, разностороннее воздействие на все мышечные группы, последовательность выполнения упражнений, соблюдение требований к оформлению и терминологии, правильно подобранная дозировка, отсутствует графическое изображение, правильно сформулированные методические указания.
Оценка 3 («удовлетворительно»)	соответствие комплекса упражнений профессии, разностороннее воздействие на все мышечные группы, последовательность выполнения упражнений, правильно подобранная дозировка, отсутствует графическое изображение, допущены ошибки в терминологии и формулировке методических указаний.
Оценка 2 («неудовлетворительно»)	Полное несоответствие поставленным требованиям

- Текущий контроль осуществляется в ходе выполнения обучающимися контрольных заданий:

Легкая атлетика:

Задание	Критерии оценки
Бег на дистанцию 100 м	Юноши: 19.0 сек - «5», 19.5 сек. - «4», 20.5 сек. - «3» Девушки: 22.5 сек - «5», 23.0 сек - «4», 23.5 сек - «3»
Бег на дистанцию 500 м	Девушки: 3.0 мин - «5», 3.5 мин - «4», 4.0- мин - «3»

Общая физическая подготовка:

Задание	Критерии оценки
Подтягивание на перекладине (юноши)	5 раз - «5», 4 раз - «4», 3 раз - «3»

Лыжная подготовка:

Задание	Критерии оценки
Прохождение дистанции 5 км (юноши)	30 минут - «5», 29 минут - «4», 30 минут - «3»
Прохождение дистанции 3 км (девушки)	23 минут - «5», 14 минут - «4», 25 минут - «3»

3. ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Промежуточная аттестация осуществляется в форме дифференцированного зачёта и включает выполнение обучающимися контрольных заданий

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы	
		Юноши	Девушки
1.	Бег на 30 м (с)	5,5	6,3
	или бег на 60 м (с)	9,3	14
	или бег на 100 м (с)	18	19
2.	Бег на 2000 м (мин, с)	-	16.00
	или бег на 3000 м (мин, с)	19.00	-

Критерии оценивания испытаний (тестов):

Оценка	Критерии оценивания
Оценка 5 («отлично»)	обучающийся выполнил нормативы не менее все испытания (тесты)
Оценка 4 («хорошо»)	обучающийся выполнил нормативы не менее все испытания, но с незначительными ошибками (тесты)
Оценка 3 («удовлетворительно»)	обучающийся выполнил нормативы одно испытание (тест)
Оценка 2 («неудовлетворительно»)	Обучающийся не выполнил нормативы