



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

**Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
Республики Крым
«Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова»
(ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова)**

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП

_____ А.Н. Юнусова

«13» 2026 .

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

_____ . .

«13» 2026 .

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.О.06 «Физическая культура»

Направление подготовки	40.03.01 Юриспруденция
Профиль подготовки	«Гражданско-правовой»
Форма обучения	очная
Выпускающая кафедра	социально-гуманитарных дисциплин
Кафедра, разработчик фонда оценочных средств	физической культуры

Симферополь, 2026

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств составлен в соответствии с требованиями ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова по данному направлению подготовки

Фонд оценочных

средств разработали: _____ Н.Н. Мухамедьяров

подпись

_____ Р.Я. Курбединов

подпись

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен на заседании кафедры физической культуры от 23 декабря 2025 г., протокол № 6

Заведующий кафедрой _____ Н. Н. Мухамедьяров

Эксперт(ы): _____ В.В. Сенченко

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен на заседании УМК филологического факультета от 13 января 2026 г., протокол № 5

Председатель УМК . .

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

Дескрипторы	Компетенции	Оценочные средства
УК-7		
Знать	основы физической культуры и здорового образа жизни, влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности	устный опрос; тестовый контроль
Уметь	планировать и организовывать занятия физкультурой и спортом, направленные на совершенствование своей физической подготовки и сохранение и укрепление здоровья; осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культурой и спортом; использовать средства и методы физической культуры для формирования профессионально-личностных качеств, физического самосовершенствования, здорового образа жизни	устный опрос; тестовый контроль
Владеть	навыками организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в том числе оздоровительной физической культурой; способами и средствами организации здорового образа жизни; практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, а также направленными на выполнение установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке.	зачет

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

	Уровни сформированности компетенции
--	-------------------------------------

Оценочные средства	Компетентность несформирована	Базовый уровень компетентности	Достаточный уровень компетентности	Высокий уровень компетентности
устный опрос	Отсутствие знания. Не имеет представлений о теории и методах физической культуры.	Обучающийся имеет представление о теории и методах физической культуры, но не может применить эти знания на практических занятиях.	Обучающийся знает все основные понятия, владеет теоретическим и знаниями, но не владеет практическими навыками по физической культуре.	Обучающийся глубоко владеет знаниями по всем разделам дисциплины, владеет практическими навыками.
тестовый контроль	Не владеет техникой, физически не подготовлен.	Не в полной мере владеет техникой, неточности в выполнении физических нормативов.	Тесты выполнены на достаточном уровне, выполняет все требования.	Контрольные тесты выполнены без замечаний.
зачет	Не владеет техникой физической подготовки .	Владеет техникой на базовом уровне.	Сдал контрольные нормативы.	Овладел техникой на высоком уровне и теоретический материал сдан.

3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (комплекты заданий приведены в приложении)

3.1. Вопросы для устного опроса

1. Заболевание, симптомы, причины возникновения, методы лечения, возможные осложнения, профилактика. Медицинские противопоказания при данном заболевании (диагнозе).
2. Средства физической культуры, используемые для лечения и восстановления после перенесенного заболевания или травмы. Комплекс упражнений лечебной гимнастики, рекомендуемый при данном заболевании (не менее 10).
3. Основы здорового образа жизни. Движение и здоровье.
4. Здоровье в системе общечеловеческих ценностей.
5. Система самооздоровления и самосовершенствования.
6. Формы, методы, средства валеологии, направление на улучшение физического, психического и социального здоровья людей различного пола и возраста.
7. Гигиена – основа профилактики и ЗОЖ.

8. Экология и продолжительность жизни.
9. Взаимосвязь физической и умственной работоспособности студентов.
10. Влияние физических упражнений на различные органы и функции человека.
11. Лечебный и спортивный массаж.
12. Методы регуляции эмоциональных состояний.
13. Рациональное питание как неотъемлемый компонент ЗОЖ.
14. Основы закаливания организма.
15. Банные процедуры как средство восстановления и оздоровления организма.
16. Мотивация и стимулирование занятий физической культуры и спортом.
17. Влияние природно-климатических и демографических факторов на физическую культуру и спорт.
18. Развитие психомоторных и познавательных способностей, эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания.
19. Влияние спортивной деятельности на психическое состояние личности и коллектива (команды).
20. Формирование потребности в физическом совершенствовании и поддержании высокого уровня здоровья студентов.
21. Физическая культура, спорт и долголетие.
22. Физическая культура и спорт в системе социально-культурных ценностей.
23. Национально-культурные элементы в физическом воспитании.
24. Физическая культура в Древнем Мире.
25. Физическая культура в Средние века.
26. Физическая культура и спорт новой истории.
27. Физическая культура и спорт Российской Федерации.
28. Участие национальных спортивных организаций в международном спортивном движении.
29. Возникновение и развитие физического воспитания.

3.3. Вопросы к зачету

1. Факторы, влияющие на здоровье человека.
2. Основы здорового образа жизни студентов.
3. Требования безопасности во время занятия легкой атлетикой.
4. Пагубность вредных привычек для здоровья.
5. Традиции современных олимпийских игр.
6. Олимпийский девиз.
7. Символика.
8. Основные физические качества человека.
9. Стрессы, влияние стрессов на состояние здоровья, их профилактика.
10. Волейбол – характеристики игры, основные правила игры.
11. Влияние физических упражнений на физическую и умственную работоспособность.
12. Участие Российских спортсменов и их достижения на Олимпийских играх.

- 13.Правила техники безопасности во время занятий гимнастикой.
- 14.Травмы при занятиях спортом и оказание первой помощи.
- 15.Тренировочные нагрузки и контроль по частоте пульса.
- 16.Как определить физическое развитие человека.
- 17.Историческое развитие физической культуры в России.
- 18.Основные формы занятий физическими упражнениями.
- 19.Правила оказания первой помощи при травмах и ушибах.
- 20.История первых Олимпийских игр.
- 21.Причины травматизма и правила его предупреждения.
- 22.Туризм и характеристика его видов и разновидностей.
- 23.Двигательный режим и его влияние на работоспособность человека.
- 24.Методы восстановления после физической нагрузки.
- 25.Понятие о спортивной гигиене.
- 26.Как формировать осанку? Ее значение в жизнедеятельности человека.
- 27.Правила безопасности во время туристических походов.
- 28.Правила игры и судейство в волейболе.
- 29.Роль и значение физической культуры в профилактике заболеваний.
- 30.Массаж, его задачи и основные виды.
- 31.Меры профилактики плоскостопия.
- 32.Утомление и его признаки.

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

4.1. Оценивание устного опроса

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота и правильность ответа	Ответ полный, но есть замечания, не более 3	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2	Ответ полный, последовательный, логичный
Степень осознанности, понимания изученного	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 3 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 2 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно
Языковое оформление ответа	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи

4.2. Оценивание тестового контроля

Критерий	Уровни формирования компетенций
----------	---------------------------------

оценивания	Базовый	Достаточный	Высокий
Выполнения нормативов	не в полной мере владеет техникой, неточности в выполнении физических нормативов	тесты выполнены на достаточном уровне, выполняет все требования.	контрольные тесты выполнены в соответствии с требованиями физических упражнений.

4.3. Оценивание зачета

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота ответа, последовательность и логика изложения	Ответ полный, но есть замечания, не более 3	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2	Ответ полный, последовательный, логичный
Правильность ответа, его соответствие рабочей программе учебной дисциплины	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 3	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 2	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины
Способность студента аргументировать свой ответ и приводить примеры	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 3 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 2 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены
Владение техникой выполнения упражнений	не владеет	не в полной мере владеет техникой, неточности в выполнении	владеет в полной мере
Посещение занятий	100% посещение практических занятий	100% посещение практических занятий	100% посещение практических занятий

5. Итоговая рейтинговая оценка текущей и промежуточной аттестации студента по дисциплине

По учебной дисциплине «Физическая культура» используется 4-балльная система оценивания, итог оценивания уровня знаний обучающихся предусматривает зачёт. Зачет выставляется во время последнего практического занятия при условии выполнения не менее 60% учебных поручений, предусмотренных учебным планом и РПД. Наличие невыполненных учебных поручений может быть основанием для дополнительных вопросов по дисциплине в ходе промежуточной аттестации. Во всех остальных случаях зачет сдается обучающимися в даты, назначенные преподавателем в период соответствующий промежуточной аттестации.

Шкала оценивания текущей и промежуточной аттестации студента

Уровни формирования	Оценка по четырехбалльной шкале
---------------------	---------------------------------

компетенции	для зачёта
Высокий	зачтено
Достаточный	
Базовый	
Компетенция не сформирована	не зачтено