ФИО: Солорьев Дмитрий Александрови

Должность ректор МИМ 106 В БИСИТВО ФИЛИ СКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Дата подписания: 02.10.2024 09:11:56

Уникальный программный ключ:

528682d7 e671e566a 07f0 ve1ba 7.72f735a12 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Саратовский государственный аграрный университет имени Н.И. Вавидова»

УТВЕРЖДАЮ

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Дисциплина

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направление подготовки 35.03.10 Ландшафтная архитектура

Направленность

(профиль)

Садово-парковое строительство и дизайн

Квалификация

выпускника

Бакалавр

Нормативный срок

обучения

4 года

Форма обучения

Заочная

Кафедра-разработчик

Физическая культура

Ведущий преподаватель Панина О.В., доцент

Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г.

доцент, Панина О.В.

(подпись)

Саратов 2019

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, характери- | |
| | зующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образова- | |
| | тельной программы | 8 |
| 4 | Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, | |
| | умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы их | |
| | формирования | 12 |

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 35.03.10 Ландшафтная архитектура направленность (профиль) «Садово-парковое строительство и дизайн», утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ 01.08.2017 г. № 736, формируют следующие компетенции, указанные в таблице 1.

Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины «Адаптивная физическая культура»

| Компетенция | | Индикаторы достижения | Этапы | Виды занятий | Оценочные |
|-------------|----------------|----------------------------|------------|--------------|---------------|
| Код | Наименование | компетенций | формирова- | для формиро- | средства для |
| | | | ния компе- | вания компе- | оценки уровня |
| | | | тенции в | тенции | сформирован- |
| | | | процессе | | ности компе- |
| | | | освоения | | тенции |
| | | | ОПОП | | |
| | | | (курс) | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| УК- | Способен под- | УК-7.1 | 1 | Практические | Тесты по фи- |
| 7 | держивать | Поддерживает должный | | занятия | зической под- |
| | должный уро- | уровень физической подго- | | | готовке, де- |
| | вень физиче- | товленности для обеспече- | | | монстрация |
| | ской подго- | ния полноценной социальной | | | практического |
| | товленности | и профессиональной дея- | | | навыка |
| | для обеспече- | тельности и соблюдает | | | |
| | ния полноцен- | нормы здорового образа | | | |
| | ной социальной | жизни. | | | |
| | и профессио- | | | | |
| | нальной дея- | | | | |
| | тельности | | | | |
| УК- | Способен под- | УК-7.1 | 2 | Практические | Тесты по фи- |
| 7 | держивать | Поддерживает должный | | занятия | зической под- |
| | должный уро- | уровень физической подго- | | | готовке, де- |
| | вень физиче- | товленности для обеспече- | | | монстрация |
| | ской подго- | ния полноценной социальной | | | практического |
| | товленности | и профессиональной дея- | | | навыка |
| | для обеспече- | тельности и соблюдает | | | |
| | ния полноцен- | нормы здорового образа | | | |
| | ной социальной | жизни. | | | |
| | и профессио- | | | | |
| | нальной дея- | | | | |
| | тельности | | | | |
| УК- | Способен под- | УК-7.1 | 3 | Практические | Тесты по фи- |
| 7 | держивать | Поддерживает должный | | занятия | зической под- |
| | должный уро- | уровень физической подго- | | | готовке, де- |
| | вень физиче- | товленности для обеспече- | | | монстрация |
| | ской подго- | ния полноценной социальной | | | практического |
| | товленности | и профессиональной дея- | | | навыка |
| | для обеспече- | тельности и соблюдает | | | |
| <u> </u> | OAA OOECHEYE- | телопости и соолювиет | | | |

| | | , , | | | |
|---------------|----------------|----------------------------|---|--------------|-------------------------------|
| | ния полноцен- | нормы здорового образа | | | |
| | ной социальной | | | | |
| | и профессио- | УК-7.2 | | | |
| | нальной дея- | Использует основы физиче- | | | |
| | тельности | ской культуры для осознан- | | | |
| | | ного выбора здоровьесбере- | | | |
| | | гающих технологий с уче- | | | |
| | | том внутренних и внешних | | | |
| | | условий реализации кон- | | | |
| | | кретной профессиональной | | | |
| | | деятельности | | | |
| УК- | Способен под- | УК-7.1 | 4 | Практические | Тесты по фи- |
| 7 | держивать | Поддерживает должный | | занятия | зической под- |
| | должный уро- | уровень физической подго- | | | готовке, де- |
| | вень физиче- | товленности для обеспече- | | | монстрация |
| | ской подго- | ния полноценной социальной | | | практического |
| | товленности | и профессиональной дея- | | | навыка |
| | для обеспече- | тельности и соблюдает | | | |
| | ния полноцен- | нормы здорового образа | | | |
| | ной социальной | | | | |
| | и профессио- | УК-7.2 | | | |
| | нальной дея- | Использует основы физиче- | | | |
| | тельности | ской культуры для осознан- | | | |
| | телопости | ного выбора здоровьесбере- | | | |
| | | гающих технологий с уче- | | | |
| | | том внутренних и внешних | | | |
| | | условий реализации кон- | | | |
| | | кретной профессиональной | | | |
| | | деятельности | | | |
| УК- | Способен под- | УК-7.2 | 5 | Пиотельного | Taggranda |
| $\frac{y}{7}$ | | | 3 | Практические | Тесты по фи- зической под- |
| / | держивать | Использует основы физиче- | | занятия | * * |
| | должный уро- | ской культуры для осознан- | | | готовке, де- |
| | вень физиче- | ного выбора здоровьесбере- | | | монстрация |
| | ской подго- | гающих технологий с уче- | | | практического |
| | товленности | том внутренних и внешних | | | навыка |
| | для обеспече- | условий реализации кон- | | | |
| | ния полноцен- | кретной профессиональной | | | |
| | ной социальной | деятельности | | | |
| | и профессио- | | | | |
| | нальной дея- | | | | |
| | тельности | | | | |

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

| | | | т и от пт ди = |
|---------------------|---------------|--|----------------|
| $N_{\underline{0}}$ | Наименование | Краткая характеристика оценочного средства | Представление |
| Π/Π | оценочного | | оценочного |
| | средства | | средства в ОМ |
| 1 | демонстрация | совместная деятельность группы обучающихся и педа- | комплексы |
| | практического | гогического работника направленная на совершен- | упражнений |

| | навыка | ствование техники владения двигательными умениями | |
|---|--------------|---|----------------|
| | | и навыками | |
| 2 | тестирование | метод, который позволяет выявить уровень функцио- | тесты физиче- |
| | | нального состояния и основных физических качеств, | ского развития |
| | | развивающих профессионально значимые физические | |
| | | способности обучающегося | |

Программа оценивания контролируемой дисциплины

Таблица 3

| $N_{\underline{0}}$ | Контролируемые разделы | Код контролируемой | Наименование |
|---------------------|------------------------|----------------------------|------------------------------------|
| Π/Π | (темы дисциплины) | компетенции (или ее части) | оценочного средства |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Адаптивная физическая | УК-7 | тесты физического развития, демон- |
| | культура | y IX-7 | страция практического навыка |

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

| Код компе- | Индикаторы | Показатели и критерии оценивания результатов обучения | | | | | | | |
|--------------|---------------|---|----------------|--------------|-----------------|--|--|--|--|
| тенции, эта- | достижения | ниже порогового | пороговый | продвину- | высокий уро- | | | | |
| пы освоения | компетенций | уровня | уровень | тый уровень | вень | | | | |
| компетен- | | (неудовлетвори- | (удовлетвори- | (хорошо) | (ончилто) | | | | |
| ции | | тельно) | тельно) | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | | | |
| УК-7, | УК-7.1 | обучающийся не | обучающийся | обучающий- | обучающийся | | | | |
| 1 курс | Поддержива- | знает значитель- | демонстриру- | ся демон- | демонстрирует | | | | |
| | ет должный | ной части про- | ет знания | стрирует | знание техники | | | | |
| | уровень физи- | граммного мате- | только основ- | знание мате- | безопасности на | | | | |
| | ческой подго- | риала, плохо ори- | ного материа- | риала, не | занятиях по | | | | |
| | товленности | ентируется в ма- | ла, но не зна- | допускает | адаптивной фи- | | | | |
| | для обеспече- | териале (техника | ет деталей, | существен- | зической куль- | | | | |
| | ния полноцен- | безопасности на | допускает не- | ных неточ- | туре, социаль- | | | | |
| | ной социаль- | занятиях по адап- | точности в | ностей | но- | | | | |
| | ной и профес- | тивной физиче- | формулиров- | | биологические | | | | |
| | сиональной | ской культуре, | ках, нарушает | | основы физиче- | | | | |
| | деятельности | социально- | логическую | | ской культуры, | | | | |
| | и соблюдает | биологические | последова- | | практики при- | | | | |
| | нормы здоро- | основы физиче- | тельность в | | менения мате- | | | | |
| | вого образа | ской культуры), | изложении | | риала, хорошо | | | | |
| | жизни. | не знает практику | программного | | ориентируется | | | | |
| | | применения мате- | материала | | в материале | | | | |
| | | риала, допускает | | | | | | | |
| | | существенные | | | | | | | |
| | | ошибки | | | | | | | |
| УК-7, | УК-7.1 | обучающийся не | обучающийся | обучающий- | обучающийся | | | | |
| 2 курс | Поддержива- | знает значитель- | демонстриру- | ся демон- | демонстрирует | | | | |
| | ет должный | ной части про- | ет знания | стрирует | знание основ | | | | |
| | уровень физи- | граммного мате- | только основ- | знание мате- | здорового обра- | | | | |
| | ческой подго- | риала, плохо ори- | ного материа- | риала, не | за жизни, спо- | | | | |
| | товленности | ентируется в ма- | ла, но не зна- | допускает | собов сохране- | | | | |
| | для обеспече- | териале (основы | ет деталей, | существен- | ния и укрепле- | | | | |
| | ния полноцен- | здорового образа | допускает не- | ных неточ- | ния здоровья, | | | | |

| | Г | | T | T | 1 |
|--------|-------------------------------|-------------------|----------------|--------------|-----------------|
| | ной социаль- | жизни, способы | точности в | ностей | владеет практи- |
| | ной и профес- | сохранения и | формулиров- | | ческими умени- |
| | сиональной | укрепления здо- | ках, нарушает | | ями и навыка- |
| | деятельности | ровья), не знает | логическую | | ми, обеспечи- |
| | и соблюдает | практику приме- | последова- | | вающих сохра- |
| | нормы здоро- | нения умений и | тельность | | нение и укреп- |
| | вого образа | навыков, обеспе- | | | ление здоро- |
| | жизни. | чивающих сохра- | | | вья, хорошо |
| | | нение и укрепле- | | | ориентируется |
| | | ние здоровья, до- | | | в материале |
| | | пускает суще- | | | 1 |
| | | ственные ошибки | | | |
| УК-7, | УК-7.1 | обучающийся не | обучающийся | обучающий- | обучающийся |
| 3 курс | Поддержива- | знает методов | демонстриру- | ся демон- | демонстрирует |
| J Rype | ет должный | оценки функцио- | ет знания | стрирует | знание и уме- |
| | уровень физи- | нального и физи- | только основ- | знание мате- | ние оценивания |
| | уровено физи- | ческого развития, | ного материа- | риала, не | уровня функци- |
| | товленности | состояния соб- | ла, но не зна- | допускает | онального и |
| | для обеспече- | ственного здоро- | ет деталей, | существен- | физического |
| | | • | допускает не- | ных неточ- | развития, со- |
| | ния полноцен- ной социаль- | вья, плохо ориен- | точности в | ных негоч- | развития, со- |
| | ной социаль- ной и профес- | тируется в мате- | | постен | |
| | | риале, не владеет | формулиров- | | ственного здо- |
| | сиональной | навыками повы- | ках, нарушает | | ровья, выявлять |
| | деятельности | шения своей фи- | логическую | | причины недо- |
| | и соблюдает | зической подго- | последова- | | статочного фи- |
| | нормы здоро- | товленности | тельность | | зического раз- |
| | вого образа | | | | вития, хорошо |
| | жизни. | | | | ориентируется |
| | | | | | в материале |
| | УК-7.2 | обучающийся не | обучающийся | обучающий- | обучающийся |
| | Использует | владеет навыками | в целом | ся в целом | успешно и си- |
| | основы физи- | выполнения так- | успешно, но | успешно | стемно владеет |
| | ческой куль- | тических и прак- | не системно | владеет так- | тактическими и |
| | туры для осо- | тических двига- | владеет навы- | тическими и | практическими |
| | знанного вы- | тельных навыков, | ками выпол- | практиче- | двигательными |
| | бора здоро- | полученных в | нения такти- | скими дви- | навыками, по- |
| | вьесберегаю- | процессе изуче- | ческих и | гательными | лученными в |
| | щих техноло- | ния определен- | практических | навыками, | процессе изу- |
| | гий с учетом | ных разделов | двигательных | но допускает | чения опреде- |
| | внутренних и | дисциплины, не | навыков, по- | отдельные | ленных разде- |
| | внешних усло- | знает содержание | лученных в | ошибки | лов дисципли- |
| | вий реализации | и направленность | процессе изу- | | ны; демонстри- |
| | конкретной | различных систем | чения опреде- | | рует знание со- |
| | профессио- | физических | ленных раз- | | держания и |
| | нальной дея- | упражнений, их | делов дисци- | | направленности |
| | тельности | оздоровительную | плины | | различных си- |
| | | и развивающую | | | стем физиче- |
| | | эффективность, | | | ских упражне- |
| | | допускает суще- | | | ний, их оздоро- |
| | | ственные ошибки | | | вительную и |
| | | | | | развивающую |
| | | | | | эффективность. |
| | | | | | Хорошо ориен- |
| | | | | | тируется в ма- |
| | I | I | I | l | PJ TTON D INIU |

| | | | | | териале |
|---------------|------------------|-------------------|----------------|--------------|----------------------------|
| УК-7, | УК-7.1 | обучающийся не | обучающийся | обучающий- | обучающийся |
| | | знает значитель- | демонстриру- | ся демон- | демонстрирует |
| J p - | ет должный | ной части про- | ет знания | стрирует | знание здоро- |
| уровень физи- | | граммного мате- | только основ- | знание мате- | вьесберегаю- |
| | | риала, плохо ори- | ного материа- | риала, не | щих техноло- |
| | товленности | ентируется в ма- | ла, но не зна- | допускает | гий, владеет |
| | для обеспече- | териале (знание | ет деталей, | существен- | навыками по- |
| | ния полноцен- | здоровьесберега- | допускает не- | ных неточ- | вышения своей |
| | ной социаль- | ющих техноло- | точности в | ностей | физической |
| | ной и профес- | гий), допускает | формулиров- | 11001011 | подготовленно- |
| | сиональной | существенные | ках, нарушает | | сти, хорошо |
| | деятельности | ошибки | логическую | | ориентируется |
| | и соблюдает | ОШИОКИ | последова- | | в материале |
| | нормы здоро- | | тельность | | в материале |
| | вого образа | | ТСЛЬНОСТЬ | | |
| | _ | | | | |
| | жизни. УК-7.2 | обучающийся не | oformoromy | обучающий- | обучающийся |
| | | - | • | | |
| | Использует | знает значитель- | демонстриру- | ся демон- | демонстрирует знание общей |
| | основы физи- | ной части про- | ет знания | стрирует | · · |
| | ческой куль- | граммного мате- | только основ- | знание мате- | физической |
| | туры для осо- | риала, плохо ори- | _ | риала, не | подготовки, |
| | знанного вы- | ентируется в ма- | ла, но не зна- | допускает | специальной |
| | бора здоро- | териале (общая | · · | существен- | физической |
| | вьесберегаю- | физическая под- | допускает не- | ных неточ- | подготовки, |
| | щих техноло- | готовка, специ- | точности в | ностей | технико- |
| | гий с учетом | альная физиче- | формулиров- | | тактической |
| внутренних и | | ская подготовка, | ках, нарушает | | подготовки в |
| , | | технико- | логическую | | конкретном ви- |
| ± ′ | | | | | де спорта, |
| | конкретной | | | | практики при- |
| | профессио- | 1 | изложении | | менения мате- |
| | нальной дея- | спорта), не знает | | | риала, хорошо |
| | тельности | практику приме- | материала | | ориентируется |
| | | нения материала, | | | в материале |
| | | допускает суще- | | | |
| | | ственные ошибки | | | |
| УК-7, | УК-7.2 | обучающийся не | обучающийся | обучающий- | обучающийся |
| 5 курс | Использует | знает значитель- | демонстриру- | ся демон- | демонстрирует |
| | основы физи- | ной части про- | ет знания | стрирует | знание матери- |
| | ческой куль- | граммного мате- | только основ- | знание мате- | ала (основы |
| | туры для осо- | риала(основы | ного материа- | риала, не | профессио- |
| | знанного вы- | профессионально | ла, но не зна- | допускает | нально - при- |
| | бора здоро- | - прикладной фи- | ет деталей, | существен- | кладной физи- |
| | вьесберегаю- | зической подго- | допускает не- | ных неточ- | ческой подго- |
| | щих техноло- | товки, методики | точности в | ностей | товки, методи- |
| | гий с учетом | самостоятельных | формулиров- | | ки самостоя- |
| | внутренних и | занятий), не вла- | ках, нарушает | | тельных заня- |
| 1 1 | | деет практикой | логическую | | тий), владеет |
| | вий реализации | применения кор- | последова- | | практикой при- |
| | конкретной | рекции и профи- | тельность | | менения кор- |
| | профессио- | лактики профес- | | | рекции и про- |
| | нальной дея- | сиональных забо- | | | филактики |
| | тельности | леваний, развитие | | | профессио- |

| и совершенство- | нальных забо- |
|------------------|-----------------|
| вание психофизи- | леваний, разви- |
| ческих способно- | тие и совер- |
| стей и качеств | шенствование |
| | психофизиче- |
| | ских способно- |
| | стей 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.
- 4. Техника безопасности в стрелковом тире.
- 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 по- качива- нием | менее 15 | менее 10 | более 15 | 15 | 15с по- качива- нием | 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 летки (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. A) | 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 $(\mathbf{rp.A, B})$ | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 | |
| 6. | Подтягивание (м) (кол-во раз)(гр.Б.В) | 11 | 9 | 7 | 5 | 3 | ı | - | - | - | - | |
| 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)(A,Б.B) | +13 | +7 | +5 | 0 | -1 | +16 | +13 | +10 | +5 | 0 | |

Тесты текущего контроля для оценки физической подготовленности обучающихся

| No | Тооту | Тесты Курс – | | | Оценка в баллах | | | | | | | | |
|-----|------------------------------------|--------------|------|------|-----------------|------|------|------|------|-------|------|------|--|
| JN⊡ | тесты | Курс | | M | [ужчин | ы | | | Ж | енщин | ны | | |
| | Бег, чередующийся с | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | |
| 1. | ходьбой – 1000м (гр. А, Б) | I -V | 4,30 | 5,00 | 5,30 | 6,00 | 7,00 | 5,50 | 6,30 | 7,30 | 8,00 | 8,30 | |
| | Челночный бег | I -II | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 | 18 | 20 | 22 | 24 | 26 | |
| 2. | 4х10м (в сек) | III- IV | 15 | 17 | 19 | 20 | 22 | 17 | 19 | 21 | 23 | 25 | |
| | (гр. А, Б) | V | 14 | 16 | 18 | 19 | 20 | 16 | 18 | 20 | 22 | 23 | |
| | Сгибание и разгибание | I -II | - | ı | ı | ı | - | 14 | 12 | 10 | 8 | 4 | |
| 3. | | III | - | ı | ı | ı | - | 15 | 14 | 12 | 10 | 5 | |
| ٥. | рук в упоре на скамейке (гр. А, Б) | IV | - | - | - | - | - | 17 | 16 | 14 | 12 | 7 | |
| | (1 p. A, b) | V | - | ı | 1 | ı | - | 18 | 17 | 15 | 13 | 10 | |
| | | I- II | 28 | 26 | 23 | 20 | 16 | ı | ı | - | - | - | |
| | Сгибание и разгибание | III | 30 | 28 | 25 | 22 | 18 | - | ı | - | - | - | |
| 4. | рук в упоре лежа | IV | 31 | 29 | 26 | 23 | 19 | - | - | - | - | - | |
| | (гр.А,Б,) | V | 32 | 30 | 28 | 25 | 21 | - | - | - | - | - | |
| | 5. Подтягивание на низкой | I -II | 25 | 23 | 20 | 18 | 15 | 14 | 12 | 10 | 6 | 3 | |
| 5. | | III | 27 | 25 | 22 | 20 | 17 | 16 | 14 | 12 | 8 | 5 | |
| | перекладине (гр.А,Б,В) | IV | 29 | 27 | 24 | 22 | 19 | 17 | 15 | 13 | 9 | 6 | |

| | | V | 30 | 28 | 25 | 23 | 20 | 18 | 16 | 14 | 10 | 7 |
|-----|--|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| | Упражнение на статиче- | I -II | 1,00 | 0,55 | 0,45 | 0,35 | 0,30 | 1,00 | 0,50 | 0,40 | 0,30 | 0,25 |
| | скую выносливость | III | 1,10 | 1,05 | 0,55 | 0,45 | 0,40 | 1,05 | 1,00 | 0,50 | 0,40 | 0,35 |
| 6. | «планка» (в | IV | 1,20 | 1,15 | 1,05 | 0,55 | 0,50 | 1,15 | 1,10 | 1,00 | 0,50 | 0,45 |
| | мин)(гр.А,Б.В) | V | 1,30 | 1,25 | 1,15 | 1,05 | 1,00 | 1,25 | 1,20 | 1,10 | 1,00 | 0,55 |
| | | I -II | 0,45 | 0,40 | 0,35 | 0,30 | 0,25 | 0,40 | 0,35 | 0,30 | 0,25 | 0,20 |
| 7. | Вис на перекладине (в | III | 1,00 | 0,50 | 0,40 | 0,35 | 0,30 | 0,50 | 0,40 | 0,35 | 0,30 | 0,25 |
| /. | мин) (гр.А,Б.В) | IV | 1,10 | 1,00 | 0,50 | 0,40 | 0,30 | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 0,40 | 0,30 |
| | | V | 1,25 | 1,20 | 1,15 | 1,10 | 1,05 | 1,20 | 1,10 | 1,05 | 0,55 | 0,50 |
| | Упражнение на статиче- | I -II | 1,50 | 1,40 | 1,30 | 1,20 | 1,10 | 1,30 | 1,20 | 1.10 | 1,00 | 0,50 |
| 8. | скую выносливость | III | 1,55 | 1,45 | 1,35 | 1,25 | 1,15 | 1,35 | 1,25 | 1,15 | 1,10 | 1,00 |
| 8. | «рыбка» (в мин) | IV | 2,00 | 1,50 | 1,40 | 1,30 | 1,20 | 1,40 | 1,30 | 1,20 | 1,15 | 1,10 |
| | (гр.А,В) | V | 2,05 | 1,55 | 1,45 | 1,35 | 1,25 | 1,45 | 1,35 | 1,25 | 1,20 | 1,15 |
| | | I -II | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 |
| 9. | Поднимание и опускание | III | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 65 | 55 | 45 | 35 | 25 |
| 9. | туловища (гр.А,В) | IV | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 70 | 60 | 50 | 40 | 30 |
| | | V | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 75 | 65 | 55 | 45 | 35 |
| | П с с | I -II | 24 | 22 | 20 | 15 | 10 | 22 | 20 | 18 | 12 | 10 |
| 10 | Передача баскетбольного | III | 25 | 23 | 21 | 16 | 11 | 23 | 21 | 19 | 13 | 11 |
| 10. | мяча в парах за 1мин (гр.А,Б.В) | IV | 26 | 24 | 22 | 17 | 12 | 24 | 22 | 20 | 14 | 12 |
| | (гр.А,в.в) | V | 27 | 25 | 23 | 18 | 13 | 25 | 23 | 21 | 15 | 13 |
| | .11-66 | I -II | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 60 | 55 | 60 | 55 | 40 |
| 1.1 | «Набивание» бадмин- | III | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 65 | 60 | 65 | 60 | 45 |
| 11. | тонного волана ракеткой (кол-во раз) (гр. А,Б) | IV | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 70 | 65 | 70 | 55 | 50 |
| | (кол-во раз) (гр. А,в) | V | 85 | 80 | 75 | 70 | 65 | 75 | 70 | 75 | 60 | 55 |
| | | I -II | 600 | 550 | 500 | 450 | 400 | 500 | 450 | 400 | 350 | 300 |
| 12. | Игра в «дартс»- (набор | III | 620 | 570 | 520 | 470 | 420 | 520 | 470 | 420 | 370 | 320 |
| 12. | очков.) (гр.А,Б,В) | IV | 640 | 590 | 540 | 490 | 440 | 540 | 490 | 440 | 390 | 340 |
| | | V | 650 | 600 | 550 | 500 | 450 | 550 | 500 | 450 | 400 | 350 |
| | Работа с амортизатором | I -II | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 0,45 | 0,40 | 0,50 | 0.45 | 0,40 | 0,35 | 0,30 |
| 14 | (имитация движения рук | III | 1,10 | 1,05 | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 0,45 | 0,40 |
| 14 | в лыж. гонках) (в мин) | IV | 1,15 | 1,10 | 1,05 | 1,00 | 0,55 | 1,05 | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 0,45 |
| | (гр.А,Б,В) | V | 1,25 | 1,20 | 1,15 | 1,10 | 1,05 | 1,15 | 1,10 | 1,05 | 1,00 | 0,55 |
| | Выполнение техническо- | I -II | 12 | 11 | 10 | 9 | 5 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 |
| 15 | го приема «подача» в | III | 13 | 12 | 11 | 10 | 6 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 |
| 13 | настольном теннисе из | IV | 14 | 13 | 12 | 11 | 7 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 |
| | 15 подач (гр.А,Б.,В) | V | 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.

| № π/π | Исходное положение | Описание упражнений | Методические ука- зания |
|-----------------|-----------------------|---|----------------------------|
| - | | П 1 | |
| 1. | Лёжа на спине, од- | Диафрагмальное дыхание | 4-5 раз на вдохе жи- |
| | на рука на груди, | | вот выпячивается, на |
| | другая на животе | | выходе – втягивается |
| 2. | Лёжа на спине, ру- | Сгибание рук к плечам с одновременным | 6-8 раз темп медлен- |
| | ки вдоль туловища | разгибанием стоп | ный. Дыхание произ- |
| | | | вольное. |
| 3. | То же | С наклоном вправо, сгибание рук со сколь- | |
| | | жением кистей вдоль туловища – вдох, воз- | 4-5 раз, следить за |

| | | вращение в и.п. – выдох. То же в другую | дыханием |
|----|---------------------|--|----------------------|
| | | сторону. | |
| 4. | То же | Поочерёдное поднимание рук – вперёд – | 4-5 раз амплитуда |
| | | вверх – вдох, возвращение в и.п. – выдох. | увеличивается с каж- |
| | | | дым движением |
| 5. | То же | Поочерёдное сгибание и разгибание ног в | 4-5 раз темп медлен- |
| | | коленном и тазобедренном суставах («ходьба | ный. Дыхание произ- |
| | | на лыжах») | вольное |
| 6. | Сидя на стуле, руки | Попеременное разгибание ног в коленях и | 10-12 шагов. Дыха- |
| | опущены вниз | тазобедренных суставах с со дружественны- | ние ритмичное |
| | | ми движениями рук («шаги на месте») | |
| 7. | То же | Поочерёдное поднимание вперёд и отведе- | 5-6 раз темп |
| | | ние правой руки вправо с поворотом головы | медленный |
| | | в ту же сторону – вдох, возвращение в и.п. – | |
| | | выдох. То же влево | |

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 35.03.10 Ландшафтная архитектура направленность (профиль) «Садово-парковое строительство и дизайн»- зачет — 1,2,3,4,5 курс. В конце курса обучающиеся должны сдать не менее 5 тестов.

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

| No. Toomy | | bc | Оценка в баллах | | | | | | | | | |
|-----------|---|-------|-----------------|------|--------|------|------|------|------|-------|------|------|
| № | Тесты | Курс | | M | [ужчин | ы | | | Ж | енщин | ы | |
| | Бег, чередующийся с | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. | ходьбой – 1000м (гр. А , Б) | I -V | 4,30 | 5,00 | 5,30 | 6,00 | 7,00 | 5,50 | 6,30 | 7,30 | 8,00 | 8,30 |
| | Челночный бег | I -II | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 | 18 | 20 | 22 | 24 | 26 |
| 2. | | III | 15 | 17 | 19 | 20 | 22 | 17 | 19 | 21 | 23 | 25 |
| ۷. | . 4х10м (в сек) (гр. А, Б) | IV | 14 | 16 | 18 | 19 | 20 | 16 | 18 | 20 | 22 | 23 |
| | (1 p. A, b) | V | 12 | 14 | 16 | 17 | 18 | 15 | 17 | 19 | 21 | 22 |
| | | I -II | - | - | - | - | - | 14 | 12 | 10 | 8 | 4 |
| 3. | Сгибание и разгибание рук в упоре на скамейке | III | - | - | - | - | - | 15 | 14 | 12 | 10 | 5 |
| 3. | рук в упоре на скаменке (гр. А, Б) | IV | - | - | - | - | - | 17 | 16 | 14 | 12 | 7 |
| | (1 p. A, b) | V | - | - | - | - | - | 18 | 17 | 15 | 13 | 10 |
| | C | I -II | 28 | 26 | 23 | 20 | 16 | - | - | - | - | - |
| 4. | Сгибание и разгибание | III | 30 | 28 | 25 | 22 | 18 | - | - | - | - | - |
| 4. | рук в упоре лежа (гр.А,Б,) | IV | 31 | 29 | 26 | 23 | 19 | - | - | - | - | - |
| | (1 p.A,D,) | V | 32 | 30 | 28 | 25 | 21 | • | 1 | - | - | - |
| 5. | Подтягивание на низкой | I -II | 25 | 23 | 20 | 18 | 15 | 14 | 12 | 10 | 6 | 3 |
| 3. | перекладине (гр.А,Б,В) | III | 27 | 25 | 22 | 20 | 17 | 16 | 14 | 12 | 8 | 5 |

| | | IV | 29 | 27 | 24 | 22 | 19 | 17 | 15 | 13 | 9 | 6 |
|-----|---|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| | | V | 30 | 28 | 25 | 23 | 20 | 18 | 16 | 14 | 10 | 7 |
| | Упражнение на статиче- | I -II | 1,00 | 0,55 | 0,45 | 0,35 | 0,30 | 1,00 | 0,50 | 0,40 | 0,30 | 0,25 |
| | скую выносливость | III | 1,10 | 1,05 | 0,55 | 0,45 | 0,40 | 1,05 | 1,00 | 0,50 | 0,40 | 0,35 |
| 6. | «планка» (в | IV | 1,20 | 1,15 | 1,05 | 0,55 | 0,50 | 1,15 | 1,10 | 1,00 | 0,50 | 0,45 |
| | мин)(гр.А,Б.В) | V | 1,30 | 1,25 | 1,15 | 1,05 | 1,00 | 1,25 | 1,20 | 1,10 | 1,00 | 0,55 |
| | | I -II | 0,45 | 0,40 | 0,35 | 0,30 | 0,25 | 0,40 | 0,35 | 0,30 | 0,25 | 0,20 |
| 7. | Вис на перекладине (в | III | 1,00 | 0,50 | 0,40 | 0,35 | 0,30 | 0,50 | 0,40 | 0,35 | 0,30 | 0,25 |
| /. | мин) (гр.А,Б.В) | IV | 1,10 | 1,00 | 0,50 | 0,40 | 0,30 | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 0,40 | 0,30 |
| | | V | 1,25 | 1,20 | 1,15 | 1,10 | 1,05 | 1,20 | 1,10 | 1,05 | 0,55 | 0,50 |
| | Упражнение на статиче- | I -II | 1,50 | 1,40 | 1,30 | 1,20 | 1,10 | 1,30 | 1,20 | 1.10 | 1,00 | 0,50 |
| 8. | скую выносливость | III | 1,55 | 1,45 | 1,35 | 1,25 | 1,15 | 1,35 | 1,25 | 1,15 | 1,10 | 1,00 |
| 0. | «рыбка» (в мин) | IV | 2,00 | 1,50 | 1,40 | 1,30 | 1,20 | 1,40 | 1,30 | 1,20 | 1,15 | 1,10 |
| | (гр.А,В) | V | 2,05 | 1,55 | 1,45 | 1,35 | 1,25 | 1,45 | 1,35 | 1,25 | 1,20 | 1,15 |
| | | I -II | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 |
| 9. | Поднимание и опускание | III | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 65 | 55 | 45 | 35 | 25 |
| 9. | туловища (гр.А,В) | IV | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 70 | 60 | 50 | 40 | 30 |
| | | V | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 75 | 65 | 55 | 45 | 35 |
| | Породоно борустводи ного | I -II | 24 | 22 | 20 | 15 | 10 | 22 | 20 | 18 | 12 | 10 |
| 10. | Передача баскетбольного мяча в парах за 1 мин | III | 25 | 23 | 21 | 16 | 11 | 23 | 21 | 19 | 13 | 11 |
| 10. | (гр.А,Б.В) | IV | 26 | 24 | 22 | 17 | 12 | 24 | 22 | 20 | 14 | 12 |
| | (1 p.23,0.0) | V | 27 | 25 | 23 | 18 | 13 | 25 | 23 | 21 | 15 | 13 |
| | «Набивание» бадмин- | I -II | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 60 | 55 | 60 | 55 | 40 |
| 11. | тонного волана ракеткой | III | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 65 | 60 | 65 | 60 | 45 |
| 11. | (кол-во раз) (гр. А,Б) | IV | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 70 | 65 | 70 | 55 | 50 |
| | (KOJI-BO Pas) (I p. 71,D) | V | 85 | 80 | 75 | 70 | 65 | 75 | 70 | 75 | 60 | 55 |
| | | I -II | 600 | 550 | 500 | 450 | 400 | 500 | 450 | 400 | 350 | 300 |
| 12. | Игра в «дартс»- (набор | III | 620 | 570 | 520 | 470 | 420 | 520 | 470 | 420 | 370 | 320 |
| 12. | очков.) (гр.А,Б,В) | IV | 640 | 590 | 540 | 490 | 440 | 540 | 490 | 440 | 390 | 340 |
| | | V | 650 | 600 | 550 | 500 | 450 | 550 | 500 | 450 | 400 | 350 |
| | Работа с амортизатором | I -II | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 0,45 | 0,40 | 0,50 | 0.45 | 0,40 | 0,35 | 0,30 |
| 14 | (имитация движения рук | III | 1,10 | 1,05 | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 0,45 | 0,40 |
| 17 | в лыж. гонках) (в мин) | IV | 1,15 | 1,10 | 1,05 | 1,00 | 0,55 | 1,05 | 1,00 | 0,55 | 0,50 | 0,45 |
| | (гр.А,Б,В) | V | 1,25 | 1,20 | 1,15 | 1,10 | 1,05 | 1,15 | 1,10 | 1,05 | 1,00 | 0,55 |
| | Выполнение техническо- | I -II | 12 | 11 | 10 | 9 | 5 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 |
| 15 | го приема «подача» в | III | 13 | 12 | 11 | 10 | 6 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 |
| | настольном теннисе из | IV | 14 | 13 | 12 | 11 | 7 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 |
| | 15 подач (гр.А,Б.,В) | V | 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.

| | | | | Таолица о |
|---------------|--------------------------|--------------|--------------------------|---|
| Уровень | Отметка п | о пятибаллы | ной системе | Описание |
| освоения ком- | (промеж | куточная атт | естация)* | |
| петенции | | | | |
| высокий | «отлично» | «зачтено» | «зачтено (от- лично)» | 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 дей- |
| | | | | ствий |
| базовый | «хорошо» | «зачтено» | «зачтено (хо- рошо)» | 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 | «удовлетво- рительно» | «зачтено» | «зачтено (удовлетво- | Обучающийся обнаружил знания основного учебного материала в объеме, |
| | | | рительно)» | необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляется с выполнением практических заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой. Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «удовлетворительно». Владеет техникой базовых двигательных действий и методами оценки функционального состояния и работоспособности. |
| | //ПОМПОВ | //IIA 2011TO | //IIA DOUTTOULO | |
| _ | «неудов- | «не зачте- | «не зачтено | Обучающийся обнаружил пробелы в |

| Уровень | Отметка п | о пятибаллы | ной системе | Описание |
|---------------|-----------|--------------|--------------|-------------------------------------|
| освоения ком- | (промеж | куточная атт | естация)* | |
| петенции | | | | |
| | летвори- | HO» | (неудовлет- | знаниях основного учебного материа- |
| | тельно» | | ворительно)» | ла, допустил принципиальные ошибки |
| | | | | в выполнении предусмотренных про- |
| | | | | граммой практических заданий, не |
| | | | | может продолжить обучение или при- |
| | | | | ступить к профессиональной деятель- |
| | | | | ности по окончании образовательной |
| | | | | организации без дополнительных за- |
| | | | | нятий |
| | | | | Не справляется с контрольными те- |
| | | | | стами по физической подготовленно- |
| | | | | сти. |
| | | | | 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 оцен- |
| | ки уровня физической подготовленности |
| удовлетворительно | обучающийся демонстрирует: |
| | выполнение учебного норматива соответствующего шкале оцен- |
| | ки уровня физической подготовленности |
| неудовлетворительно | обучающийся демонстрирует: |
| | выполнение учебного норматива соответствующего шкале оцен- |
| | ки 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

| онрикто | 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; |

(подпись)

(подпись)

Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г.

доцент, Панина О.В.