

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 01.09.2026 11:58:42
Уникальный программный ключ:
04c19ed8bf98f3b6cb77a486b9a8788b8322323



Минобрнауки России
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)
Колледж ЧелГУ
Фонд оценочных средств дисциплины
ОГСЭ. 04 Физическая культура
Специальности 40.02.04 Правоохранительная деятельность

Версия документа - 1

стр. 1 из 10

Первый экземпляр _____

КОПИЯ № _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор Колледжа ЧелГУ

М.В. Найн

«13» апреля 2026г.

Фонд оценочных средств дисциплины

ОГСЭ. 04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность

40.02.02 Правоохранительная деятельность

Присваиваемая квалификация

Юрист

Форма обучения

Очная (год набора 2023)

Челябинск, 2026

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальности 40.02.04 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 2 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

Фонд оценочных средств разработан на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 12.08.2022 № 732 и примерной программы по данной общеобразовательной дисциплине, рассмотренной и одобренной на заседании Педагогического совета ФГБОУ ДПО ИРПО (протокол № 13 от 29.09.2022 г)

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен Педагогическим советом Колледжа Челябинского государственного университета (протокол заседания № 5 от 23 апреля 2026 года).

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 3 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств	4
2. Перечень основных показателей оценки результатов, освоения общеобразовательной дисциплины	4
3. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации	6

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 4 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу ОГСЭ.04 Физическая культура, по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ, ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Результаты, закрепленные за дисциплиной

Изучение дисциплины «Физическая культура» направлено на формирование следующих результатов:

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Знать	Уметь
ОК.2. Понимать и анализировать вопросы ценностно-мотивационной сферы.	- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - способы самоконтроля за состоянием здоровья; - тактику силового задержания и обезвреживания противника, самозащиты без оружия.	
ОК.3. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.		- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - самостоятельно поддерживать собственную общую и специальную физическую подготовку; - применять навыки профессионально-прикладной физической подготовки в профессиональной деятельности; - применять правомерные действия по силовому пресечению правонарушений, задержанию и сопровождению лиц, подозреваемых в совершении правонарушений.
ОК.6. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.		
ОК.10. Адаптироваться к меняющимся условиям профессиональной деятельности.		

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 5 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

ОК.14. Организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимый для социальной и профессиональной деятельности.		
ПК.1.6. Применять меры административного пресечения правонарушений, включая применение физической силы и специальных средств.		

2.2. Система контроля и оценки освоения программы общеобразовательной дисциплины.

Текущий контроль успеваемости студентов учебной дисциплины «Физическая культура» проводится по результатам сданных нормативов и оценок, полученных в ходе занятий.

Промежуточная аттестация проводится в виде дифференцированного зачета по зачетным билетам.

Оценка «отлично» ставится, если даны полные и грамотные ответы на вопросы зачетного билета, допускаются единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправляемые обучающимися.

Оценка «хорошо» ставится, если даны грамотные и достаточно полные ответы на вопросы зачетного билета, обучающийся самостоятельно исправляет ошибки после наводящих вопросов преподавателя.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если дан достаточно полный ответ на один вопрос зачетного билета, на второй вопрос дан не полный ответ, допущенные ошибки студент не в состоянии исправить самостоятельно.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если изложение материала

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 6 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

неполное, неточное, с грубейшими ошибками допущенные ошибки студент не в состоянии исправить самостоятельно. Отказ от ответа, в том числе на повторно взятый билет.

3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Задания для оценки умений и освоение знаний

Перечень вопросов для подготовки к зачету

1. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
3. Социальные и биологические основы физической культуры и спорта.
4. Основы здорового образа жизни.
5. Россия - будущая столица Олимпиады.
6. Олимпийские виды спорта (История Олимпийских игр).
7. Нетрадиционные виды двигательной активности.
8. Профессионально важные двигательные (физические) качества. Средства и методы их совершенствования.
9. Контроль и самоконтроль за физическим развитием и состоянием здоровья.
10. Организация и методика проведения ЛФК, корректирующая гимнастики.
11. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
12. Профессионально-прикладная физическая подготовка работников разных профессий.
13. Основы методики развития физических способностей человека. Механизмы, лежащие в основе проявления быстроты, силы, выносливости, гибкости и ловкости (нервно-психические, биохимические и физиологические).
14. Средства и методы применяемые для развития физической культуры.
15. Нетрадиционные виды гимнастики. Что мы знаем о стрессе.

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 7 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

Методы снятия утомления.

- 16.История развития спортивных игр.
- 17.Физические качества человека.
- 18.Спорт в физическом воспитании студентов.
- 19.Вредные привычки и борьба с ними.
- 20.Профилактика травматизма.
- 21.Понятие «физическое развитие»
- 22.Физическая культура и здоровый образ жизни (ЗОЖ)
- 23.Понятие «физкультурник» и «спортсмен»
- 24.Курение. Его роль в развитии заболевания
- 25.Материальные и духовные ценности физической культуры
- 26.Средства поддержания нормального веса
- 27.Понятие «физкультурник» и «спортсмен»
- 28.Влияние избыточного веса на состояние здоровья
- 29.Физическая культура как средство укрепления мира и дружбы
- 30.Три группы факторов здорового образа жизни
- 31.Главная цель занятий физической культурой и спортом
- 32.Понятие «физическое развитие»
- 33.Понятие физическая культура (дать определение)
- 34.Понятие «физическая подготовка» и «физическая подготовленность»
- 35.Понятие физическое воспитание
- 36.Понятие «физическое совершенство»
- 37.Физическая культура личности
- 38.Физические упражнения, как основное средство физического Совершенствования
- 39.Основы методики самостоятельных занятий физической культурой
- 40.Физическая культура - как учебная дисциплина среднего профессионального образования

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 8 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

3.2. Типовые задания для оценки усвоения учебной дисциплины

Билет №1

1. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

Билет №2

1. Социальные и биологические основы физической культуры и спорта.
2. Основы здорового образа жизни.

Билет №3

1. Россия - будущая столица Олимпиады.
2. Олимпийские виды спорта (История Олимпийских игр).

Билет №4

1. Нетрадиционные виды двигательной активности.
2. Профессионально важные двигательные (физические) качества. Средства и методы их совершенствования.

Билет №5

1. Контроль и самоконтроль за физическим развитием и состоянием здоровья.
2. Организация и методика проведения ЛФК, корректирующая гимнастики.

Билет №6

1. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
2. Профессионально-прикладная физическая подготовка работников разных профессий.

Билет №7

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 9 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

1. Основы методики развития физической способностей человека. Механизмы, лежащие в основе проявления быстроты, силы, выносливости, гибкости и ловкости (нервно-психические, биохимические и физиологические).

2. Средства и методы, применяемые для развития физической культуры.

Билет №8

1. Нетрадиционные виды гимнастики. Что мы знаем о стрессе. Методы снятия утомления.

2. История развития спортивных игр.

Билет №9

1. Физические качества человека.

2. Спорт в физическом воспитании студентов.

Билет №10

1. Вредные привычки и борьба с ними.

2. Профилактика травматизма.

Билет №11

1. Понятие «физическое развитие»

2. Физическая культура и здоровый образ жизни (ЗОЖ)

Билет №12

1. Понятие «физкультурник» и «спортсмен»

2. Курение. Его роль в развитии заболевания

Билет №13

1. Материальные и духовные ценности физической культуры

2. Средства поддержания нормального веса

Билет №14

1. Понятие «физкультурник» и «спортсмен»

	Минобрнауки России Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Колледж ЧелГУ		
	Фонд оценочных средств дисциплины ОГСЭ. 04 Физическая культура Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность		
Версия документа - 1	стр. 10 из 10	Первый экземпляр _____	КОПИЯ № _____

2. Влияние избыточного веса на состояние здоровья

Билет №15

1. Физическая культура как средство укрепления мира и дружбы
2. Три группы факторов здорового образа жизни

Билет №16

1. Главная цель занятий физической культурой и спортом
2. Понятие «физическое развитие»

Билет №17

1. Понятие физическая культура (дать определение)
2. Понятие «физическая подготовка» и «физическая подготовленность»

Билет №18

1. Понятие физическое воспитание
2. Понятие «физическое совершенство»

Билет №19

1. Физическая культура личности
2. Физические упражнения, как основное средство физического совершенствования

Билет №20

1. Основы методики самостоятельных занятий физической культурой
2. Физическая культура - как учебная дисциплина среднего профессионального образования