

Приложение №1 к рабочей программе

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ БИЗНЕСА И СТРАТЕГИЙ**



КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

по дисциплине

ОУД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

специальности

34.02.01 Сестринское дело

Профиль получаемого профессионального образования –
естественно-научный

форма обучения – очная

срок обучения – 3 года 10 месяцев

КИМ рассмотрены
на заседании МК «Общеобразовательных дисциплин»
«1» сентября 2022 года, протокол №1

Председатель МК: Д.И. Перова

Саратов 2022

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ПОКАЗАТЕЛИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ**
- 2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ**
- 3. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**
- 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

1. ПОКАЗАТЕЛИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

Контрольно-измерительные материалы разработаны в соответствии с дидактическими единицами раздела «Содержание учебной дисциплины» рабочей программы **ОУД.06. Физическая культура** по специальности СПО 34.02.01 Сестринское дело и предназначены для оценки результатов освоения дисциплины.

Требования к предметным результатам освоения базового курса физической культуры должны отражать:

1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

5) владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины проводится оценивание результатов обучения следующих объектов:

уметь:

У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.

У3 Быть активным в отношении здоровья;

знать:

З 1 Основы здорового образа жизни и значение физической культуры в обеспечении здоровья.

Формы промежуточной аттестации по учебной дисциплине

В соответствии с учебным планом по итогам I семестра аттестация проводится в форме дифференцированный зачет.

По итогам изучения дисциплины во II семестре обучающиеся сдают дифференцированный зачет.

2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ

Наименование элемента практического опыта, умений или знаний	Виды аттестаций	
	<i>Текущий контроль</i>	<i>Промежуточная аттестация</i>
<p>Уметь:</p> <p>У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. (Выполнять строевые упражнения в движении и на месте, уметь составлять комплекс ОРУ и УГГ и выполнять с группой. Уметь перемещаться, останавливаться и принимать стойку волейболиста, уметь выполнять передачу сверху двумя руками. Уметь выполнять передачу снизу, уметь выполнять нижнюю или верхнюю прямую подачу через сетку и прием с подачи двумя руками снизу или сверху. Знать правила игры в волейбол, расстановки и перемещения игроков. Уметь перемещаться, останавливаться и принимать стойку баскетболиста, уметь выполнять передачу партнеру одной двумя руками. Уметь выполнять ведение правой и левой рукой. Уметь выполнять бросок мяча в корзину с места и с двух шагов. Знать правила игры в баскетбол. технически правильно выполнять действия в играх, в эстафетах движения с предметами. Знать правила игр, уметь показать и научить играм группу. Освоить технику беговых упражнений (бег на длинные и короткие дистанции), технику высокого и низкого старта, стартовый разбег, финиширование, технически грамотно выполнять прыжок в длину с места.)</p>	Практические занятия № 1,4-23,25-38,40-50,52-54.	Дифференцированный зачёт
<p>У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке. (Правильно выполнять упражнения, освоить технику выполнения нормативов, выполнять нормативы в соответствии с нормативными требованиями)</p>	Практические занятия № 2,3,23,24,39,51,55,56,57,58,59.	
<p>У3 Быть активным в отношении здоровья. (Участвовать в спортивно – массовых мероприятиях.)</p>	Практические занятия № 1-59, с/р., рефераты.	
<p>Знать:</p> <p>З 1 Основы здорового образа жизни и значение физической культуры в обеспечении здоровья.</p>	Практические занятия № 1-59, с/р., рефераты.	

3. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Критерии оценки для текущего контроля Критерии оценки при выполнении письменных работ (рефератов) обучающихся по учебной дисциплине

Оценка	Критерии
5 «отлично»»»	Выполнены все требования к написанию и защите реферата, презентации, доклада, сообщения. Обозначена проблема, тема раскрыта полностью, выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.
4 «хорошо»	Основные требования к реферату соблюдены, но допущены недочеты.
3 «удовлетворительно»	Имеются существенные отступления от требований к реферированию.
2 «неудовлетворительно»	Тема не раскрыта, не понимание проблемы или работа не предоставлена.

Критерии оценки при выполнении практических заданий обучающихся по учебной дисциплине

Оценка	Критерии
5 «отлично»»»	двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, уверенно, в надлежащем ритме, легко и четко, обучающий овладел формой движения; в играх проявил должную активность, находчивость, ловкость, умение действовать в коллективе, точно соблюдать правила.
4 «хорошо»	двигательное действие выполнено правильно, но не достаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений: в играх учащийся не проявил должной активности, ловкости.
3 «удовлетворительно»	двигательное действие выполнено в основном правильно, но напряженно или вяло, недостаточно уверенно, допущены незначительные ошибки при выполнении; в играх обучающийся был малоактивным, допускал небольшие нарушения правил.
2 «неудовлетворительно»	двигательное действие не выполнено или выполнено неправильно, неуверенно, небрежно; допущены значительные ошибки; в играх учащийся не обнаружил должной активности, расторопности, умение играть в коллективе (команде).

Итоговый контроль

Проводится по окончанию изучения курса дисциплины «Физическая культура» в форме дифференцированного зачёта.

ОЦЕНИВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ НА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Объекты оценивания	Показатели	Критерии	Тип задания	Форма аттестации (в соответствии с учебным планом)
Уметь:				
У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья. (выполнять передачу сверху двумя руками, выполнять передачу снизу, уметь выполнять нижнюю или верхнюю прямую подачу через сетку).	Упражнения выполнены технически правильно.	Передача сверху двумя руками над собой выполнена не ниже 1 метра, 10 раз. Мяч не упал. Передача снизу чередуется с передачей сверху в паре, 20 раз. Мяч не упал. подача должна перелететь через сетку и попасть в площадку.	Практическое задание	Дифференцированный зачёт
У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.	Упражнения выполнены технически правильно	Упражнения и тесты выполнены в соответствии с нормативными требованиями.	Практическое занятие	Дифференцированный зачёт
У3 Быть активным в отношении здоровья.	Активное участие в спортивно – массовых мероприятиях	Активное участие в спортивно – массовых мероприятиях		
Знать:				
Основы здорового образа жизни и значение физической культуры в обеспечении здоровья.	Знать основы здорового образа жизни и уметь применить их на практике	Правильно применяет полученные знания		

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Вопросы (тесты) для входного контроля

Определение уровня физических способностей студентов:

Физические способности	Контрольные нормативы	ОЦЕНКА					
		Юноши 16-17 лет.			Девушки 16-17лет.		
		5	4	3	5	4	3
Скоростные	Прыжки через скакалку (кол-во за 1 мин.)	141	136	128	144	140	133
Координационные	Челночный бег 4х9м.	8.6	8.8	8.9	9.8	9.9	10.1
Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места	230	210	200	185	170	160
Выносливость	6-ти минутный бег в м.	1500	1300	1100	1300	1100	900
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	+13	+8	+6	+16	+9	+7
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине, из виса(юн.) Сгибание разгибание рук в упоре лежа (дев.) кол-во раз.	13	10	8	16	10	9

Вопросы (тесты) для рубежного контроля

Волейбол.

1. Передача сверху двумя руками над собой - 10 раз.
2. Передача снизу чередуется с передачей сверху в паре-20 раз.
3. Верхняя или нижняя прямая подача через сетку.

Баскетбол.

4. Бросок мяча в корзину одной или двумя руками с штрафной линии 2 из 5.
5. Ведение мяча «змейка».

Вопросы (тесты) для дифференцированного зачета

№	Вид упражнений	5	4	3	2	1
	Юноши 16-17 лет					
1	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами (см.)	230	210	200	190	180
2	Прыжки через скакалку за 1 мин.	141	136	128	120	112

3	Челночный бег 4х9м. (сек.)	8.6	8.8	8.9	9.0	9.1
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1мин.)	50	40	30	25	20
5	Бег 100м. (сек.)	13.8	14.3	14.6	14.8	15.0
6	Бег 3000м. (мин. сек.)	13.10	14.40	15.10	15.20	16.00
7	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	13	10	8	6	4
8	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см.)	+13	+8	+6	+4	+2
Девушки 16-17лет						
1	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)	185	170	160	150	140
2	Прыжки через скакалку за 1 мин.	144	140	133	128	122
3	Челночный бег 4х9м. (сек.)	9.8	9.9	10.1	10.2	10.4
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1мин.)	40	30	20	15	10
5	Бег 100м. (сек.)	16.3	17.6	18.0	18.5	19.0
6	Бег 2000м. (мин. сек.)	9.50	11.20	11.50	12.10	13.00
7	Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	16	10	9	8	7
8	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см.)	+16	+9	+7	+5	+3

Кроме, рассмотренных выше, вариантов сдачи и приёма контрольных упражнений для оценки развития физических качеств студентов, также следует принимать в качестве зачёта или оценки, занятия в спортивных секциях колледжа, спортивных школах и клубах города. Для зачёта пропущенных занятий по физической культуре, студенту достаточно предоставить от спортивной организации или клуба подтверждающие документы о регулярных занятиях по виду спорта, также предоставить возможность закрыть пропуски занятий в форме рефератов или посещение занятий с другими группами в объеме пропущенных часов.

Участие в соревнованиях оценивается оценкой «Отлично». Достаточно уровня внутриклубных или соревнований внутри колледжа, подтверждающим документом будет являться итоговый протокол соревнований по виду спорта от проводящей организации.

Обучающиеся специальной медицинской группы (СМГ), (ЛФК) и освобождённые от занятий ФК, сдают зачёт в форме реферата на выбранную тему в конце каждого семестра.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Перечень практических занятий по дисциплине

№ раздела, темы	Освоение умений в процессе занятия	Тема практического занятия
1	2	3
Тема 1 Роль физической культуры и спорта в духовном воспитании личности. Основы здорового образа жизни.	<p>У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.</p> <p>У3 Быть активным в отношении здоровья. Уметь правильно выполнять упражнения, освоить технику выполнения нормативов.</p>	<p>Практическое занятие № 1. Основные понятия и требования. Анкетирование, определение основной, специальной мед. группы и группы ЛФК. ОРУ (общие развивающие упражнения) на месте. Практическое занятие № 2. ОРУ в движении, СБУ (специальные беговые упражнения), контрольные упражнения для определения физического развития студентов. Практическое занятие № 3 ОРУ в движении, СБУ (специальные беговые упражнения), контрольные упражнения для определения физического развития студентов.</p>
Тема 2 Гимнастика 2.1 Строевые упражнения 2.2 Общие развивающие упражнения. 2.3 Упражнения на гимнастической стенке, коврик, скамейке.	<p>У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.</p> <p>У3 Быть активным в отношении здоровья. Уметь выполнять строевые упражнения в движении и на месте, уметь составлять комплекс ОРУ и УГГ и выполнять с группой.</p>	<p>Практическое занятие № 4. Выполнение строевых упражнений .Повороты .ОРУ. УГГ.</p> <p>Практическое занятие № 5. Выполнение комплекса ОРУ в движении и на месте.</p> <p>Практическое занятие № 6. Выполнение комплекса УГГ</p> <p>Практическое занятие №7.Выполнение комплексов на коврик, скамейке, гимнастической стенке</p>
Тема 3 Волейбол 3.1 Техника безопасности. Стойки и передвижения, повороты, остановки. 3.2 Обучение передаче двумя руками сверху.	<p>У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.</p> <p>У3 Быть активным в</p>	<p>Практическое занятие № 8. Инструктаж Т/Б по волейболу. Знакомство с правилами игры. Стойки волейболиста, перемещения, остановки.</p> <p>Практическое занятие №9 . ОРУ. Выполнение перемещений, стоек, остановок</p> <p>Практическое занятие №10 . ОРУ. Выполнение перемещений, обучение передаче сверху двумя</p>

<p>3.3 Обучение передаче двумя руками снизу.</p> <p>3.4 Обучение подаче, прием мяча с подачи.</p> <p>3.5 Нападающий удар и блок.</p> <p>3.6 Совершенствование техники волейбола, двухсторонняя игра.</p> <p>3.7 Контрольный урок. Дифференцированный зачет.</p>	<p>отношении здоровья. Уметь перемещаться, останавливаться и принимать стойку волейболиста, уметь выполнять передачу сверху двумя руками. Уметь выполнять передачу снизу, уметь выполнять нижнюю или верхнюю прямую подачу через сетку и прием с подачи двумя руками снизу или сверху. Знать правила игры в волейбол, расстановки и перемещения игроков. Текущие нормативы: 1.Передача сверху над собой двумя руками. 2. Передача в парах сверху и снизу. 3.Верхняя или нижняя подача через сетку .</p>	<p>руками. Практическое занятие №11 . ОРУ. СБУ. Повторение. Выполнение передачи сверху в колоннах, над собой. Практическое занятие №12 . ОРУ. СБУ. Совершенствование передачи сверху двумя руками Практическое занятие №13 . ОРУ. Выполнение передачи снизу в парах, тройках. Практическое занятие №14 . ОРУ. СБУ. Совершенствование передачи снизу. Практическое занятие №15 . ОРУ. СБУ. Обучение технике нижней прямой и боковой подаче через сетку. Прием мяча с подачи. Практическое занятие № 16. ОРУ. Обучение верхней подаче через сетку. Прием мяча с подачи. Практическое занятие №17. ОРУ. Совершенствование подачи через сетку, совершенствование приема мяча с подачи. Практическое занятие №18 . ОРУ. Специальные подготовительные упражнения. Техника нападающего удара. Практическое занятие №19. ОРУ. Техника блокирования Практическое занятие №20. ОРУ. Выполнение заданий на технику волейбола. Силовые и прыжковые упражнения. Практическое занятие №21. ОРУ. Передачи, нападающий удар, подача и прием мяча. Двухсторонняя игра Практическое занятие №22. ОРУ. Передачи, нападающий удар и блокирование, подача и прием мяча. Волейбольная разминка Двухсторонняя игра. Практическое занятие №23. Оценка умений и навыков техники волейбола. Контрольные нормативы. Практическое занятие №24. Итоги. Дифференцированный зачет.</p>
--	--	---

<p style="text-align: center;">Тема 4 Баскетбол</p> <p>4.1 Техника безопасности, стойки и перемещения баскетболиста.</p> <p>4.2 Ведение, передача и ловля мяча в баскетболе.</p> <p>4.3 Техника броска в корзину</p> <p>4.4 Бросок мяча после ведения.</p> <p style="text-align: center;">4.5 Совершенствование техники баскетбола.</p> <p>4.6 Контрольный урок.</p>	<p>Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.</p> <p>Быть активным в отношении здоровья.</p> <p>Уметь перемещаться, останавливаться и принимать стойку баскетболиста, уметь выполнять передачу партнеру одной двумя руками.</p> <p>Уметь выполнять ведение правой и левой рукой.</p> <p>Уметь выполнять бросок мяча в корзину с места и с двух шагов.</p> <p>Знать правила игры в баскетбол.</p> <p>Текущие нормативы:</p> <p>1. Бросок мяча в корзину с линии штрафного броска. 2. Ведение мяча левой и правой рукой-«змейка».</p>	<p>Практическое занятие № 25. ОРУ. Выполнение стойки, заданий на силу и выносливость.</p> <p>Практическое занятие № 26. ОРУ. Выполнение перемещений, упражнения на ковриках.</p> <p>Практическое занятие № 27. ОРУ. Выполнение передач в колоннах, В тройках ,в парах Упражнения на силу.</p> <p>Практическое занятие № 28. ОРУ. Выполнение ведения правой и левой рукой в различных упражнениях. Упражнения на координацию.</p> <p>Практическое занятие №29.ОРУ. Выполнение ведения в колонне, тройках и т. д. Выполнение ведения с обводом соперника</p> <p>Практическое занятие № 30. Выполнение ведений и передач в движении. Силовая подготовка</p> <p>Практическое занятие № 31. Выполнение бросков. Выполнение упражнений на меткость и выносливость</p> <p>Практическое занятие № 32. Выполнение бросков. Выполнение упражнений на меткость и выносливость.</p> <p>Практическое занятие № 33. Выполнение ОРУ в движении и на месте. Выполнение задания по изучению ведения, 2 шага, бросок. Броски с различных точек. Силовая подготовка.</p> <p>Практическое занятие № 34. ОРУ. Двухсторонняя игра</p> <p>Практическое занятие № 35. Выполнение комплекса ОРУ. Повторение всех технических приемов в баскетболе</p> <p>Практическое занятие № 36. ОРУ. Двухсторонняя игра</p> <p>Практическое занятие № 37. Разминка баскетболиста. Выполнение упражнений на совершенствование технических элементов баскетбола.</p> <p>Практическое занятие № 38. ОРУ. Двухсторонняя игра.</p> <p>Практическое занятие № 39. Контрольные нормативы. Выполнение штрафного броска, ведение мяча «змейка»</p>
---	---	--

<p style="text-align: center;">Тема5 Подвижные игры и эстафеты 5.1 Подвижные игры</p> <p style="text-align: center;">5.2 Эстафеты</p>	<p>У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.</p> <p>У3 Быть активным в отношении здоровья.</p> <p>Уметь технически правильно выполнять действия в играх, в эстафетах движения с предметами.</p> <p>Знать правила игр, уметь показать и научить играм группу.</p>	<p>Практическое занятие № 40. ОРУ, СБУ, игра пионербол, третий лишний</p> <p>Практическое занятие № 41. ОРУ, СБУ, игра пионербол, перестрелка</p> <p>Практическое занятие № 42. ОРУ, эстафеты с б/б и в/б мячами</p> <p>Практическое занятие № 43. ОРУ, эстафеты с мячами и гимнастическими предметами</p>
<p style="text-align: center;">Тема 6 Легкая атлетика 6.1Инструктаж по технике безопасности. Бег. 6.2Спринтерский бег. 6.3Прыжки в длину с места. 6.4Терринкур. (Дозированная ходьба).</p>	<p>У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.</p> <p>У3 Быть активным в отношении здоровья.</p> <p>Освоить технику беговых упражнений (бег на длинные и короткие дистанции), технику высокого и низкого старта, стартовый разбег, финиширование. Уметь технически грамотно выполнять прыжок в длину с места.</p>	<p>Практическое занятие № 44 ОРУ. Обучение технике высокого старта и технике бега. Равномерный бег.</p> <p>Практическое занятие № 45. ОРУ. СБУ. Переменный бег с высокого старта 100-200-400м. медленно, плюс 100 быстро.</p> <p>Практическое занятие №46 ОРУ .СБУ. Выполнение прыжков многоскоков, бег 6 мин.</p> <p>Практическое занятие № 47. ОРУ. Бег в равномерном темпе 6-10 мин.</p> <p>Практическое занятие № 48. ОРУ. СБУ. Обучение технике низкого старта и стартовому разгону.</p> <p>Практическое занятие № 49. ОРУ. Бег 60-100м</p> <p>Практическое занятие № 50. Выполнение комплекса ОРУ. Изучение техники прыжка в длину с места</p> <p>Практическое занятие № 51. ОРУ. Выполнение прыжка с места на результат</p> <p>Практическое занятие № 52. ОРУ. Бег в равномерном темпе 8-12 мин.</p> <p>Практическое занятие № 53. Прохождение Дистанции с разной скоростью.</p> <p>Практическое занятие № 54. Прохождение дистанций в 3 и 5 км.</p>

<p>Тема 7 Контрольные нормативы. Дифференцированный зачет.</p>	<p>У1 Владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>У2 Выполнять установленные нормативы по физической, спортивно-технической подготовке.</p> <p>У3 Быть активным в отношении здоровья.</p> <p>Уметь выполнять контрольные упражнения в соответствии с нормативными требованиями.</p>	<p>Практическое занятие № 55. Выполнение контрольных нормативов по физической подготовке.</p> <p>Практическое занятие №56. Выполнение контрольных нормативов по физической подготовке.</p> <p>Практическое занятие №57. Выполнение контрольных нормативов по изученным темам.</p> <p>Практическое занятие №58. Дифференцированный зачет.</p> <p>Практическое занятие №59. Дифференцированный зачет.</p>
--	---	---

Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине представлены в Приложении 1 к данному комплекту контрольно-измерительных материалов.

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы по дисциплине представлены в Приложении 2 к данному комплекту контрольно-измерительных материалов.