

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «КГУ»)

УТВЕРЖДАЮ:

Ректор

_____ / Н.В. Дубив /
«28» августа 2026 г.

Фонд оценочных средств

СГ.04 Физическая культура

Специальность среднего профессионального образования

38.02.06 Финансы

Квалификация:

Финансист

Форма обучения

Очная

Курган
2026

Разработчик:
преподаватель

_____ В.В. Мухина

Утверждено на заседании предметно-цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин «28» августа 2026 года, протокол № 1.

Согласовано:

Начальник управления
образовательной деятельности

И.В. Григоренко

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (далее ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу дисциплины СГ.04 Физическая культура основной профессиональной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.06 Финансы в части овладения усвоенных знаний, сформированности общих компетенций и обеспечивающих их умений.

ФОС представляет собой комплект заданий для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине СГ.04 Физическая культура по специальности 38.02.06 Финансы.

ФОС включает контрольные материалы и рекомендации для проведения промежуточной аттестации в форме зачет с оценкой.

Контролируемые темы дисциплины СГ.04 Физическая культура	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства	
		текущий контроль	контроль самостоятельной работы
Раздел 1. Основы физической культуры Тема 1.1. Физическая культура в профессиональной подготовке и социокультурное развитие личности	ОК 03, ОК 08	Практическое занятие № 1, устный опрос	письменный опрос
Раздел 2. Легкая атлетика Тема 2.1. Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места		Практическое занятие № 2, устный опрос	письменный опрос
Тема 2.2. Бег на средние и длинные дистанции		Практическое занятие № 3, устный опрос	письменный опрос
Тема 2.3. Прыжок в длину с разбега. Метание снарядов.		Практическое занятие № 4, устный опрос	письменный опрос
Раздел 3. Баскетбол Тема 3.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места		Практическое занятие № 5, устный опрос	письменный опрос
Тема 3.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение – 2 шага – бросок		Практическое занятие № 6, устный опрос	письменный опрос
Тема 3.3. Техника выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу, правила баскетбола		Практическое занятие № 7, устный опрос	письменный опрос
Тема 3.4. Совершенствование техники владения баскетбольным		Практическое занятие № 8, устный опрос	письменный опрос

мячом			
Раздел 4. Волейбол Тема 4.1. Техника перемещений, стоек, техники верхней и нижней передач двумя руками		Практическое занятие № 9, устный опрос	письменный опрос
Тема 4.2. Техника нижней подачи и приёма после неё		Практическое занятие № 10, устный опрос	письменный опрос
Тема 4.3. Техника прямого нападающего удара		Практическое занятие № 11, устный опрос	письменный опрос
Тема 4.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом		Практическое занятие № 12, устный опрос	письменный опрос
Раздел 5. Легкоатлетическая гимнастика Тема 6.1. Лыжная подготовка		Практическое занятие № 13, устный опрос	письменный опрос

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ВХОДНОГО КОНТРОЛЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

Не предусмотрен.

3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ (по видам контроля)

3.1 Практические задания

Текущий контроль проводится в форме сдачи нормативов.

1) На скоростно-силовую подготовленность

Норматив	Девушки			Юноши		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Бег 100м (сек)	16.2	16.5	16.8	13.2	13.8	14.3

2) На силовую подготовленность

Норматив	Девушки		
	«5»	«4»	«3»
Поднимание и опускание туловища из положения лёжа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз за 1 минуту)	44	36	33

Норматив	Юноши		
	«5»	«4»	«3»
Подтягивание на перекладине	14	11	9
	15	12	10

3) На общую выносливость

Норматив	Девушки			Юноши		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Кросс 2 км (дев) 3 км (юн)	09.50	11.20	12.00	12.40	14.30	15.00

Критерии оценки устного опроса:

- «отлично» выставляется обучающемуся, если двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, уверенно, в надлежащем ритме, легко и четко, студент овладел формой движения; в играх проявил большую активность, находчивость, ловкость, умение действовать в коллективе, точно соблюдать правила;
- «хорошо» выставляется обучающемуся, если двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая связанность движений; в играх студент проявил себя недостаточно активным, ловким;
- «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: двигательное действие выполнено в основном правильно, но напряженно или вяло, недостаточно уверенно, допущены незначительные ошибки при выполнении; в играх студент проявил себя малоактивным, допускал небольшие нарушения правил;
- «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: двигательное действие не выполнено или выполнено неправильно, неуверенно, небрежно; допущены значительные ошибки; в играх студент показал себя нерасторопным и неумение играть в коллективе.

Компетенции ОК 03, ОК 08 считаются сформированными, если обучающийся получил оценку «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично».

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

4.1 Перечень вопросов для выполнения письменной работы в форме реферата:

Тема 1. История физической культуры и спорта

Тема 2. Роль физической культуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы

Тема 3. Роль физической культуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов с заболеваниями неврологического профиля

Тема 4. Роль физической культуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов с заболеваниями пульмонологического профиля

Тема 5. Здоровый образ жизни – путь к долголетию

Тема 6. Роль физической культуры в профилактике и лечении пациентов с нарушениями обмена веществ

Тема 7. Роль физической культуры в профилактике, лечении и реабилитации пациентов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.

Тема 8. Физические упражнения, направленные на развитие выносливости.

Тема 9. Физические упражнения, направленные на развитие силы

Тема 10. Физические упражнения, направленные на развитие ловкости

Критерии оценки письменных работ в форме реферата:

- «отлично» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал разнообразных литературных источников;
- «хорошо» выставляется обучающемуся, если: он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения;

- «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических заданий;

- «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если: он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, несвязно излагает его, с большими затруднениями выполняет практические задания.

Компетенции ОК 03, ОК 08 считаются сформированными, если обучающийся получил оценку «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично».

5. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1 Формой проведения оценочной процедуры является дифференцированный зачет, который проводится в форме устного опроса (**тестирования**).

Задания для оценки сформированности компетенций ОК 03, ОК 08

Примерный перечень вопросов для зачета с оценкой.

1. Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала.
2. Взаимосвязь общей культуры и образа жизни. Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Двигательная активность.
3. Влияние экологических факторов на здоровье человека. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании.
4. Первая медицинская помощь при травмах.
5. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни.
6. Лёгкая атлетика. Техника специальных упражнений бегуна.
7. Техника высокого и низкого стартов в легкой атлетике
8. Техника бега на короткие и средние дистанции. Старт и стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование
9. Техника прыжка в длину с разбега: разбег, отталкивание от планки, приземление.
10. Лёгкая атлетика. Техники эстафетного бега и передачи эстафетной палочки
11. Гимнастика. Строевые упражнения. Строевые приёмы на месте. Условные обозначения гимнастического зала. Перестроение из 1 шеренги во 2, 3 и обратно. Перестроение из колонны по 1 в колонны по 2, по 3 и обратно. Перестроение из одной шеренги в 3, 4 «Уступом» и обратно. Движение в обход, остановка группы в движении. Движение по диагонали, противоходом, «змейкой», по кругу. Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3, 4 поворотом в движении. Размыкание приставным шагами, по распоряжению.
12. Общеразвивающие упражнения. Техника общеразвивающих упражнений. Раздельный способ проведения общеразвивающих упражнений. Основные и промежуточные положения прямых рук. Основные положения согнутых рук. Основные стойки ногами. Наклоны, выпады, приседы. Упражнения сидя и лёжа. Поточный способ проведения ОРУ.
13. Техника акробатических упражнений. Комплекс акробатических упражнений. Совершенствование техники акробатических упражнений.
14. Волейбол. Техника приёма и передачи мяча сверху двумя руками. Техника приёма и передачи мяча снизу двумя руками. Техника подачи мяча. Двусторонняя игра.
15. Баскетбол. Техника ведения и передачи мяча. Комбинационные действия защиты и нападения. Штрафные броски. Двусторонняя игра.

Примеры тестовых заданий для промежуточной аттестации

Вопрос №1. Выберите один правильный вариант ответа. Физическая культура - это

- 1) использование физических упражнений для отдыха и восстановления работоспособности после трудовой или учебной деятельности;
- 2) **часть общей культуры, направленная на физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья человека в процессе осознанной двигательной активности;**
- 3) использование физических упражнений для восстановления после перенесенных

заболеваний и травм.

4) образовательный урок в школе или колледже

Вопрос №2. Расшифруйте аббревиатуру ВФСК ГТО _____ **Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»**

Вопрос №3. Выберите один правильный вариант ответа. Здоровье – это (по определению ВОЗ):

1) полное физическое и психическое благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

2) **полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.**

3) отсутствие болезней или физических дефектов.

5.2 Критерии оценки

Дифференцированный зачет проводится в группе численностью не более 25 человек.

Время выполнения задания – 90 минут.

Тест включает 40 заданий, в том числе по 1 заданию открытого и закрытого типа по каждой контролируемой компетенции.

Компетенции ОК 03, ОК 08 считаются сформированными, если обучающийся получил оценку «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично».

Шкала оценивания контролируемых компетенций

Процент результативности правильных ответов	Качественная оценка	
	Балл (отметка)	Вербальный аналог
85-100	5	отлично
66-84	4	хорошо
51-65	3	удовлетворительно
менее 51	2	неудовлетворительно