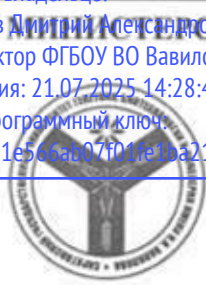


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович
Должность: ректор ФГБОУ ВО Вавиловский университет
Дата подписания: 21.07.2025 14:28:45
Уникальный программный ключ:
528682d78e671e56ab07f04fe1ba2172f735a12



МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Саратовский государственный университет генетики,
биотехнологии и инженерии
имени Н. И. Вавилова»

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего кафедрой
/Панина О.В./
«21» июля 2024 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Дисциплина	АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
Направление подготовки	35.03.11 Гидромелиорация
Направленность (профиль)	Орошение земель и обводнение территорий
Квалификация выпускника	Бакалавр
Нормативный срок обучения	4 года
Форма обучения	заочная
Кафедра-разработчик	Физическая культура
Ведущий преподаватель	Шишкина Т.Г., доцент

Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г.


(подпись)

Саратов 2024

Содержание

1	Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП	3
2	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	4
3	Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	7
4	Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы их формирования	11

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП

В результате изучения дисциплины «Адаптивная физическая культура», обучающиеся, в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 35.03.11 Гидромелиорация направленность (профиль) «Орошение земель и обводнение территорий», утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.08.2020г. № 1049, формируют следующие компетенции, указанные в таблице 1.

Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины «Адаптивная физическая культура»

Таблица 1

Компетенция		Индикаторы достижения компетенций	Этапы формирования компетенции в процессе освоения ОПОП (курс)	Виды занятий для формирования компетенции	Оценочные средства для оценки уровня сформированности компетенции
Код	Наименование				
1	2	3	4	5	6
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	1	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	2	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной со-	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы	3	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка

	циальной и профессиональной деятельности	здорового образа жизни. УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности			
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	4	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка

Компетенция УК-7 – также формируется в ходе подготовки и защиты ВКР.

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Перечень оценочных материалов

Таблица 2

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ОМ
1	демонстрация практического навыка	совместная деятельность группы обучающихся и педагогического работника направленная на совершенствование техники владения двигательными умениями и навыками	комплексы упражнений
2	тестирование	метод, который позволяет выявить уровень функционального состояния и основных физических качеств, развивающих профессионально значимые физические способности обучающегося	тесты физического развития

Программа оценивания контролируемой дисциплины

Таблица 3

№ п/п	Контролируемые разделы (темы дисциплины)	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
1	Адаптивная физическая культура	УК-7	тесты физического развития, демонстрация практического навыка

Описание показателей и критериев оценивания компетенций по дисциплине «Адаптивная физическая культура» на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Таблица 4

Код компетенции, этапы освоения	Индикаторы достижения компетенций	Показатели и критерии оценивания результатов обучения			
		ниже порогового уровня	пороговый уровень	продвинутый уровень	высокий уровень (отлично)

компетенции		(неудовлетвори- тельно)	(удовлетвори- тельно)	(хорошо)	
1	2	3	4	5	6
УК-7, 1 курс	УК-7.1 <i>Поддерживает должный уро- вень физической подготовленно- сти для обеспе- чения полноцен- ной социальной и профессиональ- ной деятельно- сти и соблюдает нормы здоро- вого образа жизни.</i>	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в ма- териале (основы здорового образа жизни, способы со- хранения и укрепле- ния здоровья), не знает практику при- менения умений и навыков, обеспечи- вающих сохранение и укрепление здоро- вья, допускает су- щественные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного ма- териала, но не знает деталей, допускает не- точности в формулиров- ках, нарушает логическую последователь- ность	обучающийся демонстриру- ет знание ма- териала, не допускает существен- ных неточно- стей	обучающийся де- монстрирует знание основ здорового об- раза жизни, спосо- бов сохранения и укрепления здоро- вья, владеет практи- ческими умениями и навыками, обес- печивающих сохра- нение и укрепление здоровья, хорошо ориентируется в ма- териале
УК-7, 2 курс	УК-7.1 <i>Поддерживает должный уро- вень физической подготовленно- сти для обеспе- чения полноцен- ной социальной и профессиональ- ной деятельно- сти и соблюдает нормы здоро- вого образа жизни.</i>	обучающийся не знает методов оцен- ки функционального и физического раз- вития, состояния собственного здоро- вья, плохо ориенти- руется в материале, не владеет навыками повышения своей физической подго- товленности	обучающийся демонстрирует знания только основного ма- териала, но не знает деталей, допускает не- точности в формулиров- ках, нарушает логическую последователь- ность	обучающийся демонстриру- ет знание ма- териала, не допускает существен- ных неточно- стей	обучающийся де- монстрирует знание и умение оценива- ния уровня функци- онального и физи- ческого развития, состояния соб- ственного здоровья, выявлять причины недостаточного фи- зического развития, хорошо ориентиру- ется в материале
	УК-7.2 <i>Использует основы физи- ческой культу- ры для осознанного выбо- ра здоро- вьевесберегаю- щих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной дея- тельности</i>	обучающийся не владеет навыками выполнения такти- ческих и практиче- ских двигательных навыков, получен- ных в процессе изу- чения определенных разделов дисципли- ны, не знает содер- жание и направлен- ность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эф- фективность, допус- кает существенные ошибки	обучающийся в целом успеш- но, но не си- стемно владеет навыками вы- полнения так- тических и практических двигательных навыков, полу- ченных в про- цессе изучения определенных разделов дис- циплины	обучающийся в целом успешно вла- деет тактиче- скими и прак- тическими двигательны- ми навыками, но допускает отдельные ошибки	обучающийся успешно и системно владеет тактиче- скими и практиче- скими двигатель- ными навыками, полученными в процессе изучения определенных раз- делов дисциплины; демонстрирует зна- ние содержания и направленности различных систем физических упраж- нений, их оздорови- тельную и развива- ющую эффектив- ность. Хорошо ори- ентируется в мате- риале
УК-7, 3 курс	УК-7.1 <i>Поддерживает должный уро- вень физиче-</i>	обучающийся не знает значительной части программного материала(основы	обучающийся демонстрирует знания только основного ма-	обучающийся демонстриру- ет знание ма- териала, не	обучающийся де- монстрирует знание материала (основы профессионально -

	<i>ской подготовленности для обеспечения профессиональной деятельности</i>	профессионально - прикладной физической подготовки, методики самостоятельных занятий), не владеет практикой применения коррекции и профилактики профессиональных заболеваний, навыками развития и совершенствования психофизических способностей и качеств	териала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность	допускает существенных неточностей	прикладной физической подготовки, методики самостоятельных занятий), владеет практикой применения коррекции и профилактики профессиональных заболеваний, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств
	УК-7.2 <i>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</i>	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
УК-7, 4 курс	УК-7.2 <i>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</i>	обучающийся не знает значительной части программного материала (основы профессионально - прикладной физической подготовки, методики самостоятельных занятий), не владеет практикой применения коррекции и профилактики профессиональных заболеваний, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание материала (основы профессионально - прикладной физической подготовки, методики самостоятельных занятий), владеет практикой применения коррекции и профилактики профессиональных заболеваний, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

3.1. Входной контроль

Перечень вопросов

1. Техника безопасности в бассейне.
2. Техника безопасности в тренажерном зале.
3. Техника безопасности на открытых площадках.
5. Техника безопасности в спортивном зале.

Мониторинг функционального состояния организма.

Тесты	Оценка в баллах									
	Мужчины					Женщины				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Ведение дневника самоконтроля	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Индекс Руффье	> 0	0-5	6-10	11-15	< 15	> 0	0-5	6-10	11-15	< 15
Процентное увеличение PS	>50	51-60	61-75	76-80	<80	>50	51-60	61-75	76-80	<80
Ортостатическая проба	12	14	18	20	<20	12	14	18	20	<20
Проба Яроцкого (в сек.)	<30	30	25	20 сек	>20 сек.	<30	30	25	20 сек	>20 сек.
Проба Ромберга (в сек.)	более 15	15	15с покачиванием	менее 15	менее 10	более 15	15	15с покачиванием	менее 15	менее 10
Проба Штанге (в сек.)	60	50.	40	30	20	60	50.	40	30	20
Проба Генча (в сек.)	60	50	40	30	20	60	50	40	30	20
Весо-ростовой индекс Кетле (гр на 1см роста)	400г	380г	350г	320г	300г	370г	350г	325г	300г	275г
Динамометрия (кг)	45	35	30	25	22	30	25	22	20	18
Силовой индекс % от массы тела	65	60	55	52	50	48	45	42	40	35
Экскурсия грудной клетки (см)	6	5	4	3	1	6	5	4	3	1

3.2. Тестирования физического развития

Тестирования физического развития по дисциплине «Адаптивная физическая культура» проводится, после изучения определенного раздела дисциплины. Результаты тестирования учитываются при проведении промежуточной аттестации.

Тесты входного контроля для оценки физической подготовленности обучающихся

№	Тесты	Оценка в баллах									
		Мужчины					Женщины				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1	Бег 100м (в сек.) (гр. А, Б)	14,5	15,0	15,8	16,5	18,0	17,0	17,5	18,5	19,0	20,0
2.	Бег 60м (в сек.) (гр. А, Б)	9,6	9,8	10,0	10,5	11,0	11,5	12,0	12,5	13,0	13,5
3.	Бег, чередующийся с ходьбой–1000м (в мин., сек.)(гр. А, Б)	4,30	5,00	5,30	6,00	7,00	5,50	6,30	7,30	8,00	8,30

4.	Прыжок в длину с места (в м) (гр. А)	2,40	2,30	2,20	2,00	1,90	1,80	1,65	1,55	1,50	1,40
5.	Поднимание и опускание туловища (гр.А, В)	65	60	55	50	45	60	50	40	30	20
6.	Подтягивание (м) (кол-во раз)(гр.Б,В)	11	9	7	5	3	-	-	-	-	-
7.	Приседание на ноге с опорой на гимнастическую стенку (кол-во раз)(гр.А)	12	10	8	7	6	10	8	6	5	4
8.	Сгибание, выпрямление рук в упоре лежа (кол-во раз) (гр.А,Б)	20	16	14	12	10	10	8	6	4	2
9.	Наклон туловища вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (в см)(А,Б,В)	+13	+7	+5	0	-1	+16	+13	+10	+5	0

Тесты текущего контроля для оценки физической подготовленности обучающихся

№	Тесты	Курс	Оценка в баллах									
			Мужчины					Женщины				
1.	Бег, чередующийся с ходьбой – 1000м (гр. А, Б)	I - IV	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
2.	Челночный бег 4х10м (в сек) (гр. А, Б)	I - IV	4,30	5,00	5,30	6,00	7,00	5,50	6,30	7,30	8,00	8,30
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на скамейке (гр. А, Б)	I	16	18	20	22	24	18	20	22	24	26
		II - III	15	17	19	20	22	17	19	21	23	25
		IV	14	16	18	19	20	16	18	20	22	23
		I	-	-	-	-	-	14	12	10	8	4
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (гр.А,Б,)	II	-	-	-	-	-	15	14	12	10	5
		III	-	-	-	-	-	17	16	14	12	7
		IV	-	-	-	-	-	18	17	15	13	10
		I	28	26	23	20	16	-	-	-	-	-
5.	Подтягивание на низкой перекладине (гр.А,Б,В)	II	30	28	25	22	18	-	-	-	-	-
		III	31	29	26	23	19	-	-	-	-	-
		IV	32	30	28	25	21	-	-	-	-	-
		I	25	23	20	18	15	14	12	10	6	3
6.	Упражнение на статическую выносливость «планка» (в мин)(гр.А,Б,В)	II	27	25	22	20	17	16	14	12	8	5
		III	29	27	24	22	19	17	15	13	9	6
		IV	30	28	25	23	20	18	16	14	10	7
		I	1,00	0,55	0,45	0,35	0,30	1,00	0,50	0,40	0,30	0,25
7.	Вис на перекладине (в мин) (гр.А,Б,В)	II	1,10	1,05	0,55	0,45	0,40	1,05	1,00	0,50	0,40	0,35
		III	1,20	1,15	1,05	0,55	0,50	1,15	1,10	1,00	0,50	0,45
		IV	1,30	1,25	1,15	1,05	1,00	1,25	1,20	1,10	1,00	0,55
		I	0,45	0,40	0,35	0,30	0,25	0,40	0,35	0,30	0,25	0,20
8.	Упражнение на статическую выносливость «рыбка» (в мин) (гр.А,Б,В)	II	1,00	0,50	0,40	0,35	0,30	0,50	0,40	0,35	0,30	0,25
		III	1,10	1,00	0,50	0,40	0,30	1,00	0,55	0,50	0,40	0,30
		IV	1,25	1,20	1,15	1,10	1,05	1,20	1,10	1,05	0,55	0,50
		I	1,50	1,40	1,30	1,20	1,10	1,30	1,20	1,10	1,00	0,50
9.	Поднимание и опускание туловища (гр.А,Б,В)	II	1,55	1,45	1,35	1,25	1,15	1,35	1,25	1,15	1,10	1,00
		III	2,00	1,50	1,40	1,30	1,20	1,40	1,30	1,20	1,15	1,10
		IV	2,05	1,55	1,45	1,35	1,25	1,45	1,35	1,25	1,20	1,15
		I	65	60	55	50	45	60	50	40	30	20
10.	Передача баскетбольного мяча в парах за 1мин (гр.А,Б,В)	II	70	65	60	55	50	65	55	45	35	25
		III	75	70	65	60	55	70	60	50	40	30
		IV	80	75	70	65	60	75	65	55	45	35
		I	24	22	20	15	10	22	20	18	12	10
11.	«Набивание» бадминтонного волана ракеткой (кол-во раз) (гр. А,Б)	II	25	23	21	16	11	23	21	19	13	11
		III	26	24	22	17	12	24	22	20	14	12
		IV	27	25	23	18	13	25	23	21	15	13
		I	70	65	60	55	50	60	55	60	55	40
		II	75	70	65	60	55	65	60	65	60	45
		III	80	75	70	65	60	70	65	70	55	50

		IV	85	80	75	70	65	75	70	75	60	55
12.	Игра в «дартс»- (набор очков.) (гр.А,Б,В)	I	600	550	500	450	400	500	450	400	350	300
		II	620	570	520	470	420	520	470	420	370	320
		III	640	590	540	490	440	540	490	440	390	340
		IV	650	600	550	500	450	550	500	450	400	350
14	Работа с амортизатором (имитация движения рук в лыж. гонках) (в мин) (гр.А,Б,В)	I	1,00	0,55	0,50	0,45	0,40	0,50	0,45	0,40	0,35	0,30
		II	1,10	1,05	1,00	0,55	0,50	1,00	0,55	0,50	0,45	0,40
		III	1,15	1,10	1,05	1,00	0,55	1,05	1,00	0,55	0,50	0,45
		IV	1,25	1,20	1,15	1,10	1,05	1,15	1,10	1,05	1,00	0,55
15	Выполнение техническо-го приема «подача» в настольном теннисе из 15 подач (гр.А,Б.,В)	I	12	11	10	9	5	9	8	7	6	5
		II	13	12	11	10	6	10	9	8	7	6
		III	14	13	12	11	7	11	10	9	8	7
		IV	15	14	13	12	8	12	11	10	9	8

3.3. Демонстрация практического навыка

Демонстрация практического навыка - проводится в течении изучения определенного раздела дисциплины и учитывается при проведении текущего контроля.

№ п/п	Исходное положение	Описание упражнений	Методические указания
1.	Лёжа на спине, одна рука на груди, другая на животе	Диафрагмальное дыхание	4-5 раз на вдохе живот выпячивается, на выходе – втягивается
2.	Лёжа на спине, руки вдоль туловища	Сгибание рук к плечам с одновременным разгибанием стоп	6-8 раз темп медленный. Дыхание произвольное.
3.	То же	С наклоном вправо, сгибание рук со скольжением кистей вдоль туловища – вдох, возвращение в и.п. – выдох. То же в другую сторону.	4-5 раз, следить за дыханием
4.	То же	Поочерёдное поднятие рук – вперёд – вверх – вдох, возвращение в и.п. – выдох.	4-5 раз амплитуда увеличивается с каждым движением
5.	То же	Поочерёдное сгибание и разгибание ног в коленном и тазобедренном суставах («ходьба на лыжах»)	4-5 раз темп медленный. Дыхание произвольное
6.	Сидя на стуле, руки опущены вниз	Попеременное разгибание ног в коленях и тазобедренных суставах с со дружественными движениями рук («шаги на месте»)	10-12 шагов. Дыхание ритмичное
7.	То же	Поочерёдное поднятие вперёд и отведение правой руки вправо с поворотом головы в ту же сторону – вдох, возвращение в и.п. – выдох. То же влево	5-6 раз темп медленный

3.4. Текущий контроль

Текущий контроль проводится в виде тестирования физической подготовленности по видам спорта в соответствии рабочей программой дисциплины. Обучающиеся должны сдать не менее 4 тестов. Виды тестирования приведены в п.3.2.

3.5. Промежуточная аттестация

- вид промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом по направлению подготовки 35.03.11 Гидромелиорация направленность (профиль) «Орошение земель и обводнение территорий»- зачет – 1,2,3,4 курс.

В конце курса обучающиеся должны сдать не менее 5 тестов.

Зачетные требования к практической части зачета по дисциплине «Адаптивная физическая культура»

№	Тесты	Курс	Оценка в баллах									
			Мужчины					Женщины				
1.	Бег, чередующийся с ходьбой – 1000м (гр. А, Б)		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
		I - I V	4,30	5,00	5,30	6,00	7,00	5,50	6,30	7,30	8,00	8,30
2.	Челночный бег 4х10м (в сек) (гр. А, Б)	I	16	18	20	22	24	18	20	22	24	26
		II	15	17	19	20	22	17	19	21	23	25
		III	14	16	18	19	20	16	18	20	22	23
		IV	12	14	16	17	18	15	17	19	21	22
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре на скамейке (гр. А, Б)	I	-	-	-	-	-	14	12	10	8	4
		II	-	-	-	-	-	15	14	12	10	5
		III	-	-	-	-	-	17	16	14	12	7
		IV	-	-	-	-	-	18	17	15	13	10
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (гр.А,Б,В)	I	28	26	23	20	16	-	-	-	-	-
		II	30	28	25	22	18	-	-	-	-	-
		III	31	29	26	23	19	-	-	-	-	-
		IV	32	30	28	25	21	-	-	-	-	-
5.	Подтягивание на низкой перекладине (гр.А,Б,В)	I	25	23	20	18	15	14	12	10	6	3
		II	27	25	22	20	17	16	14	12	8	5
		III	29	27	24	22	19	17	15	13	9	6
		IV	30	28	25	23	20	18	16	14	10	7
6.	Упражнение на статическую выносливость «планка» (в мин)(гр.А,Б,В)	I	1,00	0,55	0,45	0,35	0,30	1,00	0,50	0,40	0,30	0,25
		II	1,10	1,05	0,55	0,45	0,40	1,05	1,00	0,50	0,40	0,35
		III	1,20	1,15	1,05	0,55	0,50	1,15	1,10	1,00	0,50	0,45
		IV	1,30	1,25	1,15	1,05	1,00	1,25	1,20	1,10	1,00	0,55
7.	Вис на перекладине (в мин) (гр.А,Б,В)	I	0,45	0,40	0,35	0,30	0,25	0,40	0,35	0,30	0,25	0,20
		II	1,00	0,50	0,40	0,35	0,30	0,50	0,40	0,35	0,30	0,25
		III	1,10	1,00	0,50	0,40	0,30	1,00	0,55	0,50	0,40	0,30
		IV	1,25	1,20	1,15	1,10	1,05	1,20	1,10	1,05	0,55	0,50
8.	Упражнение на статическую выносливость «рыбка» (в мин) (гр.А,В)	I	1,50	1,40	1,30	1,20	1,10	1,30	1,20	1,10	1,00	0,50
		II	1,55	1,45	1,35	1,25	1,15	1,35	1,25	1,15	1,10	1,00
		III	2,00	1,50	1,40	1,30	1,20	1,40	1,30	1,20	1,15	1,10
		IV	2,05	1,55	1,45	1,35	1,25	1,45	1,35	1,25	1,20	1,15
9.	Поднимание и опускание туловища (гр.А,В)	I	65	60	55	50	45	60	50	40	30	20
		II	70	65	60	55	50	65	55	45	35	25
		III	75	70	65	60	55	70	60	50	40	30
		IV	80	75	70	65	60	75	65	55	45	35
10.	Передача баскетбольного мяча в парах за 1мин (гр.А,Б,В)	I	24	22	20	15	10	22	20	18	12	10
		II	25	23	21	16	11	23	21	19	13	11
		III	26	24	22	17	12	24	22	20	14	12
		IV	27	25	23	18	13	25	23	21	15	13
11.	«Набивание» бадминтонного волана ракеткой (кол-во раз) (гр. А,Б)	I	70	65	60	55	50	60	55	60	55	40
		II	75	70	65	60	55	65	60	65	60	45
		III	80	75	70	65	60	70	65	70	55	50
		IV	85	80	75	70	65	75	70	75	60	55
12.	Игра в «дартс»- (набор очков.) (гр.А,Б,В)	I	600	550	500	450	400	500	450	400	350	300
		II	620	570	520	470	420	520	470	420	370	320
		III	640	590	540	490	440	540	490	440	390	340
		IV	650	600	550	500	450	550	500	450	400	350
14	Работа с амортизатором (имитация движения рук в лыж. гонках) (в мин) (гр.А,Б,В)	I	1,00	0,55	0,50	0,45	0,40	0,50	0,45	0,40	0,35	0,30
		II	1,10	1,05	1,00	0,55	0,50	1,00	0,55	0,50	0,45	0,40
		III	1,15	1,10	1,05	1,00	0,55	1,05	1,00	0,55	0,50	0,45
		IV	1,25	1,20	1,15	1,10	1,05	1,15	1,10	1,05	1,00	0,55
15	Выполнение технического приема «подача» в	I	12	11	10	9	5	9	8	7	6	5
		II	13	12	11	10	6	10	9	8	7	6

	настольном теннисе из 15 подач (гр.А,Б.,В)	III	14	13	12	11	7	11	10	9	8	7
		IV	15	14	13	12	8	12	11	10	9	8

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

4.1 Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Контроль результатов обучения обучающихся, этапов и уровня формирования компетенций по дисциплине «Адаптивная физическая культура» осуществляется через проведение входного, текущего, выходного контролей.

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля и контрольные задания для текущего контроля разрабатываются кафедрой исходя из специфики дисциплины, и утверждаются на заседании кафедры.

4.2 Критерии оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Описание шкалы оценивания достижения компетенций по дисциплине приведено в таблице 6.

Таблица 6

Уровень освоения компетенции	Отметка по пятибалльной системе (промежуточная аттестация)*			Описание
высокий	«отлично»	«зачтено»	«зачтено (отлично)»	Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеет свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, обучающийся проявляет творческие способности в понимании, изложении и использовании материала. Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «отлично». Владеет техникой двигательных действий
базовый	«хорошо»	«зачтено»	«зачтено (хорошо)»	Обучающийся обнаружил полное знание учебного материала, успешно выполняет предусмотренные в программе задания, усвоил основную литературу, рекомендованную в программе. Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «хорошо». Владеет техникой двигательных действий и методикой развития двигательных качеств.
пороговый	«удовлетворительно»	«зачтено»	«зачтено (удовлетворительно)»	Обучающийся обнаружил знания основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляется с выполнением практических заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой.

Уровень освоения компетенции	Отметка по пятибалльной системе (промежуточная аттестация)*			Описание
				Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «удовлетворительно». Владеет техникой базовых двигательных действий и методами оценки функционального состояния и работоспособности.
—	«неудовлетворительно»	«не зачтено»	«не зачтено (неудовлетворительно)»	Обучающийся обнаружил пробелы в знаниях основного учебного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой практических заданий, не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации без дополнительных занятий Не справляется с контрольными тестами по физической подготовленности. Владеет основами техники базовых двигательных действий.

4.2.1. Критерии оценки выполнения тестовых заданий

При выполнении тестовых нормативов обучающийся демонстрирует:

знания: сущности движения и его назначение;

умения: разбираться в движении, объяснять, как оно выполняется;

владение навыками: демонстрации, определения и исправления ошибок.

Критерии оценки выполнения тестовых заданий

отлично	обучающийся демонстрирует: уверенное выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
хорошо	обучающийся демонстрирует: выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
удовлетворительно	обучающийся демонстрирует: выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
неудовлетворительно	обучающийся демонстрирует: выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности

4.2.2. Критерии оценки демонстрации практического навыка

При выполнении демонстрации практического навыка обучающийся демонстрирует:

знания: сущности движения и его назначение;

умения: разбираться в движении, объяснять, как оно выполняется;

владение навыками: демонстрации, определения и исправления ошибок.

Критерии оценки демонстрации практического навыка

отлично	обучающийся демонстрирует: - выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, четко, в надлежащем ритме; - понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;
хорошо	- обучающийся демонстрирует: - выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, с незначительными ошибками, легко, четко, в надлежащем ритме; - понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;
удовлетворительно	обучающийся демонстрирует: - выполнение движения или отдельных его элементов, в основном правильно, но допускает одну грубую или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности; - низкий уровень выполнения движения в нестандартных и сложных, в соревновательных условиях занятия
неудовлетворительно	обучающийся демонстрирует: - движение или отдельные его элементы выполнены неправильно;

Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г.


 (подпись)