

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Горшкова Надежда Кимовна
Должность: Директор
Дата подписания: 16.02.2024 11:55:55
Уникальный программный ключ:
6e4febd30540ffff35fc4c6217bc0cf1c72a2749

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Чувашской Республики «Чебоксарский экономико-технологический колледж»
Министерства образования Чувашской Республики

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

СГ.04. Безопасность жизнедеятельности

по программе подготовки специалистов среднего звена по специальности

25.02.08 Эксплуатация беспилотных авиационных систем

Разработан в соответствии с требованиями
Федерального государственного
образовательного стандарта среднего
профессионального образования по
специальности 25.02.08 Эксплуатация
беспилотных авиационных систем

УТВЕРЖДЕН
приказом от «26» января 2024 г. №_

РАССМОТРЕНА

на заседании цикловой комиссии
техносферной безопасности
Протокол №___ от "___" _____ 20__ г.
Председатель ЦК: _____/О.Г. Карсаков /

Разработчик:
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Чувашской Республики «Чебоксарский экономико-технологический колледж»
Министерства образования Чувашской Республики

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.
2. Программа текущей аттестации (комплект оценочных средств для оценки уровня освоения умений, усвоения знаний, сформированности общих и профессиональных компетенций при проведении текущего контроля).
3. Программа промежуточной аттестации (комплект оценочных средств для оценки освоения умений и усвоения знаний, сформированности общих и профессиональных компетенций при проведении промежуточной аттестации).

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ФОС предназначен для проверки результатов освоения учебной дисциплины и состоит из программы текущей аттестации и программы промежуточной аттестации.

ФОС разработан на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 25.02.08 Эксплуатация беспилотных авиационных систем;

- рабочей программы учебной дисциплины СГ.04. Безопасность жизнедеятельности

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии в ходе освоения материала в форме устного опроса, выполнения письменных заданий по теме занятия. В ходе текущего контроля осуществляется индивидуальное корректирующее общение преподавателя с обучающимся. При наличии трудностей и (или) ошибок у обучающегося преподаватель в ходе текущего контроля дублирует объяснение нового материала с учетом особенностей восприятия и усвоения обучающимся содержания материала учебной дисциплины.

Цель- определение уровня знаний обучающихся, полученных в процессе обучения на занятиях по дисциплине **СГ.04. Безопасность жизнедеятельности**.

В результате освоения дисциплины **СГ. 04 Безопасность жизнедеятельности** обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС СПО

умениями:

-организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

-предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

-использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

-применять первичные средства пожаротушения; ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

-применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

-владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

-оказывать первую помощь пострадавшим;

знать:

-принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

-основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

-основы военной службы и обороны государства;

-задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;

-меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

-организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

-основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

-область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

-порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим;

. компетенциями:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

2. ПРОГРАММА ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ

Формы и методы текущего контроля: устный и письменный опрос, тестирование, выполнение практических работ, выполнение и защита реферата, аудиторная самостоятельная работа, исследовательское задание – создание и защита электронной презентации, индивидуальные задания, выполнение заданий к зачёту.

При проведении аудиторной контрольной работы обучающийся прочитывает задания соответствующего варианта контрольной работы и отвечает письменно на вопросы (решает задания) в любом порядке.

Время выполнения контрольной работы: 45 мин.

Реферативное задание является формой самостоятельной работы обучающихся. Реферат выполняется в соответствии с методическими рекомендациями по его выполнению, оформляется в бумажном варианте в соответствии со стандартом колледжа и по желанию обучающегося может сопровождаться электронной презентацией. Защита реферата проводится в устной форме в рамках теоретических занятий.

Аудиторная самостоятельная работа проводится после выполнения практической работы по изученной теме. Задания выполняются обучающимся в строгой последовательности без консультации преподавателя.

Выполнение исследовательского задания, результатом которого выступает разработка электронной презентации, является формой самостоятельной работы обучающихся. Электронная презентация разрабатывается обучающимися индивидуально. Защита презентации проводится в устной форме в рамках теоретических занятий. При подготовке выступления по презентации можно руководствоваться рекомендациями к подготовке устного сообщения.

Устный опрос – контроль, проводимый после изучения материала по одному или нескольким темам (разделам) дисциплины в виде ответов на вопросы и обсуждения ситуаций;

Письменный контроль – контроль, предполагающий работу с поставленными вопросами, решением задач, анализом ситуаций, выполнением практических заданий по отдельным темам (разделам) курса;

Комбинированный опрос – контроль, предусматривающий одновременное использование устной и письменной форм оценки знаний по одной или нескольким темам;

Защита и презентация домашних заданий – контроль знаний по индивидуальным или групповым домашним заданиям с целью проверки правильности их выполнения, умения обобщать пройденный материал и публично его представлять, проследить логическую связь между темами курса

Тесты – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений, обучающегося.

При проведении текущего контроля успеваемости обучающихся используются следующие критерии оценок:

1) Критерии оценки выполнения устного опроса, контрольной работы, тестовых заданий, аудиторной самостоятельной работы:

Процент результативности	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90 ÷ 100	5	отлично
70 ÷ 89	4	хорошо
50 ÷ 69	3	удовлетворительно
менее 49	2	неудовлетворительно

Все запланированные контрольные, самостоятельные работы и тесты по дисциплине обязательны для выполнения.

2) Критерии оценки реферата:

оценка **«отлично»** выставляется за реферат, который носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенный материал, с соответствующими обоснованными выводами;

оценка **«хорошо»** выставляется за грамотно выполненный во всех отношениях реферат при наличии небольших недочетов в его содержании или оформлении;

оценка **«удовлетворительно»** выставляется за реферат, который удовлетворяет всем предъявляемым требованиям, но отличается поверхностностью, в нем просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные выводы;

оценка **«неудовлетворительно»** выставляется за реферат, который не носит исследовательского характера, не содержит анализа источников и подходов по выбранной теме, выводы носят декларативный характер.

3) Критерии оценки электронной презентации:

Критерии оценки	Содержание оценки
1. Содержательный критерий (0-20 баллов)	обоснование выбора темы, знание предмета и свободное владение материалом, грамотное использование научной терминологии, импровизация, речевой этикет
2. Логический критерий (0-20 баллов)	стройное логико-композиционное построение речи, доказательность, аргументированность
3. Речевой критерий (0-20 баллов)	использование языковых (метафоры, фразеологизмы, пословицы, поговорки и т.д.) и неязыковых (поза, манеры и т.д.) средств выразительности; фонетическая организация речи, правильность ударения, четкая дикция, логические ударения и т.д.
4. Психологический критерий (0-20 баллов)	взаимодействие с аудиторией (прямая и обратная связь), знание и учет законов восприятия речи, использование различных приемов привлечения и активизации внимания
5. Критерий соблюдения дизайн-эргономических требований к компьютерной презентации (0-20 баллов)	соблюдение требований к первому и последнему слайдам, прослеживание обоснованной последовательности слайдов и информации на слайдах, необходимое и достаточное количество фото- и видеоматериалов, учет особенностей восприятия графической (иллюстративной) информации, корректное сочетание фона и графики, органичное соответствие дизайна презентации ее содержанию, грамотное соотношение устного выступления и компьютерного сопровождения, общее впечатление от мультимедийной презентации

Количество набранных баллов по критериям оценки презентации	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90 ÷ 100	5	отлично
80 ÷ 89	4	хорошо
70 ÷ 79	3	удовлетворительно
менее 70	2	неудовлетворительно

В соответствии с принципами технологии групповой работы при оценивании электронной презентации выставляется одна оценка всем участникам микрогруппы. Обучающиеся, не представившие готовую электронную презентацию или представившие работу, которая была оценена на «неудовлетворительно», не допускаются к сдаче дифференцированного зачета по дисциплине.

Оценка текущего контроля носит комплексный характер и включает в себя результаты прохождения всех оценочных мероприятий, проходивших в течение освоения программы

дисциплины СГ. 04 Безопасность жизнедеятельности.

Оценочные средства для текущего контроля

Вопросы для устного опроса: У.1-У8 ОК1-9

1. Правовые основы организации защиты населения РФ от ЧС.
2. Основные положения Федерального закона РФ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
3. Чрезвычайные ситуации (ЧС) природного, техногенного и военного
4. характера, их классификация и последствия
5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её организация и функционирование.
6. Меры безопасности населения , оказавшегося на территории военных действий.
7. Причины опасных ситуаций и производственных травм.
8. Защита от поражения током.
9. Правила поведения при сигнале «Внимание всем».
10. Понятия «экстремизм», «терроризм», «криминальные действия», их положение в правовом поле РФ.
11. Предполетный контроль пассажиров и грузов.
12. Угрозы национальной безопасности России.
13. Состав и структура Вооруженных Сил Российской Федерации.
14. Начало, срок, окончание военной службы. Увольнение с военной службы.
15. Сущность, виды и характеристика конфликтов в воинских коллективах.
16. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи.

Тест-задание:

1. Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?
 - а). Надеть средства защиты и покинуть помещение.
 - б). Включить радио, телевизор и прослушать информацию.**
 - в). Быстро направиться в укрытие.
2. Что такое чрезвычайная ситуация?
 - а) особо сложное социальное явление
 - б) определенное состояние окружающей природной среды
 - в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности.**
3. Чем характеризуется каждая ЧС?
 - а) химической сущностью
 - б) физической сущностью
 - в) своими, только ей присущими причинами возникновения
 - г) особенностями воздействия на человека и среду обитания**
4. Как подразделяются ЧС по характеру источника?
 - а) на природные и техногенные**
 - б) на экологические
 - в) на биолого-социальные
 - г) на военные
5. Что является основным источником ЧС природного характера?
 - а) магнитные бури
 - б) антропогенное воздействие
 - в) стихийные бедствия**
 - г) биологические процессы
6. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?
 - а) беда
 - б) авария**

в) коллапс

г) катастрофа

7. Что представляет собой транспортная авария?

а) уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств

б) происшествие, повлекшее за собой уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств или ущерб окружающей среде

в) происшествие, повлекшее за собой причинение пострадавшим тяжелых телесных повреждений

г) происшествие, повлекшее за собой гибель людей

8. Химическое оружие – это:

а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;

б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;

в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств.

9. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:

а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;

б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;

в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

10. Ядерное оружие – это:

а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);

б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;

в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

11. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:

а) в первые часы после выпадения;

б) в первые сутки после выпадения;

в) в течении трёх суток после выпадения.

12. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, заражённое отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состояния атмосферного воздуха;

б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;

в) резкое повышение температуры окружающей среды, понижение концентрации в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании

Практические задания:

1. Поведение человека в аварийных ситуациях. Правила поведения при сигнале «Внимание всем»;

2. Средства пожаротушения и их практическое применение.

Критерии оценивания по заданиям текущего контроля

Оценка «отлично» - обучающийся свободно применяет знания на практике; не допускает ошибок в воспроизведении изученного материала; выделяет главные положения в изученном материале и не затрудняется в ответах на видоизмененные вопросы; усваивает

весь объем программного материала; отчетный материал оформлен аккуратно.

Оценка «хорошо» - обучающийся знает весь изученный материал; отвечает без особых затруднений на вопросы преподавателя; умеет применять полученные знания на практике; в ответах не допускает серьезных ошибок, легко устраняет определенные неточности с помощью дополнительных вопросов преподавателя; отчетный материал оформлен недостаточно аккуратно.

Оценка «удовлетворительно» - обучающийся усвоил основной материал, но испытывает затруднения при его самостоятельном воспроизведении и требуются дополняющие вопросы преподавателя; отчетный материал оформлен не аккуратно.

Оценка «неудовлетворительно» - обучающийся имеет отдельные представления об изучаемом материале, но все, же большая часть не усвоена; отчетный материал не оформлен.

**Содержание и нормативы дифференцированного зачёта по учебной дисциплине
СГ.04 «Безопасность жизнедеятельности»
Курс 3, семестр 6**

Оценочные средства промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета

Вопросы для устного ответа:

1. Основные понятия и определения безопасности жизнедеятельности..
2. Взаимодействию человека со средой.
3. Правовые основы организации защиты населения РФ от ЧС.
Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её организация и функционирование.
4. . Министерство по чрезвычайным ситуациям (МЧС) РФ-задачи, состав, силы и средства ,опыт работы в ЧС
5. Гражданская оборона, как составляющая часть РСЧС- задачи, состав, силы и средства ,опыт работы в ЧС
6. Мероприятия гражданской обороны.
7. Причины возникновения ЧС.
8. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.
9. План эвакуации.
10. Применение коллективных и индивидуальных средств защиты.
11. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.
12. Современные средства поражения, поражающие факторы.
13. . Оружие массового поражения: обычное
14. Современные средства поражения Оружие массового поражения: ядерное.
15. Оружие массового поражения: химическое, бактериологическое, биологическое,
16. Последствия ЧС для человека, производственной, природной и бытовой среды.
17. Причины опасных ситуаций и производственных травм.
18. Влияние на организм человека химический веществ, магнитных полей,
19. Влияние на организм человека электромагнитных излучений, инфракрасных и лазерных излучений.
20. Электрическая и пожарная безопасность на производстве.
21. Требования к искусственному производственному освещению.
22. Защита от поражения током.

23. Средства защиты от шума и вибрации.
24. Безопасность применения компьютерного оборудования.
25. Микроклимат в производственных помещениях.
26. Понятия «экстремизм», «терроризм», «криминальные действия», их положение в правовом поле РФ.
27. Правила поведения человека, попавшего в заложники.
28. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.
29. Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму
30. Контртеррористическая операция и условия её проведения.
31. Правовой режим контртеррористической операции.
32. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны
33. Меры безопасности на воздушном транспорте. Охрана авиапредприятий.
34. Средства контроля пассажиров.
35. Состав и структура Вооружённых Сил Российской Федерации.
36. Военная служба- особый вид государственной службы.
37. Юридическая ответственность военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих.
38. Правовой статус военнослужащих.
39. Военские должности и звания военнослужащих.
40. Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан.
41. Прохождение военной службы по призыву, военная служба по контракту, альтернативная военная служба.
42. . Общая характеристика межличностных взаимоотношений между военнослужащими. Сущность, виды и характеристика конфликтов в воинских коллективах.
43. Правовые основы оказания первой медицинской помощи.
44. Первая помощь при различных повреждениях и состояниях организма. Первая помощь при переломах, кровотечениях, ожогах, обморок.

Критерии оценки устного ответа:

Все верные ответы берутся за 100%

«отлично» - 90% и более

«хорошо» - 89%- 70%

«удовлетворительно» - 69%-50%

«неудовлетворительно» - менее 50%

Оценка за дифференцированный зачет выставляется с учетом результатов учебных сборов.

Вопросы к темам учебного сбора:

1. Основные задачи, формы и методы военно-патриотического воспитания молодежи (воинов); (Знание основ государственной системы, российского законодательства, нравственное воспитание- целенаправленное воздействие на личность с целью формирования нравственного сознания, развития нравственных чувств, выработки навыков и умений нравственного поведения.)
2. Подготовка призывников до призыва на военную службу.
3. Цели учебных сборов.
4. Прохождение медицинского освидетельствования.
5. Воинские уставы ВС РФ. Общевоинские уставы ВС РФ. Боевые уставы видов (родов) ВС РФ.
6. Дисциплинарный устав ВС РФ. Основные положения.
7. Устав гарнизонной, комендантской и караульной службы ВС РФ. Основные

положения.

8. Устав внутренней службы ВС РФ. Основные положения.
9. Порядок приема и сдачи дежурства дежурным по роте.
10. Обязанности дежурного по роте.
11. Понятие воинская дисциплина, определение и требования.
12. Форма доклада.(например: «Товарищ преподаватель. 1-й взвод на занятие по общевойсковым уставам прибыл. По списку 25, все люди налицо (или: отсутствуют 3 человека - два в наряде и один в госпитале). Заместитель командира взвода студент Петров»).
13. Строевой устав ВС РФ. Положения.
14. Предварительная команда
15. Исполнительная команда.
16. Строевые приемы и движения без оружия индивидуально.
17. Строевые приемы и движения без оружия в составе отделения взвода).
18. Боевой устав ВС РФ.
19. Отделение в обороне.
20. Отделение в наступлении.
21. Передвижения на поле боя.
22. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.
23. Способы действий личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения.
24. Правила пользования противогазом и респиратором.
25. Способы надевания ОЗК.
26. Автомат Калашникова. Положение частей и механизмов до заряжания.
27. АК -74-работа частей и механизмов при заряжании.
28. Возможные задержки и неисправности, возникающие при стрельбе, и способы их устранения .
29. Сборка – разборка АК-74.

Показатели и оценка за выполнение норматива «Передвижение на поле боя (скрытое выдвижение к объектам противника)»

Категория обучаемых	Оценка по времени (секунд)		
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»
Передвижение на поле боя перебежками (300 м)			
Военнослужащий	2 мин 20 с	2 мин 30 с	3 мин
Отделение	2 мин 45 с	3 мин	3 мин 30 с
Взвод	3 мин	3 мин 15 с	3 мин 45с
Рота (группа, батарея)	3 мин 10 с	3 мин 30 с	4 мин 10 с
Передвижение на поле боя переползанием по-пластунски (50м)			

Военнослужащий	1 мин 50 с	2 мин	2 мин 25 с
Отделение	2 мин	2 мин 10с	2 мин 35 с
Взвод	2 мин 10 с	2 мин 20 с	2 мин 50 с
Рота (группа, батарея)	2 мин 20 с	2 мин 30 с	3 мин
Передвижение на поле боя перебежками и переползанием по-пластунски (15 мин+15 мин)			
Военнослужащий	40 с	45 с	55 с
Отделение	45 с	50 с	60 с

Выполнения нормативов: «Надевание противогаза или респиратора» и «Надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза»

Категория обучаемых	Оценка по времени (секунд)		
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»
Военнослужащий	7/11	8/12	10/14
Расчет (отделение)	8/12	9/13	11/15
Взвод	9/13	10/14	12/17

Показатели и оценка за выполнение норматива: «Неполная разборка оружия»

Вид оружия	Оценка по времени (секунд)		
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»
Автомат	15	17	19

Порядок определения оценки за выполнения нормативов по огневой подготовке: Если норматив отрабатывается в процессе обучения несколько раз, то оценка за его выполнение определяется по последнему показанному результату или по результату контрольной попытки.

Индивидуальная оценка обучаемому за выполнение нескольких нормативов по огневой подготовке определяется по оценкам, полученным за выполнение каждого норматива, и считается:

«отлично»	если не менее 90% проверенных нормативов оценены положительно, при этом не менее 50% нормативов оценено «отлично»
-----------	---

«хорошо»	если не менее 80% проверенных нормативов оценены положительно, при этом не менее 50% нормативов оценены не ниже «хорошо»
«удовлетворительно»	если не менее 70% нормативов оценены положительно, а при оценке по трем нормативам положительно оценены два, один из них – не ниже «хорошо»
«неудовлетворительно»	если не выполнены условия на оценку «удовлетворительно»

Наставление по физической культуре и спорту ВС РФ.

Проведение разминки перед выполнением заданий по физической подготовке.

Основные команды, подаваемые при проведении занятий по физической подготовке.