

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Мухамбеталиева Алсу Сабировна
Должность: Ведущий специалист отдела МКО
Дата подписания: 25.02.2026 12:12:51
Уникальный программный ключ:
a704735d5ef2b8c074230c71f01f1b21031fd8e1

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

СГЦ.01 История России

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01. Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствении с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/профессии 49.02.01 Физическая культура, утвержденный приказом Министерством просвещения РФ №968 от 11.11.2022.
- одобрен Педагогическим советом №5 от 10.04.2024

Разработчик ФОС: Гимранов Р.Ф.

I. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу СГЦ.01 «История России».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения в соответствии с ФГОС специальности «Физическая культура» и рабочей программой СГЦ «История России»:

знания:

- Понимать значимость России в мировых политических и социально-экономических процессах XX — начала XXI в., знание достижений страны и ее народа; умение характеризовать историческое значение Российской революции, Гражданской войны, новой экономической политики (далее - нэп), индустриализации и коллективизации в Союзе Советских Социалистических Республик (далее — СССР), решающую роль СССР в победе над нацизмом, значение советских научно-технологических успехов, освоения космоса; понимание причин и следствий распада СССР, возрождения Российской Федерации как мировой державы, воссоединения Крыма с Россией, специальной военной операции на Украине и других важнейших событий XX - начала XXI в.; особенности развития культуры народов СССР (России).
- Знание имен героев Первой мировой, Гражданской, Великой Отечественной войн, исторических личностей, внесших значительный вклад в социально-экономическое, политическое и культурное развитие России в XX - начале XXI в.
- Знание ключевых событий, основных дат и этапов истории России и мира в XX - начале XXI в.; выдающихся деятелей отечественной и всемирной истории; важнейших достижений культуры, ценностных ориентиров. В том числе по учебному курсу «История России»: Россия накануне Первой мировой войны. Ход военных действий. Власть, общество, экономика, культура. Предпосылки революции. Февральская революция 1917 г. Двоевластие. Октябрьская революция. Первые преобразования большевиков. Гражданская война и интервенция. Политика «военного коммунизма». Общество, культура в годы революций и Гражданской войны. Нэп. Образование СССР. СССР в годы нэпа. «Великий перелом». Индустриализация, коллективизация, культурная революция. Первые пятилетки. Политический строй и репрессии. Внешняя политика СССР. Укрепление обороноспособности. Великая Отечественная война 1941-1945 гг.: причины, силы сторон, основные операции. Государство и общество в годы войны, массовый героизм советского народа, единство фронта и тыла, человек на войне. Нацистский оккупационный режим, зверства захватчиков. Освободительная миссия Красной Армии. Победа над Японией. Решающий вклад СССР в Великую Победу. Защита памяти о Великой Победе. СССР в 1945-1991 гг. Экономическое развитие и реформы. Политическая система «развитого социализма». Развитие науки, образования, культуры. Холодная война и внешняя политика. СССР и мировая социалистическая система. Причины распада Советского Союза. Российская Федерация в 1992-2022 гг. Становление новой России. Возрождение Российской Федерации как великой державы в XXI в. Экономическая и

социальная модернизация. Культурное пространство и повседневная жизнь. Укрепление обороноспособности. Воссоединение с Крымом и Севастополем. Специальная военная операция. Место России в современном мире. По учебному курсу «Всеобщая история»: Мир накануне Первой мировой войны. Первая мировая война: причины, участники, основные события, результаты. Власть и общество. Межвоенный период. Революционная волна. Версальско-Вашингтонская система. Страны мира в 1920-е гг. Великая депрессия и ее проявления в различных странах. «Новый курс» в США. Германский нацизм. Народный фронт. Политика «умиротворения агрессора». Культурное развитие. Вторая мировая война: причины, участники, основные сражения, итоги. Власть и общество в годы войны. Решающий вклад СССР в Победу. Послевоенные перемены в мире. Холодная война. Мировая система социализма. Экономические и политические изменения в странах Запада. Распад колониальных империй. Развитие стран Азии, Африки и Латинской Америки. Научно-техническая революция. Постиндустриальное и информационное общество. Современный мир: глобализация и деглобализация. Геополитический кризис 2022 г. и его влияние на мировую систему.

умения:

- составлять описание (реконструкцию) в устной и письменной форме исторических событий, явлений, процессов истории родного края, истории России и всемирной истории XX - начала XXI в. и их участников, образа жизни людей и его изменения в Новейшую эпоху; формулировать и обосновывать собственную точку зрения (версию, оценку) с опорой на фактический материал, в том числе используя источники разных типов.
- выявлять существенные черты исторических событий, явлений, процессов; систематизировать историческую информацию в соответствии с заданными критериями; сравнивать изученные исторические события, явления, процессы.
- устанавливать причинно-следственные, пространственные, временные связи исторических событий, явлений, процессов; характеризовать их итоги; соотносить события истории родного края и истории России в XX - начале XXI в.; определять современников исторических событий истории России и человечества в целом в XX - начале XXI в.
- критически анализировать для решения познавательной задачи аутентичные исторические источники разных типов (письменные, вещественные, аудиовизуальные) по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в., оценивать их полноту и достоверность, соотносить с историческим периодом; выявлять общее и различия; привлекать контекстную информацию при работе с историческими источниками.
- осуществлять с соблюдением правил информационной безопасности поиск исторической информации по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в. в справочной литературе, сети Интернет, средствах массовой информации для решения познавательных задач; оценивать полноту и достоверность информации с точки зрения ее достоверности исторической действительности.
- анализировать текстовые, визуальные источники исторической информации, в том числе исторические карты/схемы, по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в.; сопоставлять информацию, представленную в различных источниках; формализовать историческую информацию в виде таблиц, схем, графиков, диаграмм; приобретение опыта осуществления проектной деятельности в форме разработки и представления

учебных проектов по новейшей истории, в том числе - на региональном материале (с использованием ресурсов библиотек, музеев и т. д.).

защитить историческую правду, не допускать умаления подвига народа при защите Отечества, готовность давать отпор фальсификациям российской истории.

Навыки и/или опыт деятельности:

- разработки общего плана физкультурно-спортивной работы;
- анализа планов и программ, регламентирующих содержание воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы по социализации инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- разработки планов мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;
- проведения занятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья по формированию гигиенических знаний, умений и навыков;
- определения цели и задач, планирования учебных занятий по адаптивной физической культуре;
- планирования оптимальной двигательной деятельности
- обучающихся в со ответственности с темой и решаемыми задачами;
- изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования процесса адаптивного физического воспитания обучающихся;
- разработки и ведения документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания, в том числе, электронные формы документации;
- проведения учебных занятий по адаптивной физической культуре в со ответственности с их разновидностями, программными требованиями, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**:

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 09 - Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1.	ОК 01, ОК 02, ОК 09	Тестирование	не аттестован	2
			низкий	3
			средний	4
			высокий	5

макс:				20
МОДУЛЬ 2.	ОК 01, ОК 02, ОК 09	Тестирование	не аттестован	2
			низкий	3
			средний	4
			высокий	5
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине «История России» в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета с оценкой по дисциплине «История России» оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета с оценкой

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 01, ОК 02, ОК 09	Тестирование Дифференцированны й зачет	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
		43 – 50

	Высокий	
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован	50 и менее
	Низкий	51 – 65
	Средний	66 – 84
	Высокий	85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Не зачтено	Не аттестован
51 – 65	зачтено	Низкий уровень
66 – 84	зачтено	Средний уровень
85 – 100	Зачтено	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Самостоятельная работа
ОК 01, ОК 02, ОК 09	Знания: - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; - значимость профессиональной деятельности по специальности; - стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения. Умения: - описывать значимость своей специальности; - применять стандарты антикоррупционного поведения.	1. Подготовка презентации по теме «Историческая наука как важнейшая из общественных наук». 2. Подготовка презентации по теме «Пространство России и его геополитическое, экономическое и культурное значение». 3. Подготовка презентации по теме «А. Тойнби и Л.Г. Морган. 4. Подготовка презентации по теме «Ранние формы религии». 5. Подготовка презентации по теме «Включение русских земель в систему управления Монгольской империи. Золотая Орда». 6. Подготовка презентации по теме «Кризис XV столетия в Европе». Заполнение предложенных схем и таблиц. Анализ исторических источников. 7. Подготовка презентации по теме «Политическая раздробленность». Заполнение предложенных схем и таблиц. Анализ исторических источников. 8. Подготовка презентации по теме «Колониальная экспансия XVI - XVIII вв». Заполнение предложенных схем и таблиц. Анализ исторических источников. 9. Подготовка презентации по теме «Дипломатия и войны Нового времени». Заполнение предложенных схем и таблиц. Анализ исторических источников. 10. Подготовка презентации по теме «Революционное движение в России в XIX в». 11. Подготовка презентации по теме «Строительство великой империи: цены и результаты». 12. Подготовка презентации по теме «Соединенные Штаты Америки в к. XIX – начале XX вв.». 13. Подготовка презентации по теме «Германия в к. XIX – начале XX вв.». 14. Подготовка презентации по теме «Великобритания в к. XIX – начале XX вв.».

		15. Подготовка презентации по теме «Франция в к. XIX – начале XX вв.». Заполнение предложенных схем и таблиц. Анализ исторических источников. 16. Подготовка презентации по теме «Русская культура и наука в начале XX века». 17. Подготовка презентации по теме «Причины Февральской и Октябрьской революций 1917 года». Анализ исторических источников. 18. Подготовка презентации по теме «Наступление фашизма и угроза новой мировой войны». Анализ исторических источников. 19. Подготовка презентации по теме «Образование СССР». Анализ исторических источников. 20. Подготовка презентации по теме «Война с Японией». 21. Подготовка презентации по теме «Кризис духовных ценностей у населения России». 22. Подготовка презентации по теме «Россия в период правления Президента В. В. Путина». ответ: презентация составляется по темам по следующему плану: <table border="1"> <tr> <th>п/п</th><th>план</th><th>содержание</th></tr> <tr> <td>1.</td><td>определение</td><td></td></tr> <tr> <td>2.</td><td>цель задача</td><td></td></tr> <tr> <td>3.</td><td>Основные преимущества</td><td></td></tr> <tr> <td>4.</td><td>Значение</td><td></td></tr> <tr> <td>5.</td><td>Примечание</td><td></td></tr> </table>	п/п	план	содержание	1.	определение		2.	цель задача		3.	Основные преимущества		4.	Значение		5.	Примечание	
п/п	план	содержание																		
1.	определение																			
2.	цель задача																			
3.	Основные преимущества																			
4.	Значение																			
5.	Примечание																			

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания

Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 01, ОК02, ОК 09	- Уметь выявлять существенные черты исторических событий, явлений, процессов; - систематизировать историческую информацию в соответствии с заданными критериями; - сравнивать изученные исторические события, явления, процессы. -устанавливать причинно-следственные, пространственные,	МОДУЛЬ 1 1. К какому периоду относится расцвет Древнерусского государства? а) середина IX-конец X в. б) конец X- первая половина XIв. в) вторая половина XI- первая половина XIIв. г) вторая половина XII–первая треть XIII в. 2. Кто стоял во главе русских войск, одержавших победу на льду Чудского озера? а) Дмитрий Донской; б) Александр Невский; в) Иван Калита; г) Иван III. 3. Крещение Руси связано с именем: а) князя Ярослава мудрого б) князя Святослава в) князя Владимира Святославовича г) княгини Ольги 4. Термин «коллективное руководство» характерен для:

	временные связи исторических событий, явлений, процессов; - характеризовать их итоги; соотносить события истории родного края и истории России в XX - начале XXI в.; -определять современников исторических событий истории России и человечества в целом в XX - начале XXI в. - уметь критически анализировать для решения познавательной задачи аутентичные исторические источники разных типов (письменные, вещественные, аудиовизуальные) по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в., оценивать их полноту и достоверность, соотносить с историческим периодом; выявлять общее и различия; -привлекать контекстную информацию при работе с историческими источниками. - осуществлять с соблюдением правил информационной безопасности поиск исторической информации по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в. в справочной	а) Н.С.Хрущева б) И.В.Сталина в) Л.И.Брежнева г) Ю.В.Андропова 5. Соотнесите события и годы: <table><tr><th>Годы</th><th>События</th></tr><tr><td>А) 1961</td><td>1) «Пражская весна»</td></tr><tr><td>Б) 1962</td><td>2) Берлинский кризис</td></tr><tr><td>В)1968</td><td>3) Карибский кризис</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под соотвествующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> 6. «Перестройка», «Гласность», «социализм с человеческим лицом» термины эпохи: а) Н.С. Хрущев б) Л.И.Брежнев в) М.С.Горбачев г) Б.Н.Ельцин 7. Какой американский президент объявил СССР «империей зла»: а) Р. Рейган б) Р. Никсон в) Д. Картер г) Дж.Буш 8. РФ в 2000-е гг. на международной арене: а) повысила статус б) понизила статус в) являлась сверхдержавой г) все не верны 9. Укажите год, с которым связано начало династии Романовых: а) 1649; б) 1645; в) 1654; г) 1613. 10. Распад СССР произошел в: а) 1990 б)1991	Годы	События	А) 1961	1) «Пражская весна»	Б) 1962	2) Берлинский кризис	В)1968	3) Карибский кризис	А	Б	В				А	Б	В	2	3	1
Годы	События																					
А) 1961	1) «Пражская весна»																					
Б) 1962	2) Берлинский кризис																					
В)1968	3) Карибский кризис																					
А	Б	В																				
А	Б	В																				
2	3	1																				

литературе, сети Интернет, средствах массовой информации для решения познавательных задач; оценивать полноту и достоверность информации с точки зрения ее со ответственности исторической действительности - анализировать текстовые, визуальные источники исторической информации, в том числе исторические карты/схемы, по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в.; сопоставлять информацию, представленную в различных источниках; формализовать историческую информацию в виде таблиц, схем, графиков, диаграмм; - приобретение опыта осуществления проектной деятельности в форме разработки и представления учебных проектов по новейшей истории, в том числе - на региональном материале (с использованием ресурсов библиотек, музеев и т. д.). Приобретение опыта взаимодействия с людьми другой культуры,	в) 1992 г) 1993 11. Отметьте тенденцию в культуре России в 1990-2000-х гг.: а) коммерциализация б) идеологизация в) религиозность г) глобализация 12. Отметьте локальные конфликты на постсоветском пространстве в 1990-х гг.: а) Приднестровье б) Казахстан в) Абхазия г) Нагорный Карабах д) Украина е) Литва 13. Первая Чеченская компания закончилась: а) Хасавюртовским соглашением б) победой РФ в) поражением РФ г) терактом в Беслане 14. ОДКБ это организация в: а) политике б) экономике в) культуре г) военной сфере 15. Действующая ныне Конституция Российской Федерации была принята: а) 7 октября 1977 г. б) 19 августа 1991 г. в) 25 апреля 1993 г. г) 12 декабря 1993 г. 16. Раскройте понятие «мирового терроризма» и основные характерные черты. ответ: Террористические действия, предпринятые гражданами одной страны против граждан другой страны и осуществленные на территории третьих стран. Основными чертами международного терроризма являются глобализация, профессионализация и опора на экстремистскую идеологию. 17. Что вы понимаете под термином «культ личности» как формировалось данное явление в СССР? ответ: Термин «культ личности» стал широко использоваться в период борьбы с наследием сталинизма в середине 50-х годов в СССР. Сам термин прижился после 20 съезда КПСС 1956 г. 18. Что такое коллективизация

	национальной и религиозной принадлежности на основе ценностей современного российского общества: идеалов гуманизма, демократии, мира и взаимопонимания между народами, людьми разных культур; - проявление уважения к историческому наследию народов России. - защищать историческую правду, не допускать умаления подвига народа при защите Отечества, готовность давать отпор фальсификациям российской истории. знания: - Знание имен героев Первой мировой, Гражданской, Великой Отечественной войн, исторических личностей, внесших значительный вклад в социально-экономическое, политическое и культурное развитие России в XX - начале XXI в. - Знание ключевых событий, основных дат и этапов истории России и мира в XX - начале XXI в.; - выдающихся деятелей отечественной и всемирной истории; - важнейших достижений	сельского хозяйства? ответ: Коллективизация — политика объединения единоличных крестьянских хозяйств в коллективные, проводившаяся в СССР в период с 1928 по 1937 год. 19. Что такое индустриализация промышленности, каковы ее достижения. ответ: Индустриализация в СССР — процесс форсированного наращивания промышленного потенциала СССР, осуществлявшийся с мая 1929 года по июнь 1941 года с целью сокращения отставания советской экономики от экономики развитых капиталистических государств. 20. Раскройте содержание понятия «информационное общество». ответ: Информационное общество - концепция постиндустриального общества; новая историческая фаза развития цивилизации, в которой главными продуктами производства являются информация и знания. Отличительными чертами информационного общества являются: - увеличение роли информации и знаний в жизни общества; - возрастание доли информационных коммуникаций, продуктов и услуг в валовом внутреннем продукте; - создание глобального информационного пространства, обеспечивающего а) эффективное информационное взаимодействие людей, б) их доступ к мировым информационным ресурсам в) удовлетворение их потребностей в информационных продуктах и услугах. Примечание: на вопросы 16-20 ответы могут быть даны в других, близких по смыслу выражениях. МОДУЛЬ 2 1. Термин «Холодная война» это период противостояния между: а) США и СССР б) НАТО и ОВД в) СССР и Китаем г) СССР и Великобританией 2. Ключевую роль в Организации Варшавского договора имела эта страна:

	культуры, ценностных ориентиров. В том числе по учебному курсу «История России», «Всеобщая история».	а) США б) Россия в) Югославия г) СССР 3. В Совет Экономической Взаимопомощи входили: а) СССР и страны Восточной Европы б) СССР и страны Центральной Европы в) СССР и Куба г) СССР и страны Азии 4. «Целина», «Оттепель», «Кукурузная кампания» характерны для эпохи: а) Н.С. Хрущева б) И.В. Сталина в) Л.И. Брежнева г) Ю.В. Андропова 5. Соотнесите события и годы: <table><tr><th>годы</th><th>события</th></tr><tr><td>А) 1962</td><td>1) «Пражская весна»</td></tr><tr><td>Б) 1956</td><td>2) Венгерский кризис</td></tr><tr><td>В) 1968</td><td>3) Карибский кризис</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr></table> 6. «Застой», «Разрядка», «Развитой социализм» характерен для эпохи: а) Н.С. Хрущева б) И.В. Сталина в) Л.И. Брежнева г) Ю.В. Андропова 7. При каком президенте США началась «холодная война»: а) Ф.Д. Рузвельт б) Г. Трумэн в) Д. Эйзенхауэр г) Д. Кеннеди 8. Кто первый Президент РФ? а) М.С. Горбачев б) Б.Н. Ельцин в) Е. Т. Гайдар	годы	события	А) 1962	1) «Пражская весна»	Б) 1956	2) Венгерский кризис	В) 1968	3) Карибский кризис	А	Б	В				А	Б	В	3	2	1
годы	события																					
А) 1962	1) «Пражская весна»																					
Б) 1956	2) Венгерский кризис																					
В) 1968	3) Карибский кризис																					
А	Б	В																				
А	Б	В																				
3	2	1																				

		г) Б. М. Примаков 9. Дать определение термину «международная разрядка». ответ: Разрядка (точнее - разрядка международной напряжённости) - это политика, направленная на снижение агрессивности противостояния стран социалистического и капиталистического лагерей, улучшение международных отношений в 1970-е гг. 10. Конституция РФ принята в: а) 1991 б) 1992 в) 1993 г) 1994 11. «Диссиденты» это: а) деятели культуры б) критики советской власти в) политики г) религиозные деятели 12. Отметьте локальные конфликты на постсоветском пространстве в 1990-х гг.: а) Туркмения б) Таджикистан в) Армения г) Южная Осетия д) Беларусь е) Абхазия 13. Вторая Чеченская компания началась с: а) терактов в Москве б) вторжения боевиков в Дагестан в) ввод войск в Грозный г) Хасавюртовских соглашений 14. ЕАЭС, это организация включающая: а) РФ, Беларусь, Казахстан, Киргизию и Армению б) РФ, Беларусь, Украину, Молдову в) РФ, Беларусь, Армению, Казахстан г) ответы не верны 15. Европейский союз имеет общие: а) армию б) экономику в) границы г) границы и экономику 16. Дать определение понятию «перестройка». ответ: «Перестройка» — общее название, используемое для обозначения кардинальных перемен в экономической и политической структуре СССР, инициированных генеральным секретарём ЦК КПСС Михаилом Сергеевичем Горбачёвым в 1985 (де-факто 1987) — 1991 годах.

		17. Раскрыть смысл понятия «холодная война». ответ: Холодная война — глобальное геополитическое противостояние между СССР и его союзниками, с одной стороны, и США и их союзниками — с другой, длившееся с середины 1940-х до начала 1990-х годов. 18. Какую из глобальных проблем вы считаете самой сложной, опасной для жизни на земле? ответ: Глобальные проблемы современности — совокупность социально-природных проблем, имеющих планетарный характер, затрагивающих интересы всех народов, от решения которых зависит экономический и социальный прогресс человечества и сохранение цивилизации. Эти проблемы характеризуются динамизмом, возникают как объективный фактор развития общества и для своего решения требуют объединённых усилий всего человечества. Глобальные проблемы взаимосвязаны, охватывают все стороны жизни людей и касаются всех стран 19. Что такое ООН? Какие принципы были положены в основу деятельности этой организации? ответ: Организация Объединённых Наций преследует Цели: Поддерживать международный мир и безопасность и с этой целью принимать эффективные коллективные меры для предотвращения и устранения угрозы миру и подавления актов агрессии или других нарушений мира и проводить мирными средствами, в согласии с принципами справедливости и международного права, улаживание или разрешение международных споров или ситуаций, которые могут привести к нарушению мира; 20. В чем проявляется опасность мирового терроризма? ответ: Террористические действия, предпринятые гражданами одной страны против граждан другой страны и осуществленные на территории третьих стран. Основными чертами международного терроризма являются глобализация, профессионализация и опора на экстремистскую идеологию. Примечание: на вопросы 16-20 ответы могут быть даны в других, близких по смыслу выражениях.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тест для промежуточной аттестации
ОК 1, ОК 2, ОК 9	- Умение выявлять существенные черты исторических событий, явлений, процессов; - систематизировать историческую информацию в соответствии с заданными критериями; сравнивать изученные исторические события, явления, процессы. - устанавливать причинно-следственные, пространственные, временные связи исторических событий, явлений, процессов; характеризовать их итоги; соотносить события истории родного края и истории России в XX - начале XXI в.	1. О прошлом люди узнают благодаря историческим источникам. К ним относятся: а. археологические раскопки; б. письменность; в. захоронения; г. все вышеперечисленное. 2. Земледелие у древних людей повлекло за собой: а. совершенствование орудий труда; б. улучшение питания людей; в. ещё большую веру в божества; г. верно все перечисленное. 3. Когда происходило Великое переселение народов? а. IV-VII вв. б. III-IV вв. в. I-II вв. г. VII-IX вв. 4. Как назывались кочевые арабы? а. бедуины б. степняки в. викинги г. Печенеги 5. Какой год, согласно древнейшим русским летописям, упоминает о призвании в славянские земли князей-варягов? а. 862 б. 859 в. 863 г. 890 6. Какой новый род войск был создан Петром I?

- Уменьшить критически анализировать для решения познавательной задачи аутентичные исторические источники разных типов (письменные, вещественные, аудиовизуальные) по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в., оценивать их полноту и достоверность, соотносить с историческим периодом; выявлять общее и различия; привлекать контекстную информацию при работе с историческими источниками. - осуществлять с соблюдением правил информационной безопасности поиск исторической информации по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в. в справочной литературе, сети Интернет, средствах массовой информации для решения познавательных задач; оценивать полноту и достоверность	А) Артиллерия Б) Морской флот В) Драгунские полки Г) Гвардия 7. Какая крупнейшая победа Петра I в Северной войне? А) Полтавская битва Б) Гангутское сражение В) Взятие Нарвы Г) Взятие Дерпта 8. Какая форма правления в России была установлена при Петре I? А) Парламентская монархия Б) Конституционная монархия В) Абсолютная монархия Г) Республика 9. Когда началась Первая мировая война? а) 1 августа 1914 года б) 28 июля 1914 года в) 4 августа 1914 года г) 6 августа 1914 года 10. Какое событие стало одним из важных итогов участия России в Первой мировой войне? а) Возникновение немецкой колонии в Африке б) Капитуляция Австро-Венгрии в) Свержение монархии в России г) Развал Османской империи 11. Установите соответствие: <table><tr><td>1. Княжение Владимира Святославича</td><td>А) Принятие христианства на Руси</td></tr><tr><td>2. Правление Ярослава Мудрого</td><td>Б) Золотой век Киевской Руси</td></tr><tr><td>3. Возникновение Киевской Руси</td><td>В) Возвышение Московского княжества</td></tr><tr><td>4. Походы князя Святослава</td><td>Г) Первое восточнославянское государство</td></tr><tr><td>5. Правление Ивана Калиты</td><td>Д) Расширение территории Руси</td></tr></table>	1. Княжение Владимира Святославича	А) Принятие христианства на Руси	2. Правление Ярослава Мудрого	Б) Золотой век Киевской Руси	3. Возникновение Киевской Руси	В) Возвышение Московского княжества	4. Походы князя Святослава	Г) Первое восточнославянское государство	5. Правление Ивана Калиты	Д) Расширение территории Руси
1. Княжение Владимира Святославича	А) Принятие христианства на Руси										
2. Правление Ярослава Мудрого	Б) Золотой век Киевской Руси										
3. Возникновение Киевской Руси	В) Возвышение Московского княжества										
4. Походы князя Святослава	Г) Первое восточнославянское государство										
5. Правление Ивана Калиты	Д) Расширение территории Руси										

информации с точки зрения ее соответствия исторической действительности. - анализировать текстовые, визуальные источники исторической информации, в том числе исторические карты/схемы, по истории России и зарубежных стран XX - начала XXI в.; - сопоставлять информацию, представленную в различных источниках; - формализовать историческую информацию в виде таблиц, схем, графиков, диаграмм; приобретение опыта осуществления проектной деятельности в форме разработки и представления учебных проектов по новейшей истории, в том числе - на региональном материале (с использованием ресурсов библиотек, музеев и т. д.). Приобретение опыта взаимодействия с людьми другой культуры, национальной и	Запишите со соответствующую последовательность букв слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>Г</td><td>Д</td><td>В</td></tr></table>						А	Б	Г	Д	В
	А	Б	Г	Д	В						
	12. Соотнесите события и явления начала XX века в России с их характеристиками. <table><tr><td>1. Столыпинская аграрная реформа</td><td>А) Попытка ограничить самодержавие и ввести конституционный строй</td></tr><tr><td>2. Первая русская революция 1905-1907 гг.</td><td>Б) Преобразования Петра Столыпина, направленные на развитие капитализма в деревне</td></tr><tr><td>3. Государственная Дума</td><td>В) Военное поражение, которое ослабило авторитет царского режима</td></tr><tr><td>4. Русско-японская война 1904-1905 гг.</td><td>Г) Законодательный орган, созданный в результате реформ</td></tr><tr><td>5. Буржуазные реформы в Российской империи</td><td>Д) Модернизация экономики и общественных отношений</td></tr></table>	1. Столыпинская аграрная реформа	А) Попытка ограничить самодержавие и ввести конституционный строй	2. Первая русская революция 1905-1907 гг.	Б) Преобразования Петра Столыпина, направленные на развитие капитализма в деревне	3. Государственная Дума	В) Военное поражение, которое ослабило авторитет царского режима	4. Русско-японская война 1904-1905 гг.	Г) Законодательный орган, созданный в результате реформ	5. Буржуазные реформы в Российской империи	Д) Модернизация экономики и общественных отношений
	1. Столыпинская аграрная реформа	А) Попытка ограничить самодержавие и ввести конституционный строй									
	2. Первая русская революция 1905-1907 гг.	Б) Преобразования Петра Столыпина, направленные на развитие капитализма в деревне									
	3. Государственная Дума	В) Военное поражение, которое ослабило авторитет царского режима									
	4. Русско-японская война 1904-1905 гг.	Г) Законодательный орган, созданный в результате реформ									
	5. Буржуазные реформы в Российской империи	Д) Модернизация экономики и общественных отношений									
	Запишите со соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>Б</td><td>А</td><td>Г</td><td>В</td><td>Д</td></tr></table>						Б	А	Г	В	Д
Б	А	Г	В	Д							
13. Установите соответствие между датами и событиями. К каждой позиции, данной в первом столбце, подберите со соответствующую позицию второго столбца:											

религиозной принадлежности на основе ценностей современного российского общества: идеалов гуманизма, демократии, мира и взаимопонимания между народами, людьми разных культур; проявление уважения к историческому наследию народов России. - защищать историческую правду, не допускать умаления подвига народа при защите Отечества, готовность давать отпор фальсификациям российской истории. знания: - имена героев Первой мировой, Гражданской, Великой Отечественной войн, исторических личностей, внесших значительный вклад в социально-экономическое, политическое и культурное развитие России в XX - начале XXI в. -ключевых событий,	Даты:	События:																			
	1. Пакт Молотова-Риббентропа	А) Подписание секретного протокола о разделе сфер влияния в Восточной Европе																			
	2. Советско-финская война	Б) Включение Латвии, Литвы и Эстонии в состав СССР																			
	3. Присоединение Прибалтийских стран	В) Конфликт СССР с Финляндией из-за советских территориальных требований																			
	4. Советско-германский договор о ненападении	Г) Нападение Германии на Польшу 1 сентября 1939 года, начало войны в Европе																			
	5. Начало Второй мировой войны	Д) Стремление Советского Союза избежать втягивания в военный конфликт с Германией																			
		Е) Попытка расширения советского влияния в Восточной Европе в предвоенные годы																			
Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>а</td><td>в</td><td>б</td><td>д</td><td>г</td></tr></table>		1	2	3	4	5						1	2	3	4	5	а	в	б	д	г
1	2	3	4	5																	
1	2	3	4	5																	
а	в	б	д	г																	
14. Установите со ответствие между именами и событиями. К каждой позиции, данной в первом столбце, подберите со ответствующую позицию второго столбца:																					

основных дат и этапов истории России и мира в XX - начале XXI в.; - выдающихся деятелей отечественной и всемирной истории; важнейших достижений культуры, ценностных ориентиров.	Имена:		События:	
	1. И.В. Сталин		а) роспуск ОВД	
	2. Н.С. Хрущёв		б) ввод советских войск в Афганистан	
	3. Л.И. Брежнев		в) разрыв отношений с Югославией	
	4. М.С. Горбачёв		г) ввод советских войск в Венгрию	
	Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами			
	1	2	3	4
	ответ:			
	1	2	3	4
В	Г	Б	А	
15. Соотнесите основные этапы Великой Отечественной войны с их характеристиками.				
1. Начальный период войны (июнь 1941 - ноябрь 1942)		А) Наступление немецких войск, оккупация значительной территории СССР, контрнаступление Красной Армии под Москвой		
2. Коренной перелом в войне (ноябрь 1942 - зима 1943)		Б) Победа Красной Армии в крупнейшем сражении Великой Отечественной войны		
3. Завершающий период войны (1944-1945)		В) Освобождение оккупированных территорий СССР, выход на государственные границы, завершение разгрома нацистской		

			Германии
	4. Московская битва		Г) Коренной перелом в ходе войны, переход стратегической инициативы к Красной Армии
	5. Сталинградская битва		Д) Первое крупное поражение немцев, успешная оборонительная операция советских войск
			Е) Завершение освобождения территории СССР, выход к границам Европы

Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами

	2			5

ответ:

1	2	3	4	5
Ф	Г,Д	В,Е	А	Б

16. Установите со ответствие между датами и событиями. К каждой позиции, данной в первом столбце, подберите со ответствующую позицию второго столбца:

Даты:	События:
1) 1921г.	а) Генуэз кая конференция
2) 1922г	б) начало массовой коллективизации
3) 1924 г.	в) заключение Брестского мира
4) 1929г.	г) принятие Конституции

			СССР
			д) переход к НЭПу
Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами			
1	2	3	4
ответ:			
1	2	3	4
Д	А	Г	Б
17. Установите со ответствие между именами и событиями. К каждой позиции, данной в первом столбце, подберите со ответствующую позицию второго столбца:			
Имена:	События:		
1. М.С. Горбачёв	а) разрыв отношений с Югославией		
2. Л.И. Брежнев	б) карибский кризис		
3.И.В Сталин	в) ввод с ветских войск в Афганистан		
4. Н.С. Хрущёв	в) ввод советских войск в Афганиста		
	в) ввод советских войск в Афганистан		
Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами			
1	2	3	4

ответ:

1	2	3	4
Г	В	А	Б

18. Установите со ответствие между терминами и их Определениями. К каждой позиции, данной в первом столбце, подберите со ответствующую позицию второго столбца:

Даты:	События:
1) 1929г.	а) установление дипломатических отношений с США
2) 1933г.	б) начало массовой коллективизации
3) 1935г.	в) судебный процесс над лидерами «ленинской гвардии»
4) 1937г.	г) заключение договора между СССР и Францией

Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами

1	2	3	4
Б	А	Г	В

ответ:

1	2	3	4
Б	А	Г	В

19. Установите со ответствие между именами и событиями. К каждой позиции, данной в первом столбце, подберите со ответствующую позицию второго столбца:

Имена:	События:
1. И.В. Сталин	а) размещение ядерных ракет на Кубе

		2. Л.И. Брежнев	б) объединение Западной и Восточной Германии		
		3.М.С. Горбачёв	в) участие СССР в Потсдамской конференции		
		4.Н.С. Хрущёв	г) участие СССР в совещании в Хельсинки		
		Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами			
		1	2		4
		ответ:			
		1	2	3	4
		В	Г	Б	А
		20. Установите со ответствие между именами исторических деятелей и их краткими характеристиками: к каждой позиции первого столбца подберите советующую позицию из второго столбца.			
		Деятели	Характеристики		
		а) Б. Н. Ельцин	1) министр иностранных дел		
		б) Г. К. Жуков	2) президент России		
		в) Г. М. Маленков	3) президент СССР		
		г) Э. А. Шеварднадзе	4) председатель Совета министров		
			5) министр обороны		
			6) председатель КГ		
		Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами			
		а	б	в	г
		2	5	4	1

ответ:

а	б	в	г
2	5	4	1

21. Расположите в хронологической последовательности основные этапы развития первобытного общества:

- 1) Появление человека современного вида (Homo Sapiens)
- 2) Неолитическая революция
- 3) Появление древнейших цивилизаций
- 4) Палеолитическая эпоха

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

4	1	2	3

22. Расположите в хронологической последовательности основные этапы формирования государственности у восточных славян:

- 1) Образование Киевской Руси при князе Олеге
- 2) Создание племенных союзов восточнославянских племен
- 3) Объединение славянских племен вокруг Новгорода при Рюрике
- 4) Возникновение первых крупных княжеств - Киевского, Новгородского, Полоцкого

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

2	3	1	4

23. Расположите в хронологической последовательности основные события, связанные с объединением русских земель вокруг Москвы:

- 1) Возвышение Москвы при Иване Калите
- 2) Куликовская битва и начало формирования единого Русского государства
- 3) Свержение монгольского ига и провозглашение Ивана III первым "русским царем"
- 4) Присоединение Новгорода к Московскому княжеству

Запишите со ответствующую последовательность

цифр слева направо:

ответ:

1	4	2	3

24 Расположите в хронологической последовательности основные события периода правления первых Романовых:

- 1) Избрание Михаила Романова на царский престол
- 2) "Бунташный век" и восстание под предводительством Степана Разина
- 3) Присоединение Левобережной Украины к России
- 4) Проведение церковной реформы патриархом Никоном

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

1	4	2	3

25. Расположите в хронологической последовательности важнейшие реформы Столыпина:

- 1) Переселенческая политика и организация хуторов и отрубов
- 2) Ограничение деятельности революционных партий
- 3) Изменения в системе местного самоуправления
- 4) Указ о неприкосновенности крестьянского наделного землевладения

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

4	1	3	2

26. Расположите в хронологической последовательности основные события перехода к НЭПу:

- 1) Принятие плана ГОЭЛРО и начало электрификации страны
- 2) Введение продразверстки и продовольственной диктатуры
- 3) Замена продразверстки продналогом, разрешение свободной торговли
- 4) Подавление Кронштадтского восстания и введение военного коммунизма

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

2	4	3	1

		27. Расположите в хронологической последовательности основные события начального этапа Великой Отечественной войны (1941-1942 г.): 1) Битва за Москву 2) Нападение Германии на СССР 3) Оборона Ленинграда 4) Контрнаступление Красной Армии под Сталинградом Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>4</td></tr></table> 28. Установите последовательность важнейших событий внутренней политики Российской Федерации в 1990-е гг.: 1) Первая чеченская война 2) Политический кризис 1993 г. и роспуск Верховного Совета 3) Выборы Президента РФ и победа Б.Н. Ельцина 4) Приватизация государственной собственности Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>1</td></tr></table> 29. Расположите в хронологической последовательности основные события периода становления Российской Федерации: 1) Принятие Конституции РФ 2) Распад СССР и создание СНГ 3) Августовский путч и провозглашение независимости России 4) Начало радикальных экономических реформ - "шоковая терапия" Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>1</td></tr></table> 30. Установите последовательность важнейших событий внутренней политики Российской Федерации в 1990-е гг.: 1) Первая чеченская война 2) Политический кризис 1993 г. и роспуск Верховного Совета 3) Выборы Президента РФ и победа Б.Н. Ельцина 4) Приватизация государственной собственности Запишите со ответствующую последовательность	2	3	1	4	2	3	4	1	2	3	4	1
2	3	1	4											
2	3	4	1											
2	3	4	1											

		цифр слева направо: ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>1</td></tr></table> 31. ответьте на вопрос. ответ запишите полным предложением. Утверждение Советской власти обернулось для России полномасштабной Гражданской войной, повлёкшей миллионы жертв. Назовите не менее двух причин Гражданской войны. ответ: 1) лидеры движения белых не смогли предложить народу привлекательной программы 2) неудачная политика белых в аграрном вопросе Могут быть даны и другие варианты ответов. 32. ответьте на вопрос. ответ запишите полным предложением. Белое движение имело немало сторонников в различных слоях русского общества. Тем не менее, белогвардейцы потерпели поражение в Гражданской войне. Назовите не менее двух причин их поражения. ответ: 1) Гражданская война стала следствием революции 1917 года 2) чрезвычайная политика большевиков в деревне весной-летом 1918 г. Могут быть даны и другие варианты ответов. 33. Раскройте смысл термина «военный коммунизм». ответ: «Военный коммунизм» — это политика, проводившаяся руководством РСФСР в 1918–1921 годах в период Гражданской войны 1917–1922 годов. Принципы «военного коммунизма» со ответствовали представлениям большевиков о социалистическом обществе: - отсутствие частной собственности на средства производства; - ликвидация товарно-денежных отношений; - уравнительное распределение материальных благ. 34. Назовите причины перехода к НЭПу. ответ: Причина введения НЭПа: провал политики военного коммунизма, приведшей к социально-экономическому и политическому кризису массовые восстания крестьян, недовольных продразвёрсткой и другими чрезвычайными мерами власти выступления рабочих в городах (стачки и восстания)	2	3	4	1
2	3	4	1			

		выступления в армии и на флоте (Кронштадтское восстание) стремление большевиков преодолеть политический кризис и сохранить власть 35. Каковы были цели индустриализации? ответ: Цели индустриализации: 1. Преодоление технико–экономической отсталости; 2. Достижение технико-экономической независимости; 3. Создание мощной оборонной промышленности; 4. Укрепление международного положения. 36. Что означает термин «10 сталинских ударов» в Великой Отечественной войне? ответ: «Десять сталинских ударов» — это общее название ряда крупнейших наступательных стратегических операций в Великой Отечественной войне, проведённых в 1944 году вооружёнными силами СССР. 37. Что такое «оттепель»? ответ: «Оттепелью» принято называть период правления Никиты Хрущева, когда власть в СССР попыталась исправить ошибки сталинского тоталитаризма. «Оттепель» — это период в истории Советского Союза, для которого характерны частичная либерализация политической и общественной жизни, повсеместная десталинизация, реабилитация жертв сталинского режима, переход от тоталитаризма к мягкой диктатуре, смягчение цензуры и появление некоторой свободы в творчестве. 38. Раскройте смысл понятия «политика разрядки». ответ: Политика разрядки – это вынужденное сближение политических позиций по ограничению ракетно-ядерного потенциала СССР и США. Первые шаги разрядки были предложены советским руководством Западу ещё во 2-й половине 1950-х гг. Сам термин ввёл в политический лексикон Г. В. Маленков. 39. Что такое ООН? ответ: Организация Объединённых Наций (ООН) — международная организация, созданная для поддержания международного мира и безопасности, развития сотрудничества между государствами. 40. Что такое "шоковая терапия"? ответ: Шоковая терапия - экономическая теория, а также комплекс радикальных экономических реформ, базирующихся на этой теории. Эти реформы, как декларируют постулаты «шоковой терапии», «...направлены на оздоровление экономики государства и вывод её из кризиса». К таким реформам относятся

		моментальная либерализация цен, сокращение денежной массы и приватизация убыточных государственных предприятий.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

СГЦ .02 Иностранный язык в профессиональной деятельности

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с
Федеральным государственным образовательным стандартом среднего
профессионального образования по специальности 49.02.01 физическая культура,
утвержденным приказом Министерства просвещения РФ № 968 от 11.11.2022 г.
- одобрен Педагогическим советом № 1 от 10.04.2024 г.

Разработчик ФОС: Яковлева Г.Г.

Паспорт фонда оценочных средств

2. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу курса «Иностранный язык в профессиональной деятельности».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Иностранный язык в профессиональной деятельности».

2. Объекты оценивания – результаты освоения дисциплины

ФОС позволяет оценить следующие результаты дисциплины в со ответствии с ФГОС специальности «Физическая культура» и рабочей программой дисциплины «Иностранный язык в профессиональной деятельности»:

знания:

- особенности социального и культурного контекста;
- правила оформления документов и построения устных сообщений;
- правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;
- основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика);
- лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;
- особенности произношения;
- правила чтения текстов профессиональной направленности.

умения:

- грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;
- понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;
- участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;
- строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности;
- кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);
- писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **общих компетенций**:

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

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

3. Формы контроля и оценки результатов освоения дисциплины

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемы е разделы	Код контролируемой	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции

	компетенции			
МОДУЛЬ 1.	ОК 05, ОК 09.	Практическа я работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 05, ОК 09.	Ситуационна я задача	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
	ОК 05, ОК 09.	Тестировани е	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
макс:				20
МОДУЛЬ 2.	ОК 05, ОК 09.	Практическа я работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 05, ОК 09.	Ситуационна я задача	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
	ОК 05, ОК 09.	Тестировани е	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по курсу Иностранный язык в профессиональной деятельности в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по курсу Иностранный язык в профессиональной деятельности оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 05, ОК 09.	ответ на вопрос	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Не зачтено	Не аттестован
51 – 65	зачтено	Низкий уровень
66 – 84	зачтено	Средний уровень
85 – 100	зачтено	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Практическая работа (Собеседование, устный опрос)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа (собеседование, устный опрос, грамматика)
ОК 05, ОК 09.	Знания: - правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; - основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); - лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; Умения: - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;	Примерные вопросы для проведения собеседования, устного опроса по разделу: «Я и спорт»: 1. Дайте краткую информацию про ваш Университет (колледж)? What do you know about our university? ответ: Volga Region University of Physical Culture, Sports and Tourism was founded in 1974. there are 7 faculties: college, institute of sport, adaptive physical education, institute of management and tourism, additional education, institute of physical education, part-time education. 2. Дайте полное название Вашего Университета(колледжа)? Give the full name of our university. ответ: Volga Region University of Physical Culture, Sports and Tourism. 3. Когда был основан «Поволжский ГУФКСиТ»? When was our university founded? ответ: The Volga Region University of Physical Culture, Sports and Tourism is a higher education institution located in the metropolis of Kazan, Tatarstan Republic. It was founded in 1974. 4. Назовите институты(отделения) «ПГУФКСиТ»? How many faculties are there in our university? Name them. ответ: College, institute of sport, adaptive physical education, institute of management and tourism, additional education, institute of physical education, part-time education. 5. Расскажите про вашу будущую профессию? Describe your future career. ответ: Sport plays a very important role in my life. It gives me power, health and a lot of positive emotions. That's I would like to be f sport cough. I am sure I can help other person to achieve their goals, to be healthy and wealth also. Of course it's worth mentioned of disadvantages: it's a lack of time for your friends and relatives. Your body is

		always in stress and in the future you will have problems with your health. And of course you haven't got much time for realization. 7. Расскажите какую роль играет спорт в вашей жизни? Speak about the role of sports in your life. ответ: Sport has played an important role in our lives for many centuries. Millions of people all over the world are fond of sports and games. Sport keeps us fit, makes us healthy, more organized, better disciplined. It gives us a lot of pleasure, makes us stronger, and prolongs our life. It unites people of different classes and nationalities. 8. Определите что означает здоровый образ жизни? What does healthy way of life mean to you? ответ: A good habit is a key factor for a healthy lifestyle. To maintain a stable body and mind, one needs to inculcate good habits. Waking up early in the morning, regularly exercising or a good morning walk helps to keep our body energetic and refresh our mind. Maintaining a balanced and nutritious diet throughout the day is vital for maintaining a good lifestyle. 9. Расскажите про сбалансированную диету спортсмена? Do you keep to any balanced diet? ответ: Yes? I do. Eating a balanced diet every day should give me all the nutrients that I need to maintain good health. It includes fruit, vegetables, dairy. 10. Расскажите какие качества развивает спорт? What qualities does your sport develop? ответ: Sports helps an individual much more than in the physical aspects alone. It builds character, teaches and develops strategic thinking, analytical thinking, leadership skills, goal setting and risk taking, just to name a few. 12. Расскажите ваше начало дня? Tell how you day begins. ответ: My usual day begins early. I get up at 6 o'clock, wash my face and dress. Then I make my bed and go to the kitchen to have my breakfast. I leave home for school at 7 o'clock. 13. Назовите Ваш любимый вид спорта и почему? What is your favourite sport? And why?

		ответ: My favorite sport is gymnastics. Since childhood, I loved this sport. I think this is a very interesting and beautiful sport. Every day I train in the gym and get pleasure from it. I am grateful to my parents that once gave me to gymnastics. Примерные вопросы для проведения собеседования, устного опроса по разделу: «Я и моя будущая профессия»: 1. Дайте определение АФК: What is Adapted Physical Education? ответ: Adapted Physical Education is physical education which has been adapted or modified, so that it is as appropriate for the person with a disability as it is for a person without a disability. 2. Как вы считаете важно ли адаптированное физическое воспитание в школах? Does the Adapted Physical Education is important in Schools? ответ: In today's world, where the number of youth with disabilities is growing, it is important that these individuals are provided with the same quality educational experiences as their non disabled peers. 3. Как вы считаете что нужно сделать чтобы быть здоровым? How to be healthy? ответ: To be healthy means having a Healthy Diet, having a Healthy Exercise Plan, being Emotionally Healthy, having a Healthy Routine. 4. Активный человек это: Ways to Be Active ответ: - Look for ways to increase your heart rate during your daily routine. - Walk or cycle instead of taking the car or bus, or you can choose the stairs over the escalator or elevator. - Try these ways to be active and start working towards your fitness goals 5. Дайте определение инклюзивному образованию: What does inclusive education means? ответ: Inclusive education happens when children with and without disabilities participate and learn together in the same classes. Research shows that when a child with disabilities attends classes alongside peers who do not have disabilities, good

		things happen. 6. Приведите пример важности инклюзивного образования: Why is inclusive education important? ОТВЕТ: Inclusive systems provide a better quality education for all children and are instrumental in changing discriminatory attitudes. Schools provide the context for a child's first relationship with the world outside their families, enabling the development of social relationships and interactions. Respect and understanding grow when students of diverse abilities and backgrounds play, socialize, and learn together. 7. Перечислите плюсы инклюзивного образования: The Benefits of Inclusive Education ОТВЕТ: 1. Friendships 2. Increased social initiations, relationships and networks 3. Peer role models for academic, social and behavior skills 5. Greater access to general curriculum 8. Greater opportunities for interactions 9. Higher expectations 10. Increased school staff collaboration 11. Increased parent participation 12. Families are more integrated into community 8. Дайте определение термину «Неспособности к обучению» What is a Learning Disability? ОТВЕТ: A learning disability is a general term that describes specific kinds of learning problems that cause a person to have difficulty acquiring certain skills. The skills most often affected are reading, writing, math, listening, speaking, and reasoning. The term does not include learning problems that are primarily the result of visual, hearing, motor disabilities, mental retardation, emotional disturbance, or environmental, cultural, or economic disadvantage. 9. Дайте краткую характеристику олимпийским играм? What are Olympic games? ОТВЕТ: The Olympic Games is a worldwide famous sport event. Every four years the best sportsmen of every country united in national teams meet each other in one selected city to find out who is the strongest, fastest and the sturdiest person in the

		world. There are two types of these games: summer and winter ones, because all sports are conditionally divided according to seasons. The event was first organized by the ancient Greeks at the Olympus (a residence of Greek gods) more than 2,700 years ago. Summer sports usually include synchronized swimming, volleyball, rhythmic-sportive gymnastics, pole vaulting, athletics, etc. The most popular winter sports are hockey, bobsledding, figure skating, biathlon and skiing. As it was noted before, the programme is changeable: the most popular sport stays, the less popular one disappears for some time (rugby, motor sports and golf). 10. Дайте краткую характеристику паралимпийским играм? What are Paralympic games? ответ: The Paralympic Games are international sports competitions for people with disabilities. The Paralympics take place shortly after the Olympic Games, in the same host city. The name Paralympics means “alongside the Olympics.” At the Summer Paralympic Games, participants compete in more than a dozen sports. Among them are archery, track and field (athletics), cycling, rowing, sitting volleyball, soccer, swimming, table tennis, wheelchair basketball, and wheelchair fencing. At the Winter Paralympic Games, athletes compete in ice sledge hockey, skiing, wheelchair curling, and other cold-weather sports. 11. Дайте краткую характеристику Всемирным студенческим играм? What is World University Games? ответ: The Universiade’s roots go back to the start of the 20th century as host cities welcomed student-athletes who celebrate the spirit of friendship and sportsmanship in a competitive environment. Today, the Universiade has been renamed the World University Games and continues to build on this long tradition as the premiere university multi-sport competition in the world. The Summer World University Games takes place over 12 days and consists of 15 compulsory sports. It is scheduled to take place every two years. The Winter World University Games incorporates education and cultural aspects into an 11-day competition sport programme. 12. Перечислите эффективные элемента делового общения?

		What are the essential elements of effective business communication? ОТВЕТ: Effective business communication in English is crucial for professionals and interconnected business environment. Here are the essential elements to consider and how to develop these skills: 1. Language Proficiency: (Developing a strong English vocabulary, grammar and ect.) 2. Cultural Awareness: (Understanding cultural nuances, communication styles, and business etiquette). 3. Active Listening: (Actively listening to colleagues, clients, or partners, and demonstrating understanding through appropriate responses). 4. Adaptability and Flexibility: (The ability to adjust communication styles and approaches based on the audience, context, and desired outcome is a valuable skill). 13. Перечислите основные спортивные разряды? What sport classifications do you know? ОТВЕТ: Sports classifications refer to the different levels or categories that athletes can be grouped into based on their skill, experience, age, gender, or other factors. Here are some common sports classifications: 1. Age-Based Classifications: - Youth/Junior (e.g., under 18, under 16) - Senior (adult) - Masters/Veterans (older adults) 2. Gender-Based Classifications: - Men's/Women's - Co-ed/Mixed 3. Skill/Experience-Based Classifications: - Beginner/Recreational - Intermediate - Advanced/Elite 4. Weight/Division Classifications: - Weight classes (e.g., lightweight, heavyweight) - Sport-specific divisions (e.g., weight classes in wrestling, weight categories in boxing) 5. Disability/Impairment Classifications: - Paralympic sports (e.g., physical, visual, or intellectual impairments) - Special Olympics (intellectual disabilities) These classifications help ensure that athletes compete against others with similar abilities, physical characteristics, or levels of experience,

		creating a more level playing field and promoting fair competition. 14. Назовите причины важности волонтерства в обществе? What is the importance of volunteering in today's society? ответ: Volunteering is important as it offers essential help to worthwhile causes, people in need, and the wider community. Indeed, many organizations and charities rely on the generosity of volunteers as often they're only part-funded through government or local councils, and cannot afford to pay salaries for all their staff. In fact, many companies depend almost solely upon teams of volunteers to help them thrive and do their work. Of course, the benefits of volunteering for those receiving help are clear. 15. Перечислите основные обязанности реабилитолога во время олимпийских и параолимпийских играх? The role of the rehabilitation specialist in the Olympic and Paralympic Games are: ответ: The role of the rehabilitation specialist, or rebiotologist, becomes crucial in supporting the health and well-being of the athletes in the Olympic and Paralympic Games The rebiotologist is responsible for providing comprehensive rehabilitation services to the participating athletes. Their primary focus is to ensure the athletes' optimal physical and mental condition, enabling them to perform at their best throughout the competitions. Key Responsibilities of the Rebiotologist: 1. Injury Prevention and Management; 2. Collaborating with the sports medicine team to optimize the athletes' physical and mental preparation; 3. Athlete Education and Support. Темы для самостоятельной работы (презентации): 1. «Роль волонтерства в моей жизни» (Volunteerism is a vital part of my life.) 2. «Олимпийские и паралимпийские игры» (Olympic and Paralympic games.) 3. «Летние и зимние виды спорта других стран» (Summer and winter sports of other countries). 4. Адаптивные виды спорта.(Adaptive sports). 5. Известные паралимпийцы России. (Famous Russians Paralympic athletes).

		6. Спортивные игры стран БРИКС. (Sports games of BRICS countries). ответ: презентация составляется по темам по следующему плану: <table border="1"> <tr> <th>п/п</th><th>план</th><th>содержание</th></tr> <tr> <td>1.</td><td>определение</td><td></td></tr> <tr> <td>2.</td><td>цель</td><td></td></tr> <tr> <td></td><td>задача</td><td></td></tr> <tr> <td>3.</td><td>Основные преимущества</td><td></td></tr> <tr> <td>4.</td><td>Значение</td><td></td></tr> <tr> <td>5.</td><td>Примечание</td><td></td></tr> </table> Требования к оформлению презентаций -Соблюдайте единый стиль оформления; -Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; -Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки). -На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста; -Для фона и текста используйте контрастные цвета. Предпочтительнее, если фон светлый, а текст темный; -Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования). -Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде; -Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде. -Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов; -Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации; -Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание. -Первый слайд – это титульный слайд, на котором представлены: сверху полное наименование ОУ, название работы по	п/п	план	содержание	1.	определение		2.	цель			задача		3.	Основные преимущества		4.	Значение		5.	Примечание	
п/п	план	содержание																					
1.	определение																						
2.	цель																						
	задача																						
3.	Основные преимущества																						
4.	Значение																						
5.	Примечание																						

		центру; ФИО автора после названия работы справа. -На последнем слайде указывается: источники, список литературы, глоссарий и т.д. -Оптимальный объем. Объем презентации не должен быть менее 8-10 слайдов и не более 20 слайдов. Зрительный ряд из большего числа слайдов вызывает утомление, отвлекает от сути рассматриваемой темы. Исключения составляют презентации, предназначенные для длительной демонстрации ознакомительного характера с большим количеством визуального материала. В этом случае объем презентации - из расчета не менее чем 1 мин. на один слайд, а на слайды, содержащие ключевые моменты и основополагающие понятия - по 2 мин. Темы по грамматике английского языка: 1. Времена активного залога. 2. Местоимения. 3. Числительные. Прилагательные. 4. Времена пассивного залога. 5. Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, should/ought to, be to, need. 6. Фразовые глаголы. 7. Неличные формы глагола (инфинитив, причастие, герундий). 8. Словообразование 9. Суффиксация, префиксация, конверсия, словосложение. 10. Образование форм сослагательного наклонения. 11. Реальные и нереальные условные предложения, относящиеся к настоящему, будущему и прошедшему времени. Задания по грамматике: ТЕСТ ВАРИАНТ I I. Выберите вариант ответа: 1. Mozart ... playing the piano at the age of four. 1) began 2) has begun 3) had begun 4) will have begun 2. Выберите вариант ответа: The boys ...already ... the playing football. 1) finish 2) have finished 3) finished 4) will finish 3. Выберите вариант ответа:: He ... football before he entered the college.

		1) plays 2) will play 3) had played 4) play 4. Выберите вариант ответа:: The game ... 10 minutes by 6 o'clock tomorrow. 1) has finished 2) finished 3) had finished 4) will have finished 5. Выберите вариант ответа:: Tennis ... a thousand years ago. 1) was played 2) play 3) played 4) will play II. Установите соответствие. 1. Соотнесите предложения с временными формами, в которых они выражены <table><tr><td>1. She had translated the text by 16.</td><td>A. Past Progressive</td></tr><tr><td>2. My sisters were playing chess at 18.</td><td>B. Present Perfect</td></tr><tr><td>3. You will compete with them tomorrow.</td><td>C. Past Perfect</td></tr><tr><td>4. They have won the cup.</td><td>D. Future Simple</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table><tr><td>1.</td><td></td></tr><tr><td>2.</td><td></td></tr><tr><td>3.</td><td></td></tr><tr><td>4.</td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1.</td><td>C</td></tr><tr><td>2.</td><td>A</td></tr><tr><td>3.</td><td>D</td></tr><tr><td>4.</td><td>B</td></tr></table> 2. Соотнесите глаголы с предложениями, к которым они подходят по смыслу. <table><tr><td>1. This coach ... our football team.</td><td>A. will have written</td></tr><tr><td>2. They ... the car for two years</td><td>B. had gone</td></tr><tr><td>3. She ... when I came home</td><td>C. trains</td></tr><tr><td>4. We ... the exercise by tomorrow.</td><td>D. have driven</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под со	1. She had translated the text by 16.	A. Past Progressive	2. My sisters were playing chess at 18.	B. Present Perfect	3. You will compete with them tomorrow.	C. Past Perfect	4. They have won the cup.	D. Future Simple	1.		2.		3.		4.		1.	C	2.	A	3.	D	4.	B	1. This coach ... our football team.	A. will have written	2. They ... the car for two years	B. had gone	3. She ... when I came home	C. trains	4. We ... the exercise by tomorrow.	D. have driven
1. She had translated the text by 16.	A. Past Progressive																																	
2. My sisters were playing chess at 18.	B. Present Perfect																																	
3. You will compete with them tomorrow.	C. Past Perfect																																	
4. They have won the cup.	D. Future Simple																																	
1.																																		
2.																																		
3.																																		
4.																																		
1.	C																																	
2.	A																																	
3.	D																																	
4.	B																																	
1. This coach ... our football team.	A. will have written																																	
2. They ... the car for two years	B. had gone																																	
3. She ... when I came home	C. trains																																	
4. We ... the exercise by tomorrow.	D. have driven																																	

		ответствующими цифрами:								
		<table><tr><td>1.</td><td></td></tr><tr><td>2.</td><td></td></tr><tr><td>3.</td><td></td></tr><tr><td>4.</td><td></td></tr></table>	1.		2.		3.		4.	
1.										
2.										
3.										
4.										
		ответ:								
		<table><tr><td>1.</td><td>C</td></tr><tr><td>2.</td><td>D</td></tr><tr><td>3.</td><td>B</td></tr><tr><td>4.</td><td>A</td></tr></table>	1.	C	2.	D	3.	B	4.	A
1.	C									
2.	D									
3.	B									
4.	A									
		III. Дополните предложения, поставив слова в скобках в нужной форме.								
		1.Раскройте скобки соблюдая нужную временную форму глагола.								
		They ... already... me about the accident. (to inform).								
		ответ:								
		They have already informed me about the accident.								
		2.Раскройте скобки соблюдая нужную временную форму глагола.								
		When he came she ... her work. (to finish).								
		ответ:								
		When he came she had finished her work.								
		 ВАРИАНТ II								
		I. Выберите вариант ответа:								
		1. Yesterday my friend ... sport news.								
		1) had watched								
		2) watched								
		3) will watch								
		4) has watched								
		2. Выберите вариант ответа:								
		They ... already... me about the accident.								
		1) inform								
		2) informed								
		3) have informed								
		4) will inform								
		3. Выберите вариант ответа:								
		We were late. The meeting ... an hour before.								
		1) started								
		2) will start								
		3) starts								
		4) had started								
		4. Выберите вариант ответа:.								
		Tomorrow by 10 the boys ... the letter.								
		1) will have written								
		2) write								
		3) will write								
		4) wrote								
		5. Выберите вариант ответа:.								

		A new supermarket ... next year 1) build 2) will be built 3) built 4) builds II. Установите соответствие 1. Соотнесите предложения с временными формами, в которых они выражены. <table><tr><td>1. He had won the computation by that time.</td><td>A. Future Simple</td></tr><tr><td>2. We watched sport news on TV.</td><td>B. Present Perfect</td></tr><tr><td>3. They has already translated the text.</td><td>C. Past Perfect</td></tr><tr><td>4. The sportsmen will compete at the event.</td><td>D. Past Simple</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table><tr><td>1.</td><td></td></tr><tr><td>2.</td><td></td></tr><tr><td>3.</td><td></td></tr><tr><td>4.</td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1.</td><td>C</td></tr><tr><td>2.</td><td>D</td></tr><tr><td>3.</td><td>B</td></tr><tr><td>4.</td><td>A</td></tr></table> 2. Соотнесите глаголы с предложениями, к которым они подходят по смыслу. <table><tr><td>1. The first recorded soccer match ... in 1892.</td><td>A. trained</td></tr><tr><td>2. They ... yesterday at the gym.</td><td>B. has won</td></tr><tr><td>3. My elder brother ... the competition.</td><td>C. will have translated</td></tr><tr><td>4. I ... the text by tomorrow.</td><td>D. was played</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table><tr><td>1.</td><td></td></tr><tr><td>2.</td><td></td></tr><tr><td>3.</td><td></td></tr><tr><td>4.</td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1.</td><td>D</td></tr></table>	1. He had won the computation by that time.	A. Future Simple	2. We watched sport news on TV.	B. Present Perfect	3. They has already translated the text.	C. Past Perfect	4. The sportsmen will compete at the event.	D. Past Simple	1.		2.		3.		4.		1.	C	2.	D	3.	B	4.	A	1. The first recorded soccer match ... in 1892.	A. trained	2. They ... yesterday at the gym.	B. has won	3. My elder brother ... the competition.	C. will have translated	4. I ... the text by tomorrow.	D. was played	1.		2.		3.		4.		1.	D
1. He had won the computation by that time.	A. Future Simple																																											
2. We watched sport news on TV.	B. Present Perfect																																											
3. They has already translated the text.	C. Past Perfect																																											
4. The sportsmen will compete at the event.	D. Past Simple																																											
1.																																												
2.																																												
3.																																												
4.																																												
1.	C																																											
2.	D																																											
3.	B																																											
4.	A																																											
1. The first recorded soccer match ... in 1892.	A. trained																																											
2. They ... yesterday at the gym.	B. has won																																											
3. My elder brother ... the competition.	C. will have translated																																											
4. I ... the text by tomorrow.	D. was played																																											
1.																																												
2.																																												
3.																																												
4.																																												
1.	D																																											

2.	A
3.	B
4.	C

III. Дополните предложения, поставив слова в скобках в нужной форме.

1. Раскройте скобки соблюдая нужную временную форму глагола.
He ... the text by next Sunday. (to translate)
ответ:
He will translated the text by next Sunday.

2. Раскройте скобки соблюдая нужную временную форму глагола.
That morning she went out after she ... somebody. (to phone)
ответ:
That morning she went out after she had phoned somebody.

ВАРИАНТ III

I. Выберите вариант ответа:

1. Yesterday she ... in the sport center.
1) trains
2) train
3) trained
4) will train

2. Выберите вариант ответа:.
I'm afraid I ... my book at home.
1) forget
2) forgotten
3) forgot
4) have forgotten

3. Выберите вариант ответа:.
They were late. The game ... 10 minutes before.
1) had finished
2) finish
3) finished
4) will finish

4. Выберите вариант ответа:.
He ... the text by next Sunday.
1) translate
2) will have translated
3) translated
4) translates

5. Выберите вариант ответа:.
Football ... in every college of England.
1) plays
2) played
3) is played
4) play

II. Установите со ответствие

1. Соотнесите предложения с временными формами, в которых они выражены.

		1. Kate had w n the game by that time.	A. Present Perfect
		2. They wat hed football match on TV.	B. Future Simple
		3. I have already translated he story.	C. Past Perfect
		4. The sportsmen will pa ticipate at the event.	D. Past Simple
		Запишите выбранные буквы под со ответствующими цифрами:	
		1.	
		2.	
		3.	
		4.	
		ответ:	
		1.	D
		2.	C
		3.	A
		4.	B
		2. Соотнесите глаголы с предложениями, к которым они подходят по смыслу.	
		1. Alex ... gymnastics before we went to home.	A. will meet
		2. Hi ounger sister ... the competition.	B. have played
		3. In the evening I ... Jennie at the tation.	C. had practiced
		4. We... volleyball sin e 10 years.	D. has won
		Запишите выбранные буквы под со ответствующими цифрами:	
		1.	
		2.	
		3.	
		4.	
		ответ:	
		1.	C
		2.	D
		3.	A
		4.	B
		III. Дополните предложения, поставив слова в скобках в нужной форме.	
		1. The boy ... for two hours. (to wait)	
		ответ:	
		The boy has waited for two hours.	
		2. Дополните предложения, поставив слова в скобках в нужной форме.	

		By 5 o'clock yesterday my brother ... chess. (to play). ответ: By 5 o'clock yesterday my brother had played chess. ВАРИАНТ IV I. Выберите вариант ответа: 1. We ... to the stadium last Sunday. 1) are going 2) will go 3) go 4) went 2. Выберите вариант ответа:. The children ...already ... the playing football. 1) have finished 2) finish 3) finished 4) will finish 3. Выберите вариант ответа:. They were late. The meeting ... an hour before. 1) started 2) had started 3) started 4) will start 4. Выберите вариант ответа:. Julia ... all the housework by 3 o'clock and we'll go for a walk. 1) finish 2) will finish 3) will have finished 4) finished 5. Выберите вариант ответа:. The question ... everywhere. 1) will discuss 2) discussed 3) discusses 4) is discussed II. Установите со ответствие 1. Соотнесите предложения с временными формами, в которых они выражены. <table><tr><td>1. Our team had won the game by that time.</td><td>A. Past Simple</td></tr><tr><td>2. I watched basketball match on TV.</td><td>B. Past Perfect</td></tr><tr><td>3. My son has already translated the story.</td><td>C. Future Perfect</td></tr><tr><td>4. These men will ave participated at</td><td>D. Present Perfect</td></tr></table>	1. Our team had won the game by that time.	A. Past Simple	2. I watched basketball match on TV.	B. Past Perfect	3. My son has already translated the story.	C. Future Perfect	4. These men will ave participated at	D. Present Perfect
1. Our team had won the game by that time.	A. Past Simple									
2. I watched basketball match on TV.	B. Past Perfect									
3. My son has already translated the story.	C. Future Perfect									
4. These men will ave participated at	D. Present Perfect									

		<table border="1"><tr><td>the eve t</td><td></td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1"><tr><td>1.</td><td></td></tr><tr><td>2.</td><td></td></tr><tr><td>3.</td><td></td></tr><tr><td>4.</td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>1.</td><td>B</td></tr><tr><td>2.</td><td>A</td></tr><tr><td>3.</td><td>D</td></tr><tr><td>4.</td><td>C</td></tr></table> 7. Соотнесите глаголы с предложениями, к которым они подходят по смыслу. <table border="1"><tr><td>1. Yesterday by 17 I ... her at the station.</td><td>A. will have translated</td></tr><tr><td>2. They ... yesterday at the stadium.</td><td>B. has won</td></tr><tr><td>3. Her sister ... the game.</td><td>C. had met</td></tr><tr><td>4. I ... the text by the next week.</td><td>D. trained</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1"><tr><td>1.</td><td></td></tr><tr><td>2.</td><td></td></tr><tr><td>3.</td><td></td></tr><tr><td>4.</td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>1.</td><td>C</td></tr><tr><td>2.</td><td>D</td></tr><tr><td>3.</td><td>B</td></tr><tr><td>4.</td><td>A</td></tr></table>	the eve t		1.		2.		3.		4.		1.	B	2.	A	3.	D	4.	C	1. Yesterday by 17 I ... her at the station.	A. will have translated	2. They ... yesterday at the stadium.	B. has won	3. Her sister ... the game.	C. had met	4. I ... the text by the next week.	D. trained	1.		2.		3.		4.		1.	C	2.	D	3.	B	4.	A
the eve t																																												
1.																																												
2.																																												
3.																																												
4.																																												
1.	B																																											
2.	A																																											
3.	D																																											
4.	C																																											
1. Yesterday by 17 I ... her at the station.	A. will have translated																																											
2. They ... yesterday at the stadium.	B. has won																																											
3. Her sister ... the game.	C. had met																																											
4. I ... the text by the next week.	D. trained																																											
1.																																												
2.																																												
3.																																												
4.																																												
1.	C																																											
2.	D																																											
3.	B																																											
4.	A																																											
		III. Дополните предложения, поставив слова в скобках в нужной форме. 8. By tomorrow the children ... competition. (to win) ответ: By tomorrow the children will have won competition. 9. When he came she ... her work. (to finish) ответ: When he came she had finished her work.																																										

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практическая работа (собеседование, устный опрос, грамматика)	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Не способен строить элементарные предложения: не владеет базовой лексикой, позволяющей высказываться на изученные темы устно.
	Низкий (Удовлетворительно)	Владеет достаточными языковыми средствами, чтобы высказываться на устные темы, используя ограниченный ряд сложных предложений и конструкций в объеме 10 предложений. Использует грамматические конструкции достаточно правильно, допускает 3-4 ошибки в пределах изученного материала, некоторые из которых может исправить. Темп речи – ровный, со значительными паузами. Демонстрирует владение изученными речевыми моделями не в полном объеме.
	Средний (Хорошо)	Владеет языковыми средствами на уровне беглого высказывания на устные темы в объеме 20-15 предложений. Владеет грамматикой на следующем уровне: допускает 1-2 грамматические ошибки в пределах изученного материала и сам может их исправить. Продуцирует речь в ровном темпе, без заметных пауз. Демонстрирует владение большинством изученных речевых моделей.
	Высокий (Отлично)	Владеет разнообразным спектром языковых средств, чтобы говорить ясно на изученные темы на уровне носителя языка в объеме не менее 30-25 предложений. Постоянно поддерживает высокий уровень владения грамматикой: практически не допускает ошибок. Темп речи беглый, естественный. Демонстрирует освоенность всех изученных речевых моделей.

Ситуационные задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ситуационные задачи
ОК 05, ОК 09.	Умения: - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на	Задача 1. Прочитайте статью и ответьте на вопросы по тесту: The History of Football I want to tell you about the history of football, one the most popular sport games all over the world. Football is a popular sport played everywhere. It is the national sport of most European and Latin-American countries and of many other nations. Millions of people in more than 140 countries

	государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);	play football. Football is played in the Olympics. Games similar to football were played in China as early as 400 BC. Egyptians also played a kind of football. They played games involving the kicking of a ball. In about 200 AD the Romans played a game in which two teams tried to score by advancing a ball across a line on the field. The Romans passed the ball to one another but they never kicked it. Children in London about 1100 played a form of soccer in the streets. During the 1800's Englishmen played a game similar to football. Many rules changed and each person interpreted the rules differently. Now, the sport has grown to a global scale, including men's and women's teams and the World Cup and European Championship competitions, which is played every four years. Also there is League of Champions and FIFA Cup competitions which take place every year in Europe. Football originated with kicking games was played by people in ancient times. The modern version came from England. Football was not that popular kind of game until the mid-1900s. It started as a game which involved kicking and handing, but late this branched off into two separate sports: rugby and football, which is what the Americans call soccer. Around the late nineteenth century, English football began spreading over Europe. The United States was one of the last to implement football as a national sport. The Canadian Soccer Association was established in 1912 while the United States Soccer Federation was set up in 1913. The first World Cup Championship was in Montevideo, Uruguay. Since then it has been played every four years except during World War II. The North American Soccer League (NASL) was formed in 1968. But it didn't get popularity until the 1970's. The rules of playing soccer are simple. The referee makes most of the decisions and attempts to encourage fair play. The game starts off with a kick off and the teams are allowed to pass, dribble, juggle, head, kick and shoot the ball to place it down the field, and (hopefully or eventually) into their opponent's goal. If the ball is kicked off the field over the length of the field, the other team is given a throw-in, where the ball is thrown over the player's head, and back onto the field. If the ball is kicked over the goal or across the width of the field, either a corner kick results, realizing by the offensive team, where the ball is placed on the corner of the field and kicked into play or the defensive team is awarded a kick, where the ball is placed on the corner of the goal box, and kicked back into play. If a goal is scored, the ball is taken back to the center of the field and the team, scored against, kicks off and keeps playing.

		ответьте на вопросы: Answer the questions. 1. Is football a very popular sport? ответ: Yes, Football is a popular sport played everywhere. 2. Is football a game of the Olympics? ответ: Yes, football is played in the Olympics 3. What competitions played every four years do you know? ответ: The World Cup and European Championship competitions is played every four years. Also there is League of Champions and FIFA Cup competitions which take place every year in Europe. 4. Where did the modern version of football come from? ответ: The modern version came from England. 5. When did football become a very popular game? ответ: Around the late nineteenth century, English football began spreading over Europe. 6. Was the United States one of the first nations to implement football as a national sport? ответ: No, The United States was one of the last to implement football as a national sport. 7. Where did the first World Cup Championship take place? ответ: The first World Cup Championship was in Montevideo, Uruguay. Since then it has been played every four years except during World War II. 8. How often is the World Cup Championship played? ответ: The World Cup and European Championship competitions is played every four years. 9. Who is engaged to make decisions and to encourage fair play in football? ответ: The referee makes most of the decisions and attempts to encourage fair play. Задача 2. Вы - преподаватель физической культуры в России. Вам необходимо написать письмо коллегам из других стран, чтобы обсудить возможности совместной работы по английскому языку в вашей предметной области. Ваши действия: 1. Составьте письмо-представление на английском

		языке, в котором вкратце расскажите о себе, своей работе и целях сотрудничества. Укажите, что вы заинтересованы в обмене опытом и разработке совместных образовательных материалов по английскому языку для физической культуры. Ключевые моменты: - Четко сформулируйте цели сотрудничества - Представьтесь и расскажите о своей работе - Проявите инициативу и заинтересованность в обмене опытом - Будьте открыты для диалога и конструктивного взаимодействия - Поддерживайте регулярную связь с потенциальными партнерами ответ: Пример письма: Dear Colleagues, My name is Igor and I am a professor of Physical Education at university in Russia. I am writing to you in the hopes of establishing contact and exploring opportunities for collaboration. In my work, I am focused on developing physical education programs for individuals with disabilities. A key aspect of this is ensuring that my students are able to communicate effectively in English, as it is an essential skill for professionals in our field. I am interested in learning more about how you approach teaching English for Adaptive Physical Education in your country. I believe there is great potential for us to share best practices, develop joint educational materials, and perhaps even organize student/faculty exchanges. I would welcome the opportunity to discuss this further with you. Please let me know if you are interested in exploring potential areas of cooperation. I look forward to hearing from you. Best regards, Igor

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задачи	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий	Студент знает лишь основной материал; на

	(Удовлетворительно)	заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы																										
ОК 05, ОК 09.	Знания: - особенности социального и культурного контекста; - правила оформления документов и построения устных сообщений; - правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; - основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); - лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; - особенности произношения; - правила чтения текстов профессиональной направленности. Умения: - грамотно излагать свои мысли и	1. Установите последовательность Arrange the steps of the Individualized Education Program (IEP) process in the correct order: 1) Referral for evaluation; 2) IEP meeting and plan development; 3) Evaluation and determination of eligibility; 4) Review and revision of the IEP; 5) Implementation of the IEP. Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>3</td><td>3</td><td>5</td><td>4</td></tr></table> 2. Установите последовательность. Arrange the principles of Adapted Physical Education in the order of their historical development: 1) Least Restrictive Environment 2) Partial Participation 3) Self-Determination 4) Normalization Расположите в порядке исторического развития. <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr></table> 3. Установите последовательность Put the following components of a Functional Capacity Assessment in the correct order: 1) Evaluation of physical abilities; 2) Identification of job/activity demands;						1	3	3	5	4	1	2	3	4					1	2	3	4	4	2	1	3
1	3	3	5	4																								
1	2	3	4																									
1	2	3	4																									
4	2	1	3																									

	оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); - писать простые связные сообщения на знакомые или интересные профессиональные темы.	3) Determination of worker's capacity 4) Comparison of worker's abilities to job/activity demands 5) Recommendations for accommodations or modifications Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td><td>5</td></tr></table> 4. Установите последовательность Sequence the following steps in the process of developing an Adapted Physical Education program: 1) Develop individualized goals and objectives; 2) Evaluate the student's progress; 3) Conduct a comprehensive assessment 4) Identify the student's needs and strengths 5) Implement the program Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>3</td><td>4</td><td>1</td><td>5</td><td>2</td></tr></table> 5. Put the following types of assistive technology devices used in Adapted Physical Education in the order of their complexity: 1) Mobility aids (e.g., wheelchairs, walkers); 2) Fitness equipment modifications (e.g., adapted bikes, treadmills); 3) Environmental controls (e.g., voice-activated switches, remote controls); 4) Communication devices (e.g., speech synthesizers, communication boards); 5) Prosthetic and orthotic devices (e.g., artificial limbs, braces) Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>5</td><td>4</td><td>2</td><td></td></tr></table> 6. Установите со ответствие понятие с его определением. <table><tr><th>Понятие</th><th>Определение</th></tr><tr><td>1. Adapted Physical</td><td>a. The practice of</td></tr></table>					2	1	4	3	5						3	4	1	5	2						1	5	4	2		Понятие	Определение	1. Adapted Physical	a. The practice of
2	1	4	3	5																															
3	4	1	5	2																															
1	5	4	2																																
Понятие	Определение																																		
1. Adapted Physical	a. The practice of																																		

		<table><tr><td>Education (APE)</td><td>educating students with disabilities in the general education classroom</td></tr><tr><td>2. Individualized Education Program (IEP)</td><td>b. A written document that outlines the special education and related services a student with a disability will receive</td></tr><tr><td>3. Inclusion</td><td>c. Physical activity that is modified or designed to meet the unique needs of individuals with disabilities</td></tr></table>	Education (APE)	educating students with disabilities in the general education classroom	2. Individualized Education Program (IEP)	b. A written document that outlines the special education and related services a student with a disability will receive	3. Inclusion	c. Physical activity that is modified or designed to meet the unique needs of individuals with disabilities
Education (APE)	educating students with disabilities in the general education classroom							
2. Individualized Education Program (IEP)	b. A written document that outlines the special education and related services a student with a disability will receive							
3. Inclusion	c. Physical activity that is modified or designed to meet the unique needs of individuals with disabilities							
Запишите выбранные буквы под со ответствующими цифрами:								
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>			1	2	3			
1	2	3						
ответ:								
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>c</td><td>b</td><td>a</td></tr></table>			1	2	3	c	b	a
1	2	3						
c	b	a						
7.Установите со ответствие.								
Match the type of disability with the appropriate adaptation or modification.								
Описание вида		Вид						
1) Provide large print materials, allow use of assistive technology		a. Physical Disability						
2) Modify equipment, allow for more time to complete tasks		b. Intellectual Disability						
3) Provide verbal cues, use simple instructions		c. Visual Impairment						
Запишите выбранные буквы под со ответствующими цифрами:								
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>			1	2	3			
1	2	3						
ответ:								

		<table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>c</td> <td>b</td> <td>a</td> </tr> </table> 8. Установите соответствие Match the assessment method with its description. <table border="1"> <tr> <td>1) Evaluates the student's performance compared to a set standard or benchmark</td> <td>a. Criterion-Referenced Assessment</td> </tr> <tr> <td>2) Compares the student's performance to that of a larger peer group</td> <td>b. Authentic Assessment</td> </tr> <tr> <td>3) Observes the student's performance in real-world or naturalistic settings</td> <td>c. Norm-Referenced Assessment</td> </tr> </table> Запишите выбранные буквы под со- ответствующими цифрами: <table border="1"> <tr> <td></td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>a</td> <td>c</td> <td>b</td> </tr> </table> 9. Установите соответствие Match the following terms with their correct definitions: <table border="1"> <tr> <td>1) Individualized Education Program (IEP)</td> <td>a. The educational setting that provides a student with a disability the maximum opportunity to interact with non-disabled peers.</td> </tr> <tr> <td>2) Least Restrictive Environment (LRE)</td> <td>b. Physical education which has been adapted or modified to address the individual needs of a student with a disability.</td> </tr> <tr> <td>3) Adapted Physical Education (APE)</td> <td>c. An evaluation that assesses an individual's ability to perform daily living and work-related activities.</td> </tr> <tr> <td>4) Functional</td> <td>d. A written statement</td> </tr> </table>	1	2	3	c	b	a	1) Evaluates the student's performance compared to a set standard or benchmark	a. Criterion-Referenced Assessment	2) Compares the student's performance to that of a larger peer group	b. Authentic Assessment	3) Observes the student's performance in real-world or naturalistic settings	c. Norm-Referenced Assessment		2	3				1	2	3	a	c	b	1) Individualized Education Program (IEP)	a. The educational setting that provides a student with a disability the maximum opportunity to interact with non-disabled peers.	2) Least Restrictive Environment (LRE)	b. Physical education which has been adapted or modified to address the individual needs of a student with a disability.	3) Adapted Physical Education (APE)	c. An evaluation that assesses an individual's ability to perform daily living and work-related activities.	4) Functional	d. A written statement
1	2	3																																
c	b	a																																
1) Evaluates the student's performance compared to a set standard or benchmark	a. Criterion-Referenced Assessment																																	
2) Compares the student's performance to that of a larger peer group	b. Authentic Assessment																																	
3) Observes the student's performance in real-world or naturalistic settings	c. Norm-Referenced Assessment																																	
	2	3																																
1	2	3																																
a	c	b																																
1) Individualized Education Program (IEP)	a. The educational setting that provides a student with a disability the maximum opportunity to interact with non-disabled peers.																																	
2) Least Restrictive Environment (LRE)	b. Physical education which has been adapted or modified to address the individual needs of a student with a disability.																																	
3) Adapted Physical Education (APE)	c. An evaluation that assesses an individual's ability to perform daily living and work-related activities.																																	
4) Functional	d. A written statement																																	

		<table><tr><td>Capacity Assessment</td><td>that outlines the educational goals, objectives, and services for a student with a disability.</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td>c</td><td>a</td><td>d</td><td>b</td></tr></table> 10. Установите соответствие Match the following types of disabilities with their characteristics: <table><tr><td>A) Cognitive Impairment</td><td>1) Difficulty processing and interpreting visual information.</td></tr><tr><td>B) Autism Spectrum Disorder</td><td>2) Difficulty with intellectual functioning and adaptive behavior.</td></tr><tr><td>C) Visual Impairment</td><td>3) Difficulty hearing, ranging from partial to complete hearing loss.</td></tr><tr><td>D)Hearing Impairment</td><td>4) Difficulty with social interaction, communication, and restricted or repetitive behaviors.</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td>a</td><td>c</td><td>d</td><td>b</td></tr></table> 11. Выберите ответ: Which of the following is the correct format for a date in a document? a) 12-15-2022 b) 15/12/2022	Capacity Assessment	that outlines the educational goals, objectives, and services for a student with a disability.	1	2	3	4					1	2	3	4	c	a	d	b	A) Cognitive Impairment	1) Difficulty processing and interpreting visual information.	B) Autism Spectrum Disorder	2) Difficulty with intellectual functioning and adaptive behavior.	C) Visual Impairment	3) Difficulty hearing, ranging from partial to complete hearing loss.	D)Hearing Impairment	4) Difficulty with social interaction, communication, and restricted or repetitive behaviors.	1	2	3	4					1	2	3	4	a	c	d	b
Capacity Assessment	that outlines the educational goals, objectives, and services for a student with a disability.																																											
1	2	3	4																																									
1	2	3	4																																									
c	a	d	b																																									
A) Cognitive Impairment	1) Difficulty processing and interpreting visual information.																																											
B) Autism Spectrum Disorder	2) Difficulty with intellectual functioning and adaptive behavior.																																											
C) Visual Impairment	3) Difficulty hearing, ranging from partial to complete hearing loss.																																											
D)Hearing Impairment	4) Difficulty with social interaction, communication, and restricted or repetitive behaviors.																																											
1	2	3	4																																									
1	2	3	4																																									
a	c	d	b																																									

		c) December 15, 2022 d) All of the above 12. Выберите ответ: When addressing an envelope, which of the following is the correct order of information? a) Name, Street Address, City, State, Zip Code b) Street Address, Name, City, State, Zip Code c) Name, City, State, Street Address, Zip Code d) Street Address, City, State, Zip Code, Name 13. Выберите ответ: Which sport was not included in the original Olympic Games in ancient Greece? a) Wrestling b) Boxing c) Gymnastics d) Equestrian 14. Выберите ответ: What is the primary responsibility of a rehabilitation specialist during the Olympic/Paralympic Games? a) Providing medical treatment to injured athletes b) Organizing the opening and closing ceremonies c) Coordinating the security operations d) Overseeing the catering services. 15. Выберите ответ: Which of the following skills is most important for a rehabilitation specialist working at the Olympic/Paralympic Games? a) Fluency in multiple languages b) Expertise in sports medicine c) Strong leadership abilities d) All of the above 16. Выберите ответ: What is the primary goal of a rehabilitation specialist's intervention during the Olympic/Paralympic Games? a) To help athletes achieve their personal best performance b) To ensure the overall success of the event c) To promote the rehabilitation profession d) To get maximum media coverage 17. Опишите ключевые обязанности тренера по АФК по поддержке физического, социального и эмоционального развития детей с ограниченными возможностями: Describe the key responsibilities of an APE coach in supporting the physical, social, and emotional development of children with disabilities? ответ:

		The key responsibilities of an APE coach in supporting the development of children with disabilities include: - Designing individual physical activity programs; -Promoting the development of fundamental motor skills, physical fitness, and overall well-being; - Collaborating with other professionals, such as physical therapists, to achieve the child's rehabilitation and progress: 18. Объясните, как тренер по АФК может способствовать социальной интеграции детей с ограниченными возможностями: Explain how an APE coach can contribute to the social integration of children with disabilities. ОТВЕТ: An APE coach can contribute to the social integration of children with disabilities in the following ways: - Organizing group activities and team sports: - Collaborating with local schools, community centers, and sports organizations: - Providing education and training to coaches, volunteers: - Empowering children with disabilities to develop leadership skills; 19.Опишите ключевые навыки и компетенции, необходимые эффективному тренеру по АФК: Describe the key skills and competencies required for an effective APE coach. ОТВЕТ: The key skills and competencies required for an effective APE coach include: - In-depth knowledge of human development, kinesiology, strong communication and interpersonal skills to effectively collaborate with parents, healthcare professionals, patience, empathy, and the ability to provide individualized support and encouragement, knowledge of relevant laws, policies, and best practices. 20. Приведите примеры важности инклюзивного образования: Explain the importance of the APE coach's role in promoting inclusive physical education. ОТВЕТ: The APE coach plays a important role in promoting inclusive physical education - Ensures that individuals with disabilities have access to physical education, recreational activities, and sports programs that are tailored to their unique needs and abilities.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	ответ на вопрос билета
ОК 05 ОК 09	знания: - особенности социального и культурного контекста; - правила оформления документов и построения устных сообщений; - правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; - основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); - лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; - особенности произношения; - правила чтения текстов профессиональной направленности. умения: - грамотно излагать свои мысли и	Примеры структуры и содержания экзаменационного билета: I. Чтение и устный перевод текста, осуществление контроля общего содержания в форме составления 5 вопросов к тексту (время на подготовку - 20 мин.); II. Устно-речевое сообщение в форме монологического высказывания по изученной тематике (15-20 предложений, время на подготовку – 5 мин.) I. Примерные тексты для чтения и устного перевода 1. Sport and a healthy mode of life Sport is very important in our life. It is popular among young and old people. Many people do morning exercises, jog in the morning, train themselves in clubs, in different sections and take part in sport competitions. Other people like sports too, but they only watch sports games, listen to sports news. Physical training is an important subject at school. A lot of different competitions are held at schools, a great number of pupils take part in them. All participants try to get good results and become winners. Sport helps people to keep in good health. If you go in for sports, you have good health and don't catch cold. There are summer and winter sports. My favourite sport is swimming. I go to the swimming pool twice a week. But I prefer to rest by the lake or the river and swim there. ответ: Спорт и здоровый образ жизни Спорт очень важен в нашей жизни. Он популярен среди молодых и пожилых людей. Многие люди делают утреннюю зарядку, бегают по утрам, тренируются в клубах, в различных секциях и принимают участие в спортивных соревнованиях.

	оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе; - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); - писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы.	Другим людям тоже нравится спорт, но они смотрят только спортивные игры, слушают спортивные новости. Физическая культура – важный предмет в школе. В школах проводится множество различных конкурсов, в них принимает участие большое количество учеников. Все участники стараются добиться хороших результатов и стать победителями. Спорт помогает людям сохранить хорошее здоровье. Если вы занимаетесь спортом, у вас хорошее здоровье и вы не простудитесь. Есть летние и зимние виды спорта. Мой любимый вид спорта – плавание. Я хожу в бассейн два раза в неделю. Но я предпочитаю отдыхать у озера или реки и купаться там. 2. A healthy mode of life Sport is very important in our life. It is popular among young and old people. Many people do morning exercises, jog, train themselves in clubs, take part in sport competitions. Physical training is an important subject at school. Pupils have got physical training lessons twice a week. Boys and girls play volley-ball and basket-ball at the lessons. There is a sports ground near our school and school-children go in for sports in the open air. Sport helps people to keep in good health. If you go in for sports, you have good health and don't catch cold. There are some popular kinds of sports in this country: football, volley-ball, hockey, gymnastics, skiing, skating. Athletics is one of the most popular kinds of sports. It includes such kinds of sports as running, jumping and others. Everybody may choose the sport he (or she) is interested in. ответ: Здоровый образ жизни Спорт очень важен в нашей жизни. Он популярен среди молодых и пожилых людей. Многие люди делают утреннюю зарядку, бегают трусцой, тренируются в клубах, принимают участие в спортивных соревнованиях. Физическая культура – важный предмет в школе. Учащиеся посещают занятия по физической культуре два раза в неделю. Мальчики и девочки играют на уроках в волейбол и баскетбол. Рядом с нашей школой есть спортивная площадка, и школьники занимаются спортом на открытом воздухе. Спорт помогает людям сохранить хорошее здоровье. Если вы занимаетесь спортом, у вас хорошее здоровье и вы не простудитесь. В этой стране популярны виды спорта: футбол, волейбол, хоккей, гимнастика, лыжи, коньки. Легкая атлетика – один из самых популярных видов спорта. Сюда входят такие виды спорта, как бег, прыжки и другие. Каждый

		может выбрать тот вид спорта, который ему (или ей) интересен. 3. Football The history of football goes back almost as far as that of cricket. Football in the Middle Ages in England was played by teams formed of whole villages, and there were no very clear rules. A hundred people in each team struggled to score goals with a ball made of the inflated bladder of a pig. You could attack the ball, or you could attack members of the opposite team instead. In some villages the annual football match was regarded as a perfect opportunity to settle grievances against neighbours. There were many injuries, and several times laws were passed to forbid the game. Football became a more orderly game in the nineteenth century, and eventually a group of players met to form the Football Association, which sees that rules are universal, and also runs the World Cup Competition every four years. ответ: Футбол История футбола начинается почти так же далеко, как и история крикета. В футбол в средние века в Англии играли команды, сформированные из целых деревень, и не было очень четких правил. По сто человек в каждой команде из всех сил пытались забить гол мячом, сделанным из надутого пузыря свиньи. Вы можете атаковать мяч или вместо этого атаковать членов противоположной команды. В некоторых деревнях ежегодный футбольный матч рассматривался как прекрасная возможность уладить обиды на соседей. Было много травм, несколько раз принимались законы, запрещающие игру. В девятнадцатом веке футбол стал более упорядоченной игрой, и в конце концов группа игроков собралась, чтобы сформировать Футбольную ассоциацию, которая считает, что правила универсальны, а также проводит соревнования чемпионата мира каждые четыре года. 4. The Olympic games The International Olympic Committee was set up in 1894, and the first of modern Games took place in Athens in 1896. There were competitions in many kinds of sports: running, jumping, boxing. All the nations of the world were invited to send their athletic teams. From then the Olympic Games have been international and the number of events on the programme have increased. In these games only amateurs, or nonprofessional athletes can take part. Each country sends teams for as many different events

		as possible. The International Olympic Committee decides where each Olympics will take place. They ask a city (not a country) to be the host. The Olympic Games are attended by thousands of people. ответ: Олимпийские игры Международный олимпийский комитет был создан в 1894 году, а первые современные Игры прошли в Афинах в 1896 году. Соревнования проводились по многим видам спорта: бегу, прыжкам, боксу. Всем странам мира было предложено прислать свои спортивные команды. С тех пор Олимпийские игры стали международными, и количество мероприятий в программе увеличилось. В этих играх могут принимать участие только любители или непрофессиональные спортсмены. Каждая страна отправляет команды на как можно больше различных мероприятий. Международный олимпийский комитет решает, где будут проходить каждую Олимпиаду. Они просят город (а не страну) стать хозяином. Олимпийские игры посещают тысячи людей. 5. Our training The students of our Academy take up different kinds of sports. They train in different places: gymnasts - in the gymnasium, basketball, tennis players - on the tennis courts, track-and field athletes usually train on the stadiums in the open air. Three times a week we have special training lessons. As a rule, each training lasts about 3 hours. Every training session begins with a warming-up period which lasts about 20 minutes. Next, the sportsmen do a few exercises which depend on their event. After the warming-up we rest for about 5 minutes before we start practising. The warm-up of the body is very important. We train according to the trainer's instructions. The coach pays great attention to mastering technique, tactics and the main elements of sports. Sometimes we train with a team or a partner. We perform different exercises and get ready for contests. ответ: 6. Career problems in sport There are a lot of kinds of sports: your event may be traditional or modern, competitive or non-competitive, it can require special equipment and be very dangerous. Practising sports you have to do training sessions, take part in competitions, have injuries. You should begin to practise sports as early as possible. It's very dangerous to begin when you are not strong and

		old enough to survive in these conditions. But it is impossible to begin to practise swimming at 50 and to do your best. Usually, we tried sports at the very young age. If we are lucky, we have an excellent coach. And the last but not the least. You should be in love with your event. You should feel comfortable and at home when you do your sport. ответ: Наши тренировки Студенты нашей Академии занимаются разными видами спорта. Тренируются в разных местах: гимнасты - в спортзале, баскетболисты, теннисисты - на теннисных кортах, легкоатлеты обычно тренируются на стадионах под открытым небом. Три раза в неделю у нас проходят специальные тренировочные занятия. Как правило, каждая тренировка длится около 3 часов. Каждая тренировка начинается с разминки, которая длится около 20 минут. Далее спортсмены выполняют несколько упражнений в зависимости от вида соревнований. После разминки мы отдыхаем около 5 минут, прежде чем приступить к тренировке. Разминка тела очень важна. Тренируемся по указаниям тренера. Тренер уделяет большое внимание освоению техники, тактики и основных элементов спорта. Иногда мы тренируемся с командой или партнером. Выполняем разные упражнения и готовимся к конкурсам. 7. The game of darts In the bar of every English pub there is a dart-board, and on most evenings people play darts. This is a traditional English game, developed from archery, which served military interests in the Middle Ages. The first record of something like the modern game appeared in a sixteenth century description of a tournament where people threw missiles at a target by hand, athletes didn't use a bow. The dart-board has numbered sections, and the score depends on the section in which the dart lands. The darts are small. A player has a set of three darts, everyone throws them in turn. To play you must have a good eye and steady hand. ответ: Игра в дартс В баре каждого английского паба есть дартс, и почти каждый вечер люди играют в дартс. Это традиционная английская игра, произошедшая от стрельбы из лука и служившая военным интересам в средние века. Первая запись о чем-то вроде современной игры появилась в шестнадцатом веке. описание турнира века, на котором люди бросали

		ракеты в цель вручную, спортсмены не использовали лук. Доска для дартса имеет пронумерованные секции, и количество очков зависит от секции, в которую попал дротик. Дротики маленькие. У игрока есть набор из трёх дротиков, каждый бросает их по очереди. Чтобы играть, у вас должен быть хороший глаз и твердая рука. 8. Sports in Great Britain National sports in Great Britain... Englishmen love sports. They are called sports-lovers in spite of the fact that some of them neither play games nor even watch them. They only like to talk about sports. Some kinds of sports are professional in England. Popular and famous players earn a lot of money. Many traditional sporting events take place in England, for example, cricket. It is played from May till September. There are many cricket clubs in this country. English people like to play cricket. They think that summer without cricket isn't summer. Cricket is the English national sport in summer. If you want to play cricket, you must wear white boots, a white shirt, and white long trousers. There are two teams. Each team has eleven players. Cricket is popular in boys' schools. Girls play cricket, too. ответ: Спорт в Великобритании Национальные виды спорта в Великобритании... Англичане любят спорт. Их называют любителями спорта, несмотря на то, что некоторые из них не играют в игры и даже не смотрят их. Они любят говорить только о спорте. Некоторые виды спорта в Англии являются профессиональными. Популярные и известные игроки зарабатывают много денег. В Англии проходит множество традиционных спортивных мероприятий, например, крикет. В него играют с мая по сентябрь. В этой стране много крикетных клубов. Англичане любят играть в крикет. Они думают, что лето без крикета – это не лето. Летом крикет — английский национальный вид спорта. Если вы хотите играть в крикет, вам необходимо надеть белые ботинки, белую рубашку и белые длинные брюки. Есть две команды. В каждой команде по одиннадцать игроков. Крикет популярен в школах для мальчиков. Девочки тоже играют в крикет. II. Темы для устно речевого сообщения 1. Дайте краткую информацию про ваш Университет (колледж)? What do you know about our university? ответ:

		Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism was founded in 1974. there are 7 faculties: college, institute of sport, adaptive physical education, institute of management and tourism, additional education, institute of physical education, part-time education. 2. Дайте полное название Вашего Университета(колледжа)? Give the full name of our university. ответ: Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism. 3. Когда был основан «Поволжский ГУФКСиТ» When was our university founded? ответ: The Volga region University of Physical Culture, Sports and Tourism is a higher education institution located in the metropolis of Kazan, Tatarstan Republic. It was founded in 1974. 4. Назовите институты(отделения) «ПГУФКСиТ»? How many faculties are there in our university? Name them. ответ: College, institute of sport, adaptive physical education, institute of management and tourism, additional education, institute of physical education, part-time education. 5. Расскажите про вашу будущую профессию? Describe your future career. ответ: Sport plays a very important role in my life. It gives me power, health and a lot of positive emotions. That's I would like to be f sport cough. I am sure I can help other person to achieve their goals, to be healthy and wealth also. Of course it's worth mentioned of disadvantages: it's a lack of time for your friends and relatives. Your body is always in stress and in the future you will have problems with your health. And of course you haven't got much time for realization. 7. Расскажите какую роль играет спорт в вашей жизни? Speak about the role of sports in your life. ответ: Sport has played an important role in our lives for many centuries. Millions of people all over the world are fond of sports and games. Sport keeps us fit, makes us healthy, more organized, better disciplined. It gives us a lot of pleasure, makes us stronger, and prolongs our life. It unites people of different classes and nationalities. 8. Определите что означает здоровый образ жизни?

		What does healthy way of life mean to you? ответ: A good habit is a key factor for a healthy lifestyle. To maintain a stable body and mind, one needs to inculcate good habits. Waking up early in the morning, regularly exercising or a good morning walk helps to keep our body energetic and refresh our mind. Maintaining a balanced and nutritious diet throughout the day is vital for maintaining a good lifestyle. 9. Расскажите про сбалансированную диету спортсмена? Do you keep to any balanced diet? ответ: Yes? I do. Eating a balanced diet every day should give me all the nutrients that I need to maintain good health. It includes fruit, vegetables, dairy. 10. Расскажите какие качества развивает спорт? What qualities does your sport develop? ответ: Sports helps an individual much more than in the physical aspects alone. It builds character, teaches and develops strategic thinking, analytical thinking, leadership skills, goal setting and risk taking, just to name a few. 11. Расскажите ваше начало дня? Tell how you day begins. ответ: My usual day begins early. I get up at 6 o'clock, wash my face and dress. Then I make my bed and go to the kitchen to have my breakfast. I leave home for school at 7 o'clock. 12. Назовите Ваш любимый вид спорта и почему? What is your favourite sport? And why? ответ: My favorite sport is gymnastics. Since childhood, I loved this sport. I think this is a very interesting and beautiful sport. Every day I train in the gym and get pleasure from it. I am grateful to my parents that once gave me to gymnastics. 13. Как вы считаете что нужно сделать чтобы быть здоровым? How to be healthy? ответ: To be healthy means having a Healthy Diet, having a Healthy Exercise Plan, being Emotionally Healthy, having a Healthy Routine. 14. Активный человек это: Ways to Be Active ответ: - Look for ways to increase your heart rate during your daily routine. - Walk or cycle instead of taking the car or bus, or you

		can choose the stairs over the escalator or elevator. - Try these ways to be active and start working towards your fitness goals 15. Дайте краткую характеристику олимпийским играм? What are Olympic games? ответ: The Olympic Games is a worldwide famous sport event. Every four years the best sportsmen of every country united in national teams meet each other in one selected city to find out who is the strongest, fastest and the sturdiest person in the world. There are two types of these games: summer and winter ones, because all sports are conditionally divided according to seasons. The event was first organized by the ancient Greeks at the Olympus (a residence of Greek gods) more than 2,700 years ago. Summer sports usually include synchronized swimming, volleyball, rhythmic-sportive gymnastics, pole vaulting, athletics, etc. The most popular winter sports are hockey, bobsledding, figure skating, biathlon and skiing. As it was noted before, the programme is changeable: the most popular sport stays, the less popular one disappears for some time (rugby, motor sports and golf). 16. Дайте краткую характеристику паралимпийским играм? What are Paralympic games? ответ: The Paralympic Games are international sports competitions for people with disabilities. The Paralympics take place shortly after the Olympic Games, in the same host city. The name Paralympics means “alongside the Olympics.” At the Summer Paralympic Games, participants compete in more than a dozen sports. Among them are archery, track and field (athletics), cycling, rowing, sitting volleyball, soccer, swimming, table tennis, wheelchair basketball, and wheelchair fencing. At the Winter Paralympic Games, athletes compete in ice sledge hockey, skiing, wheelchair curling, and other cold-weather sports. 17. Дайте краткую характеристику Всемирным студенческим играм? What is World University Games? ответ: The Universiade’s roots go back to the start of the 20th century as host cities welcomed student-athletes who celebrate the spirit of friendship and sportsmanship in a competitive environment. Today, the Universiade has been renamed the World University Games and continues to build on this long tradition as the premiere university multi-sport

		competition in the world. The Summer World University Games takes place over 12 days and consists of 15 compulsory sports. It is scheduled to take place every two years. The Winter World University Games incorporates education and cultural aspects into an 11-day competition sport programme.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

СГЦ.03 Безопасность жизнедеятельности

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы

по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствении с:

– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01 Физическая культура,

код, наименование специальности/направления подготовки
утвержденный приказом Министерство просвещения РФ от 11 ноября 2022г.

– учебным планом специальности/направления подготовки 49.02.01 Физическая культура, педагог по физической культуре и спорту

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС преподаватель Пастух Н.М.

степень, звание, фамилия, имя, отчество

II. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1 Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО __49.02.01__ Физическая культура «Педагог по физической культуре и спорту».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в со соответствии с ФГОС профессии/специальности **49.02.01** Физическая культура:

Знает:

- 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.

Умеет:

- 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 экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

Имеет опыт:

- прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций;
- по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **общих компетенций**:

ОК-1 - Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК-2 - Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК-4 - Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК-7 - Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.	ОК-1 ОК-2 ОК-4 ОК-7	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК-1	Тестирование	не аттестован	4 и менее

	ОК-2 ОК-4 ОК-7		низкий средний высокий	5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ОК-1 ОК-2 ОК-4 ОК-7	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК-1 ОК-2 ОК-4 ОК-7	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК-1 ОК-2 ОК-4 ОК-7	Зачет (устный или письменный ответ на вопросы билета)	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций

Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
OK-1 OK-2 OK-4 OK-7	Знает: - классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; - методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества. Умеет:	1. Безопасность жизнедеятельности – как наука о защите человека и окружающей среды. 2. Классификация чрезвычайных ситуаций. 3. Правила поведения человека при геологических стихийных бедствиях 4. Правила поведения человека при метеорологических стихийных бедствиях 5. Техногенные чрезвычайные ситуации 6. Правила пожарной безопасности в быту 7. Правила пожарной безопасности на производстве.

	- обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. Имеет опыт: - прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; - по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности.	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
OK-1 OK-2 OK-4	Знает: - классификацию и источники	1. Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного

OK-7	чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; - методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества. Умеет: - обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. Имеет опыт: - прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; - по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности.	или иного бедствия, которые могут повлечь или уже повлекли за собой человеческие жертвы, причинили ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, сопровождались значительными материальными потерями и нарушением условий жизнедеятельности людей – это а)экстремальная ситуация б)чрезвычайная ситуация в)источник чрезвычайной ситуации 2. Гражданская оборона – это а) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий б) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время в) система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории Российской Федерации. 3. Для какого вида лесного пожара дана характеристика: происходит чаще всего (до 90%), огонь распространяется только по почвенному покрову, охватывая нижние части деревьев, траву, валежник, порубочные остатки и выступающие корни. а) верховые б) низовые в) торфяные 4. По какому признаку наводнения подразделяют на половодье, паводок, затоп и зажор: а) по площади затопления б) по причине возникновения в) по масштабам последствий 5. При заблаговременном оповещении об угрозе бурь, ураганов, смерчей необходимо: а) включить телевизор, радио и выслушать рекомендации; б) закрыть все окна и двери; в) выйти из дома и укрыться под ближайшим большим деревом. 6. Безопасное естественное укрытие на улице во время урагана

		а) большое дерево; б) крупный камень; в) овраг;

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК-1 ОК-2 ОК-4 ОК-7	Знает: - классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; - методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества Умеет: - обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. Имеет опыт: - прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; - по применению основных методов	Задание №1 Практическое задание (ситуация). Вас захватили в заложники. Какие правила личной безопасности необходимо соблюдать, чтобы снизить угрозу для вашей жизни? ответ: Если вас захватили в заложники: не привлекайте к себе внимание преступников (не смотрите им в глаза и не задавайте вопросов); на любое свое действие спрашивайте разрешение; беспрекословно выполняйте требования террористов; при проведении операции по освобождению ложитесь на пол и не поднимайтесь до команды; при применении слезоточивого газа дышите через влажную ткань и часто моргайте; выходите из помещения (транспортного средства) после команды и как можно быстрее. Задание № 2 Практическое задание (ситуация). Произошла авария на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного загрязнения местности. Ваши действия. ответ: При аварии на радиационно-опасном объекте и угрозе радиоактивного загрязнения местности следует: — включить радио (телевизор) и прослушать сообщение; — закрыть окна и двери, провести герметизацию возникновения чрезвычайных ситуаций; Имеет опыт: - прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; - по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и

	защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности.	профессиональной деятельности помещения; — защитить продукты питания и сделать запас воды; провести йодную профилактику; держать включенным радио (телевизор) и ждать дальнейших указаний. При получении распоряжения на эвакуацию: освободить от содержимого холодильник, вынести скоропортящиеся продукты и мусор; выключить газ, электричество, погасить огонь в печи; надеть средства индивидуальной защиты, взять необходимые вещи, документы и продукты питания; — следовать на сборный эвакуопункт. При движении не пылить, избегать высокой травы и кустарника, не прикасаться к местным предметам и не ставить вещи на землю, не курить, не пить, не есть. Перед посадкой в транспорт обмести средства защиты, одежду, вещи, обмыть открытые участки тела. Задание № 3 Практическое задание (ситуация). В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно химически опасного вещества (аммиака) (АХОВ). Ваши действия? ответ: Действия в случае аварии на химически опасном объекте: включить радио (телевизор) и выслушать сообщение; надеть средства защиты органов дыхания и кожи; закрыть окна и форточки; отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи; взять документы, необходимые вещи и продукты; укрыться в ближайшем убежище или покинуть район аварии. При отсутствии средств защиты и убежища: закрыть окна и двери; зашторить входные двери плотной тканью; провести герметизацию жилища; держать включенным радио (телевизор) и ждать указаний. Задание № 4 Обеспечение пожарной безопасности в местах проживания. Обязанности граждан в области пожарной безопасности. Практическое задание (ситуация). Во время прогулки по лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма, и определили, что попали в зону лесного пожара. Ваши действия? ответ: Попад в зону лесного пожара, следует: определить направление ветра и распространения огня; быстро выходить из зоны

		пожара навстречу ветру по возможности параллельно фронту распространения огня; идти, пригибаясь к земле и не стараясь обогнать пожар; если поблизости есть водоем, окунуться в него или, смочив одежду, накрыть ею голову и верхнюю часть тела; выйдя из опасной зоны, сообщить о пожаре в пожарную охрану.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Тестирование

Оцениваемая я компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы																																																
ОК 06, ОК 07	Знания: - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; - значимость профессиональной деятельности по специальности; - стандарты антикоррупционног о поведения и последствия его нарушения; - правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; - основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; - пути обеспечения ресурсосбережения; - принципы бережливого производства; - основные направления изменения климатических условий региона. Умения: - описывать значимость своей специальности; - применять стандарты антикоррупционног о поведения; - соблюдать нормы экологической	1. Установите рекомендуемый порядок действий при травматическом шоке: а) Обеспечить свободное дыхание б) Применить обезболивающее средство в) Обеспечить безопасность пострадавшему, себе и окружающим г) Наложить повязку, выполнить иммобилизацию д) Остановить кровотечение е) Дать обильное питье. Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>в</td><td>д</td><td>а</td><td>б</td><td>г</td><td>е</td></tr></table> 2. Прочитайте текст и установите последовательность. Рекомендуемый порядок действий при капиллярном кровотечении: а) Наложить на кровоточащий участок марлевую салфетку, обработанную раствором перекиси водорода б) Вызвать специалистов или организовать транспортировку пострадавшего в больницу в) При необходимости дать обезболивающее средство г) Обеспечить безопасность пострадавшему, себе и окружающим д) Дать обильное питье е) Поверх марлевой салфетки наложить давящую повязку. Запишите выбранные действия под со ответствующие цифры: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>г</td><td>а</td><td>е</td><td>в</td><td>д</td><td>б</td></tr></table>	1	2	3	4	5	6							1	2	3	4	5	6	в	д	а	б	г	е	1	2	3	4	5	6							1	2	3	4	5	6	г	а	е	в	д	б
1	2	3	4	5	6																																													
1	2	3	4	5	6																																													
в	д	а	б	г	е																																													
1	2	3	4	5	6																																													
1	2	3	4	5	6																																													
г	а	е	в	д	б																																													

	безопасности; - определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; - организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона.	3. Прочитайте текст и установите последовательность: Рекомендуемый порядок действий при внутригрудном кровотечении. а) Придать пострадавшему положение с приподнятым изголовьем б) Обеспечить свободный доступ кислорода в) Обеспечить безопасность пострадавшему, себе и окружающим г) Вызвать специалистов или организовать транспортировку пострадавшего в больницу Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td>в</td><td>а</td><td>б</td><td>г</td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> 4. Прочитайте текст и установите последовательность: Рекомендуемый порядок действий при артериальном кровотечении. а) При необходимости дать обезболивающее средство б) Вызвать специалистов или организовать транспортировку пострадавшего в больницу в) Дать обильное питье г) Наложить жгут выше раны, с обязательным указанием времени наложения жгута д) Прижать пальцем поврежденную артерию выше места ранения е) Обеспечить безопасность пострадавшему, себе и окружающим Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>д</td><td>г</td><td>е</td><td>а</td><td>в</td><td>б</td></tr></table> 5. Прочитайте текст и установите последовательность: Порядок действий при извержении вулкана: а) Найти укрытие от палящей тучи в воде или в подземном убежище	1	2	3	4	в	а	б	г	1	2	3	4					1	2	3	4	5	6							1	2	3	4	5	6	д	г	е	а	в	б
1	2	3	4																																							
в	а	б	г																																							
1	2	3	4																																							
1	2	3	4	5	6																																					
1	2	3	4	5	6																																					
д	г	е	а	в	б																																					

	б) Защитить тело и голову от камней и пепла в) Избегать берегов рек и долин вблизи вулканов, стараться держаться возвышенных мест, чтобы не попасть в зону затопления или селевого потока Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>б</td> <td>в</td> <td>а</td> </tr> </table> 6. Рекомендуемый порядок действий при открытых переломах. а) Обеспечить физический и психический покой пострадавшему, согреть или освежить его (в зависимости от ситуации) б) Применить обезболивающее средство в) Обеспечить безопасность пострадавшему, себе и окружающим г) Вызвать специалистов или организовать транспортировку пострадавшего в больницу д) Остановить кровотечение е) Наложить стерильную повязку на рану, произвести иммобилизацию ж) Обработать рану и кожу вокруг раны Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>в</td> <td>б</td> <td>д</td> <td>ж</td> <td>е</td> <td>а</td> <td>г</td> </tr> </table> 7. Прочитайте текст и установите последовательность: Рекомендуемый порядок действий при венозном кровотечении. а) Дать обильное питье б) Наложить на кровоточащий участок марлевую салфетку, обработанную раствором перекиси водорода. При обильном кровотечении наложить жгут выше раны в) Обеспечить безопасность пострадавшему, себе и окружающим г) Вызвать специалистов или организовать	1	2	3				1	2	3	б	в	а	1	2	3	4	5	6	7								1	2	3	4	5	6	7	в	б	д	ж	е	а	г
1	2	3																																							
1	2	3																																							
б	в	а																																							
1	2	3	4	5	6	7																																			
1	2	3	4	5	6	7																																			
в	б	д	ж	е	а	г																																			

- транспортировку пострадавшего в больницу
- д) При необходимости дать обезболивающее средство
- е) Поверх марлевой салфетки наложить давящую повязку.

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

1	2	3	4	5	6

ответ:

1	2	3	4	5	6
в	б	е	д	а	г

8. Прочитайте текст и установите последовательность:

Рекомендуемый порядок действий при внутрибрюшном кровотечении.

- а) Вызвать специалистов или организовать транспортировку пострадавшего в больницу
- б) Приложить холод к животу
- в) Придать пострадавшему положение с приподнятым изголовьем
- г) Обеспечить безопасность пострадавшему, себе и окружающим

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

1	2	3	4

ответ:

1	2	3	4
г	в	б	а

9. Последовательность помощи в ступорных ситуациях:

а) Медленно и четко говорите ему то, что может вызвать сильные эмоции (лучше негативные, так как они быстрее вызываются).

б) Кончиками большого и указательного пальцев массируйте пострадавшему точки, расположенные на лбу, над глазами ровно посередине между линией роста волос и бровями, четко над зрачками.

в) Согните пострадавшему пальцы на обеих руках и прижмите их к основанию ладони. Большие пальцы должны быть выставлены наружу.

г) Ладонь свободной руки положите на грудь

		пострадавшего. Подстройте свое дыхание под ритм его дыхания. Запишите со соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>в</td> <td>б</td> <td>г</td> <td>1</td> </tr> </table> 10. Последовательность психологической помощи человеку, получившему серьезную физическую травму: а) говорите с пострадавшим и слушайте его; б) накройте его чем-нибудь для сохранения тепла; в) поддерживайте с травмированным телесный контакт (например, держите его за руку); г) скажите пострадавшему, что находитесь рядом с ними и помогаете ему. Запишите выбранные действия под со соответствующие цифры: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>г</td> <td>б</td> <td>в</td> <td>а</td> </tr> </table> 11. Соотнесите виды ран с описаниями: К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите со соответствующую позицию из правого столбца: <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Вид раны</th> <th></th> <th>Описание</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Укушенные раны</td> <td>1</td> <td>Нанесенные острыми предметами с режущими краями</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Огнестрельные раны</td> <td>2</td> <td>С полным или почти полным отделением оскута кожи</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Колото-резаные раны</td> <td>3</td> <td>Нанесенные тяжелым острым предметом</td> </tr> </tbody> </table>	1	2	3	4					1	2	3	4	в	б	г	1	1	2	3	4					1	2	3	4	г	б	в	а		Вид раны		Описание	А	Укушенные раны	1	Нанесенные острыми предметами с режущими краями	Б	Огнестрельные раны	2	С полным или почти полным отделением оскута кожи	В	Колото-резаные раны	3	Нанесенные тяжелым острым предметом
1	2	3	4																																															
1	2	3	4																																															
в	б	г	1																																															
1	2	3	4																																															
1	2	3	4																																															
г	б	в	а																																															
	Вид раны		Описание																																															
А	Укушенные раны	1	Нанесенные острыми предметами с режущими краями																																															
Б	Огнестрельные раны	2	С полным или почти полным отделением оскута кожи																																															
В	Колото-резаные раны	3	Нанесенные тяжелым острым предметом																																															

		Г	Рубленые раны	4	От огнестрельного оружия или осколков боеприпасов взрывного действия
		Д	Скальпированные ран	5	Нанесенные зубами животных или человека

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

ответ:

А	Б	В	Г	Д
5	4	1	3	2

11. Соотнесите виды вулканов по характеру извержения с описаниями. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите со-
ответствующую позицию из правого столбца:

	Вид вулкана		Описание
А	Эксплозивные	1	Жидкая лава спокойно изливается на поверхность из кратеров или трещин и, застывая, образует покровы
Б	Экструзивные	2	Вязкая лава медленно выдавливается на поверхность, образуя вулканический купо
В	Эффузивные	3	Взрывное извержение вулкана

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
3	2	1

13. Прочитайте текст и установите со
ответствие

Различают следующие виды наводнений. К
каждой позиции, данной в левом столбце,
подберите со ответствующую позицию из правого
столбца:

	Определение		Вид наводнения
А	Ежегодный подъем уровня воды в реках, вызываемый таянием снега и льда	1	Паводок
Б	Скопление масс шуги (рыхлые куски внутриводного льда и мокрого снега) и внутриводного льда в период осеннего ледостава, создающее стеснение русла на отдельном участке реки и вызывающее изменение уровня воды	2	Половодье
В	Скопление льда во время ледокола, создающее стеснение русла на отдельном участке реки и вызывающее изменение уровня воды	3	Нагонные наводнения
Г	Быстрый подъем уровня воды, возникающий нерегулярно, от сильных дождей и кратковременного снеготаяния.	4	Затор
Д	Вызываются ветровыми нагонами воды на берега больших озер, водохранилищ и в морские устья рек	5	Зажор

Запишите выбранные цифры под со

ответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

ответ:

А	Б	В	Г	Д
2	5	4	1	3

14. Прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите термины с определениями. К каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца:

	Термин		Определение
А	Опасное природное явление	1	Явление природного генезиса, которое может стать причиной аварии или катастрофы
Б	Стихийное бедствие	2	Событие с последствиями, включающими гибель людей и значительный материальный ущерб, вследствие стихийного бедствия
В	Природная катастрофа	3	Явление или процесс, когда возникают катастрофические ситуации

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
1	3	2

15. Прочитайте текст и установите соответствие

По характеру движения лавины разделяются на следующие виды. К каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца:

Вид лавины	Характер движения

А	Основы	1	Лавины, проходящие по желобам, кулуарам и зонам выветривания горных пород в виде борозд
	Прыгающие лавины	2	Лавины, проводящие часть своего пути в полете, так как препятствия, встречающиеся на их пути, становятся для них трамплинами
	Лот овые лавины	3	Снежные оползни, сходящие по всей поверхности склона

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
3	2	1

16. Соотнесите источники природной ЧС и
наименование и наименование поражающего
фактора природной ЧС. К каждой позиции, данной
в левом столбце, подберите со соответствующую
позицию из правого столбца:

	Источник природной ЧС		Фактор
А	Землетрясение	1	Сейсмический фактор
Б	Подтопление	2	Гравитационный фактор
В	Просадка в лессовых породах	3	Д намический фактор
Г	Вулканическое извержение	4	Гидродинамический фактор

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
3	4	2	1

17. Соотнесите виды ран с описаниями: К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите со ответствующую позицию из правого столбца:

	Вид раны		Описание
А	Колотые раны	1	Нанесенные скользящим движением тонкого острого предмета
Б	Резаные раны	2	Получаются вследствие перерастяжения тканей
В	Рваные раны	3	Нанесенные предметом с небольшим поперечным сечением
Г	Размозженные раны	4	Характеризуются раздавливанием и разрывом тканей
Д	Ушибленные раны	5	От удара тупым предметом с одновременным ушибом окружающих тканей

Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

ответ:

А	Б	В	Г	Д
3	1		4	5

18. Соотнесите типы кровотечений с описаниями. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите со ответствующую позицию из правого столбца:

			Тип кровотечения		Описание
	А		Паренхиматозное	1	Кровь алого цвета фонтанирует из раны
	Б		Артериальное		Кровь темного цвета спокойной струйкой стекает из раны
	В		Капиллярное	3	Кровоточит вся раневая поверхность
	Г		Венозное	4	Кровь медленно вытекает в небольшом количестве, появляясь на пораженной поверхности в виде небольших капель
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:					
	А	Б	В	Г	
ответ:					
	А	Б	В	Г	
	3	1	4	2	
19. Выберите верные соотношения между терминами и их определениями: К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:					
	Термин		Определение		
	А Колонна	1	Строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу		
	Б Ширина строя	2	Два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому		

		В	Ряд	3	Расстояние между флангами
Запишите выбранные буквы под со ответствующие цифры:					
		А		Б	
				В	
ответ:					
		А		Б	
		1		3	
				2	
20. Установите со ответствие					
Выберите верные соотношения между терминами и их определениями: К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите со ответствующую позицию из правого столбца:					
		Тер	ин		О
А	Строй	1	Размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке		
Б	Дистанция	2	Расстояние в глубину между военнослужащими, подразделениями и частями		
В	Фланг	3	Военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервал х		
Г	Фронт	4	Оконечность строя		
Д	Шеренга	5	Расстояние по фронту между военнослужащ ми, подразделениями и частями		
Е	Интервал	6	Сторона строя, в которую военнослужащие		

			обращены лицом		

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д	Е

ответ:

А	Б	В	Г	Д	Е
1	2	4	6	3	5

21.Какой сигнал подается предварительно при передаче команды сигналом?
а) готовность;
б) **внимание;**
в) к исполнения;
г) марш

22. Слово «террор» в переводе с латыни означает
1)страшный сон
2)война
3)**ужас**
4)нападение

23.Если военнослужащие расположены в затылок друг к другу – это:
а) ряд;
б) строй;
в) линия;
г) **колонна.**

24. Как называется приверженность крайним взглядам, и в особенности, мерам?
а) Фашизм;
б) Терроризм;
в) Экстремизм;
г) Аскетизм.

25. Безопасное естественное укрытие на улице во время урагана
а) большое дерево;
б) крупный камень;
в) овраг.

26. Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или уже повлекли за собой человеческие жертвы, причинили ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, сопровождались значительными материальными потерями и нарушением условий жизнедеятельности людей – это...
а)экстремальная ситуация
б)чрезвычайная ситуация

		в) источник чрезвычайной ситуации 27. Гражданская оборона – это а) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий б) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время в) система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории Российской Федерации. 28. Для какого вида лесного пожара дана характеристика: происходит чаще всего (до 90%), огонь распространяется только по почвенному покрову, охватывая нижние части деревьев, траву, валежник, порубочные остатки и выступающие корни. а) верховые б) низовые в) торфяные 29. По какому признаку наводнения подразделяют на половодье, паводок, затор и зажор: а) по площади затопления б) по причине возникновения в) по масштабам последствий 30. При заблаговременном оповещении об угрозе бурь, ураганов, смерчей необходимо: а) включить телевизор, радио и выслушать рекомендации; б) закрыть все окна и двери; в) выйти из дома и укрыться под ближайшим большим деревом. 31. Защищенность жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз социального характера ответ _____ ответ: социальная безопасность 32. Что называется неконтролируемым горением, причиняющим материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан, интересам общества и государства? ответ _____ ответ: пожаром. 33. Полное или частичное нарушение целостности кости, возникающее под действием внешних сил или вследствие патологического процесса

		(опухоль, остеомиелит и т.д.). ответ: _____ ответ: перелом 34. Придание неподвижности определенной части тела человека при различных повреждениях. ответ: _____ ответ: иммобилизация 35. Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или уже повлекли за собой человеческие жертвы, причинили ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, сопровождались значительными материальными потерями и нарушением условий жизнедеятельности людей ответ: _____ ответ: чрезвычайная ситуация 36. Вооруженные ... Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны нашей страны ответ: _____ ответ: Силы 37. Повреждение тканей организма, вызванное чрезмерным воздействием внешних факторов, таких как температура, кислоты и щелочи, электрический ток, ультрафиолетовое, рентгеновское и другое излучение. ответ: _____ ответ: ожог 38. Какой степени тяжести травматического шока соответствуют следующие показатели: сознание пострадавшего спутанное или отсутствует, кожные покровы бледные, покрыты холодным потом; систолическое АД ниже 70 мм. рт. ст., пульс нитевидный – 130-180 ударов в минуту; дыхание поверхностное, частое; прогноз очень серьезный? ответ: _____ ответ: III степень 39. Заболевание или иное расстройство жизнедеятельности организма, возникшее вследствие попадания в организм яда или токсина, а также действие, вызвавшее такое заболевание. ответ: _____ ответ: отравление. 40. Открытое, видимое повреждение мягких тканей тела человека, сопровождающееся нарушением целостности кожи или слизистой, с возможным повреждением подкожных тканей, характеризующееся болью, кровотечением и зиянием краев раны. ответ: _____

		ответ: рана

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50 % и менее 51 % – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Устный опрос
ОК 06., ОК 07	Знания: - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; - значимость профессиональной деятельности по специальности; - стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения; - правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; - основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; - пути обеспечения ресурсосбережения; - принципы бережливого производства; - основные направления изменения климатических условий региона. Умения: - описывать значимость своей специальности; - применять стандарты антикоррупционного поведения; - соблюдать нормы экологической безопасности; - определять направления	1. Цель и содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельность», её основная задача, место и роль в подготовке специалиста. Этапы развития науки. ответ: Цель дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» — воспитание безопасного мышления, личности безопасного типа и получение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях среды природного, техногенного и социального происхождения. Также цель — овладение необходимыми приёмами оказания первой медицинской помощи при травмах, неотложных состояниях и острых заболеваниях. 1 Содержание дисциплины включает изучение факторов отрицательного воздействия на отдельную личность и общество, разнообразия сложных ситуаций, возникающих в процессе жизнедеятельности, и их возможных отрицательных последствий. Также в рамках дисциплины осваиваются способы защиты от различных опасных факторов. Основная задача дисциплины — сформировать у студентов профессиональную культуру безопасности, под которой понимается готовность и способность личности использовать в профессиональной деятельности приобретённую совокупность знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности в сфере профессиональной деятельности. Место дисциплины в подготовке специалиста — базовая (общепрофессиональная) часть цикла профессиональных дисциплин. Роль дисциплины — формирование основ безопасности жизнедеятельности отдельного человека и общества в целом. Этапы развития науки — изучение понятия о среде обитания человека, эволюции среды обитания, глобальных проблемах современности, основных терминах и определениях безопасности жизнедеятельности, системах безопасности и аксиомах этой науки. 2. Классификация ЧС. ответ: • по видам подразделяют на природного, техногенного и социального характера; • по продолжительности действия подразделяют на кратковременные и долговременные; • по скорости распространения

	ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; - организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона.	подразделяют на взрывные, стремительные, быстро распространяющиеся и умеренные, плавно распространяющиеся; • по возможности предотвращения подразделяют на неизбежные и предотвращаемые; • по масштабам распространения делят на локальные, местные, региональные, федеральные, глобальные (международные). 3. Правила поведения и действия при геологических стихийных бедствиях, способы защиты от последствий. ответ: Правила поведения и действия при геологических стихийных бедствиях: Во время землетрясения: не поддаваться панике, быстро выйти из здания, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости. 34 Покидая помещение, спускаться по лестнице, а не на лифте. Оказавшись на улице, перейти на открытое пространство, но не стоять вблизи зданий. 3 Если вынужденно остались в помещении, встать в безопасном месте: у внутренней стены, в углу, во внутреннем стенном проёме или у несущей опоры. 34 Если возможно, спрятаться под стол — он защитит от падающих предметов и обломков. 3 После землетрясения: оказать первую медицинскую помощь нуждающимся, освободить попавших в легкоустраимые завалы. Подчиняться указаниям местных властей, штаба по ликвидации последствий стихийного бедствия. Способы защиты от последствий геологических стихийных бедствий: После схода селевого потока: проверить состояние полов, лестниц, стен и потолков зданий и сооружений, отсутствие утечки газа в сетях, линии электросетей на предмет их намокания и замыкания, целостность сетей водоснабжения. Категорически запрещается пользоваться открытым огнём (спички, зажигалки и др.), использовать только безопасные переносные фонари. 1 В вулканопасных районах: применять средства индивидуальной защиты органов дыхания (противогазы, респираторы), кожи (специальная одежда), головы (специальные головные уборы). 4. Оповещение и информация населения об угрозе стихийных бедствий. ответ: Оповещение и информирование населения об

		угрозе стихийных бедствий включает в себя своевременное предупреждение о надвигающейся опасности и информирование о порядке поведения в создавшихся условиях. Алгоритм оповещения: Включаются сирены, гудки, другие звуковые сигналы, сирены специальных автомобилей. Этот единый сигнал означает «ВНИМАНИЕ ВСЕМ». После этого по громкоговорителям и радиоточкам, установленным на улицах, в жилых зданиях и на объектах города, гражданам сообщается о том, что нужно предпринимать в сложившейся ситуации. На участках города, где ещё не установлены стационарные громкоговорители и радиоточки, задействуются автомобили, оборудованные системами громкоговорящей связи. 4 После доведения сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ» информация о дальнейших действиях в условиях угрозы возникновения или в случае возникновения чрезвычайных ситуаций транслируется по каналам телевидения. Информация об оповещении транслируется и на телевизионных панелях ОКСИОН, установленных в местах массового пребывания людей. Граждан информируют об опасности и по мобильной связи — при помощи СМС. Экстренная информация о фактических и прогнозируемых опасных природных явлениях и техногенных процессах, загрязнении окружающей среды, заболеваниях, которые могут угрожать жизни или здоровью граждан, а также правилах поведения и способах защиты незамедлительно передаётся по системе оповещения населения. 5. Правила поведения и действия при метеорологических стихийных бедствиях, способы защиты от последствий этих стихийных бедствий. ответ: Правила поведения и действия при метеорологических стихийных бедствиях: При объявлении штормового предупреждения: • не отключать радиоприёмники и телевизоры — по ним может поступить новая информация и рекомендации по действиям; • с наветренной стороны здания плотно закрыть двери и окна, вентиляционные отверстия; • с балконов, лоджий и подоконников убрать вещи;

		• подготовить запас воды и пищи, медикаментов, электрические фонари, свечи, переносной приёмник, документы и деньги; • выключить газ, погасить огонь в печах; • быть готовым укрыться в помещениях без окон (ванная комната, коридор, кладовая и т. п.). Если во время бури, шторма, урагана или смерча вы оказались на открытой местности: • быстро укрыться в ближайшем здании (подъезде, магазине и т. п.); если нет возможности укрыться в помещении, то следует находиться как можно дальше от зданий — это спасёт от летящих осколков шифера, стекла и черепицы; • спрятаться в кювете, канаве, яме, плотно прижавшись к земле и укрыв голову руками; • если вы находитесь в автомобиле, и нет возможности укрыться в каком-либо здании, оставайтесь в нём, отъехав на безопасное расстояние от места вероятного падения высоких деревьев, рекламных щитов и т. п. После опасного природного явления: • после ослабления ветра не торопитесь покидать своё укрытие, так как может последовать его новый порыв; • если вас известили, что опасное природное явление больше не возобновится, можно выходить на улицу, при этом соблюдая максимальную осторожность и внимательность из-за возможного обрушения строительных конструкций и падения каких-либо незакреплённых предметов; • при необходимости окажите первую помощь пострадавшим, вызовите спасательные службы экстренного реагирования. Способы защиты от последствий метеорологических стихийных бедствий: • непрочные сооружения (дачные домики, навесы, гаражи, штабеля дров, туалеты) желательно закрепить, прикопать землёй, убрать выступающие части или разобрать, придавив разобранные фрагменты тяжёлыми камнями, брёвнами; • стёкла окон оклеить, окна и витрины защитить ставнями или щитами; • стёкла окон оклеить, окна и витрины защитить ставнями или щитами; • непрочные сооружения (дачные домики, навесы, гаражи, штабеля дров, туалеты) желательно закрепить, прикопать землёй, убрать выступающие части или разобрать, придавив

		разобранные фрагменты тяжёлыми камнями, брёвёнками; • непрочные сооружения (дачные домики, навесы, гаражи, штабеля дров, туалеты) желательно закрепить, прикопать землёй, убрать выступающие части или разобрать, придавив разобранные фрагменты тяжёлыми камнями 6. Правила поведения и действия при гидрологических стихийных бедствиях, способы защиты от последствий этих стихийных бедствий. ответ: Правила поведения и действия при гидрологических стихийных бедствиях: • При получении экстренного сообщения об угрозе затопления необходимо немедленно выходить и выезжать из опасной зоны в назначенный заранее безопасный район или на возвышенные участки местности. • Перед выходом из дома нужно отключить электро- и газоснабжение, погасить огонь в печах. • До прибытия помощи следует оставаться на верхних этажах, крышах, деревьях или других возвышениях, сигнализировать спасателям, чтобы они имели возможность быстро обнаружить людей. • Для эвакуации можно использовать лодки, катера, плоты из брёвен и других подручных материалов. • Если человек оказался в воде, нужно снять с себя тяжёлую одежду и обувь, отыскать вблизи предметы, которыми можно воспользоваться до получения помощи. 7. Основные способы защиты от опасных факторов аварий и катастроф. ответ: Эвакуация населения. Это основной способ защиты при крупных чрезвычайных ситуациях техногенного характера. В некоторых ситуациях (катастрофическое затопление, длительное радиоактивное загрязнение местности) эвакуация является единственно возможным способом. Укрытие в защитных сооружениях. К ним относятся убежища, укрытия, шахты, метрополитен, щели, траншеи, землянки. Использование средств индивидуальной защиты. К ним относятся специальная одежда и обувь, средства защиты глаз и лица (очки, шлемы, щитки), средства защиты органов дыхания (респираторы, противогазы, ватно-марлевые повязки, противопылевые тканевые маски). Медицинская защита. Это комплекс

		организационных, лечебно-профилактических, санитарно-гигиенических, противоэпидемиологических и лечебно-эвакуационных мероприятий, направленных на предотвращение или ослабление воздействия на людей поражающих факторов источника ЧС. 8. Действие ионизирующих излучений на живые организмы. ответ: На молекулярном уровне облучение вызывает набор характерных изменений, обусловленных взаимодействием биомолекул с самим излучением либо продуктами радиолиза воды. К таким изменениям относят разрывы, сшивки, изменения последовательности мономеров в молекулах биополимеров, потерю ими фрагментов, окислительную модификацию, образование аномальных химических связей с другими молекулами. Повреждается генетический аппарат клеток. Возникают хромосомные аберрации, нарушаются процессы деления и воспроизведения. Разрушаются фосфолипиды липидного бислоя клеточных мембран. Это способствует нарушению структуры и функции мембран клеток и внутриклеточных структур (митохондрий, лизосом, ядер и др.), их вязкости, проницаемости, многих физико-химических характеристик. Нарушаются обменные процессы. Замедляется и прекращается рост тканей, в организме возникают новые химические соединения, несвойственные ему прежде. 9. Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении. ответ: При получении сигнала экстренного оповещения о радиационной опасности: Находясь на улице, немедленно защитите органы дыхания платком (шарфом) и поспешите вернуться домой. Оказавшись дома, снимите верхнюю одежду и обувь, поместите их в пластиковый пакет и примите душ. Закройте окна и двери. Включите телевизор и радиоприемник для получения дополнительной информации об аварии и указаний органов управления ГО и РСЧС. 10. Правила поведения и действия населения при авариях с выбросом ХОВ. ответ: При сигнале «Внимание всем!» включить радиоприёмник и телевизор для получения информации об аварии и рекомендуемых действиях.

		Закрыть окна, отключить электробытовые приборы и газ. Надеть резиновые сапоги, плащ, взять «тревожный рюкзак», оповестить соседей и быстро, но без паники выходить из зоны возможного заражения перпендикулярно направлению ветра, на расстояние не менее 1,5 км от предыдущего места пребывания. Для защиты органов дыхания использовать средства защиты органов дыхания. При невозможности покинуть зону заражения плотно закрыть двери, окна, вентиляционные отверстия и дымоходы. Имеющиеся в них щели заклеить бумагой или скотчем. Не укрываться на первых этажах зданий, в подвалах и полуподвалах. При движении по заражённой местности двигаться быстро, но не бежать и не поднимать пыль. Не прислоняться к зданиям и не касаться окружающих предметов. Не наступать на встречающиеся на пути капли жидкости или порошкообразные россыпи неизвестных веществ. Выйдя из зоны заражения, верхнюю одежду снять и оставить её на улице, принять душ с мылом, тщательно промыть глаза и прополоскать рот. При подозрении на поражение АХОВ исключить любые физические нагрузки, принять обильное тёплое питьё (чай, молоко) и обратиться к медицинскому работнику для определения степени поражения и проведения профилактических и лечебных мероприятий. Вход в здания разрешается только после контрольной проверки содержания в них АХОВ. Если вы попали под непосредственное воздействие АХОВ, при первой возможности принять душ. Зараженную одежду постирать, а при невозможности стирки — выбросить. Провести тщательную влажную уборку помещения. Воздержаться от употребления водопроводной (колодезной) воды, фруктов и овощей из огорода, мяса скота и птицы, забитых после аварии, до официального заключения об их безопасности. 11. Характеристика пожаров. Причины возникновения пожаров. ответ: Пожар — это процесс неконтролируемого горения сооружений, материалов, природных объектов, товарно-материальных ценностей, устройств и механизмов.

		Основными параметрами, характеризующими пожар, являются: площадь очага пожара, интенсивность горения, скорость распространения, продолжительность пожара. Основными составляющими пожара являются огонь (пламя), дым, пепел, сажа. Причины возникновения пожаров: • несоблюдение правил эксплуатации производственного оборудования и электрических устройств, либо по причине их неисправности; • использование самодельных электронагревательных приборов; • короткое замыкание; • неосторожное обращение с огнём и детская шалость; • курение в постели; • самовозгорание веществ и материалов, в том числе из-за нарушения условий их хранения; • грозовые разряды; • боевые действия; • нарушение техники безопасности при выполнении сварочных работ, либо неисправность сварочного оборудования; • нарушение техники безопасности при работе с газовой аппаратурой, либо неисправность газовой аппаратуры; • солнечный луч, действующий через различные оптические системы; • выделение водорода при зарядке некоторых типов аккумуляторов; • умышленный поджог. 12. Подручные средства пожаротушения. ответ: К первичным средствам пожаротушения относятся огнетушители, гидропомпы (небольшие поршневые насосы), ведра, бочки с водой, лопаты, ящики с песком, асбестовые полотна, войлочные маты, кошмы, ломы, пилы, топоры. На объектах народного хозяйства часто можно видеть пожарные посты (щиты), где имеется набор первичных средств пожаротушения: огнетушители, песок и вода в емкостях, кошма, приборы для вскрытия конструкций. 13. Огнетушители, их типы и предназначение. Правила пользования огнетушителем. ответ: Огнетушитель — это техническое устройство, предназначенное для тушения пожаров в начальной стадии их возникновения. Типы огнетушителей:

		По способу активации: автоматические (срабатывают при наличии задымления или критического повышения температуры), ручные (для активации нужно зажать и удерживать в рабочем состоянии рычаг запорно-пускового устройства), комбинированные (возможна и автоматическая, и ручная активация). По объёму и способу транспортировки: переносные (объём до 4 л) — используются для тушения мелких возгораний в жилых домах или в автотранспорте, передвижные (объём более 10 л) — предназначены для больших производственных объектов, промышленные (объём 4–10 л) — в небольших производственных цехах или офисных помещениях, стационарные — применяются на объектах, где люди практически не находятся. По типу огнетушащего вещества: пенные (образуемая при активации устройства пена способна тушить твёрдые материалы, горючие жидкости или газы), воздушно-эмульсионные (с их помощью можно тушить твёрдые материалы и жидкие горючие вещества), водные (используются только при горении твёрдых материалов), углекислотные (единственный из всех существующих огнетушитель, который может затушить оборудование под напряжением до 10 кВт), порошковые (активное вещество может побороть пожар любого типа, в том числе и горение электрооборудования с напряжением до 1 кВт). Предназначение огнетушителей: тушение огня с помощью подачи специального огнетушащего состава. Правила пользования огнетушителем: При тушении огня баллон держится ровно либо под небольшим углом. Распыление вещества производится от переднего края, постепенно смещаясь вглубь. Направлять струю следует так, чтобы она отрывала пламя от очага. Дистанция к не обесточенному объекту не менее 1 м. Не допускать одновременное использование порошка и воды. 14. Безопасность человека на улице. Правила поведения при ЧС в транспорте большого города. ответ: Некоторые правила безопасного поведения на улице: Перед выходом из дома осмотрите себя: одежда должна быть опрятна, обувь почищена.

		На улице уступайте дорогу пожилым людям, женщинам, детям. По возможности помогайте им перейти дорогу, обойти препятствие, поднять упавшую вещь. Соблюдайте правила дорожного движения: дорогу переходите только в установленных местах, на разрешающий сигнал светофора. Ходите по правой стороне тротуара. Если необходимо кого-либо обогнать, делайте это слева от него. Передвигайтесь по тротуарам. Если тротуара нет, то передвигайтесь по левой обочине дороги навстречу движущемуся транспорту. В холодное время года обращайтесь внимание на свисающие с крыш и карнизов сосульки, пласты снега, избегайте этих мест. Если оказались в центре или рядом с экстремальной ситуацией, постарайтесь найти безопасное место, например, кафе, ресторан, магазин. Правила поведения при ЧС в транспорте: При столкновении следует сгруппироваться, крепче взяться за поручни, чтобы не упасть. Если вы сидите, то используйте пол в качестве опоры для ног. Скрестите руки над головой и наклоните её к груди. Если в салоне задымление, постарайтесь немедленно покинуть транспортное средство. Покидайте транспорт, используя аварийные выходы (они указаны в салоне). При аварии, в случае повреждения токоведущего провода, самые безопасные места — сидячие. Ноги от пола лучше оторвать, а к стенам и поручням не прикасаться. Выходить из электротранспорта следует прыжком, одновременно двумя ногами вперёд, не касаясь корпуса. При возгорании отойдите на максимально безопасное расстояние и вызовите пожарную охрану по телефону 101. 15. Правила поведения и безопасность человека на водоеме в летний период. ответ: Правила безопасного поведения на воде • купаться только в специально оборудованных местах • не нырять в незнакомых местах • не заплывать за буйки • не выплывать на судовой ход и не приближаться к судам • не устраивать игр в воде, связанных с захватами

		• не плавать на надувных матрасах или камерах • не использовать неисправные плавательные средства • не купаться в нетрезвом виде 16. Оказание первой помощи при ожогах. ответ: Прекратить воздействие высокой температуры на пострадавшего, погасить пламя на его одежде, удалить пострадавшего из зоны поражения. 2. Уточнить характер ожога (ожог пламенем, горячей водой, химическими веществами и т.д.), а также площадь и глубину. Пострадавшего завернуть в чистую простыню и срочно доставить в медицинское учреждение. 3. Провести транспортную иммобилизацию, при которой обожженные участки тела должны быть в максимально растянutom положении. 4. При небольшом ожоге обожженный участок можно поместить под струю холодной воды из крана на 10-15 минут, при обширных ожогах этого делать нельзя. 5. Одежду в местах ожога лучше разрезать и наложить вокруг ожога асептическую повязку, вату при этом накладывать нельзя. 6. При транспортировке раненого в лечебное учреждение обеспечить ему покой. 17. Оказание первой помощи при переломах. ответ: 1)создание неподвижности костей в области перелома; 2)проведение мер, направленных на борьбу с шоком или на его предупреждение; 3)организация быстрой доставки пострадавшего в лечебное учреждение. 18. Оказание первой помощи при кровотечениях. ответ: Попросите пострадавшего прижать рану или прижмите сами; Вызовите скорую медицинскую помощь; Наложите на рану давящую повязку; Если кровотечение продолжается, наложите поверх первой повязки ещё одну. Как наложить давящую повязку: Наложите прямо на рану скатку чистой ткани; Обмотайте поверх вторым куском ткани или бинтом, чтобы сильно прижать область раны, и завяжите концы повязки; Если рана продолжает кровоточить, наложите поверх первой повязки вторую, не снимая предыдущую;

		Если конечность синее или не имеет, слегка ослабьте повязку, контролируя кровотечение. 19. Действия населения при оповещении об извержении вулкана. ответ: При получении предупреждения об извержении или возможных последующих осложнениях (наводнение, сход сели) закройте свое жилище, собирайте все самые необходимые вещи и ищите себе укрытие, желательно подальше от огнедышащих, пеплоизвергающих, лавосочащихся склонов до лучших времен, пока минует опасность извержения вулкана. Если извержение застало вас врасплох, обязательно защищайте свое тело и голову от пепла и камней. 20. Защитные сооружения гражданской обороны. Средства индивидуальной защиты. ответ: Защитные сооружения гражданской обороны — это сооружения, предназначенные для защиты населения от поражающих факторов современных средств поражения, а также от вторичных факторов, возникающих при разрушении (повреждении потенциально опасных объектов). В зависимости от защитных свойств подразделяются на убежища и противорадиационные укрытия, кроме того, могут применяться и укрытия простейшего типа. Средства индивидуальной защиты (СИЗ) — это средства, которыми должен уметь пользоваться каждый человек, так как они предназначены для оказания первой помощи в чрезвычайных ситуациях. В зависимости от предназначения СИЗ подразделяются на: - средства защиты органов дыхания (фильтрующие противогазы, респираторы, пневмошлемы, пневмомаски, изолирующие противогазы); - специальную одежду и обувь; - средства защиты рук, головы, лица, органов слуха, глаз и др.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма	Уровни оценивания	Критерии оценивания

оценивания		
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

СГЦ.04 Физическая культура

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы

специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань

2024

113

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствении с:

– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01, Физическая культура/ Педагог по физической культуре и спорту

код, наименование специальности/направления подготовки
утвержденный приказом Министерство просвещения РФ от 11 ноября 2022г. № 968 (зарегистрирован в Минюст России от 19 декабря 2022г. № 71643)

– учебным планом специальности/направления подготовки 49.02.01 Физическая культура, педагог по физической культуре и спорту

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС: Цухлов Никита Андреевич

III. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1 Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Физическая культура».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01, Физическая культура/ Педагог по физической культуре и спорту.

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в со ответствии с ФГОС профессии/специальности «49.02.01, Физическая культура/ Педагог по физической культуре и спорту и рабочей программой дисциплины «Физическая культура»:

В результате освоения учебной дисциплины Физическая культура обучающийся должен обладать следующими умениями, знаниями, а также использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

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

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемы е разделы	Код контролиру емой компетенци и	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.	ОК 8	Лекции	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
			не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ОК 8	Практическая	не аттестован низкий	4 и менее 5– 6

		работа	средний высокий	7 – 8 9 – 10
	ОК 8	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
МОДУЛЬ 3. СЕМЕСТР 3	ОК 8	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
МОДУЛЬ 4. СЕМЕСТР 4	ОК 8	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
МОДУЛЬ 5. СЕМЕСТР 5	ОК 8	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
МОДУЛЬ 6. СЕМЕСТР 6	ОК 8	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8	Зачет	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному				10

журналу:	
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:	50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной Аттестации (дифференцированный зачет)

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 8	тестирование	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

1 курс

Тестирование

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тест
ОК 8	Знает: - современное состояние, стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта; Умеет: - определять свои ресурсы и их предел (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы; - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и	Раздел: «Легкая атлетика». Вариант 1 1 Какой вид спорта называют «Королевой спорта»? А) Плавание Б) Лыжный спорт В) Легкая атлетика Г) Баскетбол 2. В каком виде спорта объединяются такие дисциплины, как: бег, метание, прыжки? А) В современном пятиборье Б) В единоборствах В) В ориентировании Г) В легкой атлетике 3. Какая дистанция в легкой атлетике считается короткой? А) От 30м до 100м Б) 60м, 100м, 200м В) от 30м до 400м включительно Г) 100м и 200м 4. Бег на короткую дистанцию выполняется с ... А) низкого старта Б) среднего старта В) высокого старта Г) с ходу 5. Какая дистанция в легкой атлетике считается средней, а какая длинной? А) От 400м до 800м; от 1500м до 5000м Б) От 800м до 1500м; от 3000 до 10000м В) Средняя дистанция 500м, длинная дистанция 1000м 6. Какие виды прыжков не относятся к легкой

	поведения в реальной и виртуальной среде;	атлетике? А) Прыжки в длину с разбега Б) Прыжки в высоту с разбега В) Тройной прыжок с разбега Г) Прыжки с трамплина 7. Какие виды метания не относятся к легкой атлетике? А) Метание бумеранга Б) Метание копья В) Метание молота Г) Толкание ядра 8. Марафон это... А) Бег на сверхдлинную дистанцию Б) Спортивная ходьба на 25 км и 50 км В) Кросс по пересеченной местности Г) Бег на 42км 195м 9. Основными частями прыжка в высоту с разбега являются... А) Разбег и приземление Б) Отталкивание и переход через планку В) Разбег, отталкивание, переход через планку и приземление Г) Прыжок вверх и приземление 10. Стипль-чез это... А) Марафонский бег Б) Бег по пересеченной местности В) Барьерный бег на 100м, 110м, 400м Г) Бег с преодолением препятствий 11. Какие действия применяют к бегуну допустившему фальстарт в беге на короткие дистанции? А) Снимают со старта Б) Делают предупреждение В) Переводят в последний забег Г) Начисляют штрафные секунды 12. Какого эстафетного бега не существуют? А) 4х400м Б) 4х100м В) Круговая эстафета Г) Эстафета «шведка» 13. Быстрота – это: А) способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени Б) способность человека быстро набирать скорость В) способность человека выполнять упражнения в беге с максимальной скоростью на короткие дистанции Вариант 2 1. Сколько игроков-баскетболистов одновременно находятся на баскетбольной

		площадке во время игры? А) 5 Б) 10 В) 12 2. В каком году баскетбол появился как игра? А) 1819 Б) 1915 В) 1891 3. Кто придумал баскетбол как игру? А) Х. Нильсон Б) Ф. Шиллер В) Д. Нейсмит 4. Разрешается ли игрокам играть в очках или линзах? А) разрешается Б) не разрешается В) разрешается под собственную ответственность 5. Запрашивать тайм-ауты и замены имеет право: А) только тренер Б) только главный тренер и капитан В) любой игрок, находящийся на площадке 6. Перед выполнением приемов баскетболист принимает стойку баскетболиста. Какое положение является ошибкой в данной стойке? А) одна нога выставлена вперед Б) ноги расставлены на ширине плеч В) ноги выпрямлены в коленях Г) масса тела равномерно распределена на обеих ногах 7. Выполняя ведение мяча, и сближаясь с соперником, игрок защищает мяч... А) отталкивая соперника рукой Б) поворачиваясь к сопернику спиной В) небольшим наклоном и поворотом туловища от соперника 8. При ведении мяча наиболее частой ошибкой является... А) «шлепание» по мячу расслабленной рукой Б) ведение мяча толчком руки В) мягкая встреча мяча с рукой 9. Остановку баскетболист применяет для внезапного прекращения движения. Какое из положений правильно при выполнении остановки? А) остановка выполнена на согнутые ноги Б) центр тяжести перенесен на выставленную вперед ногу В) остановка выполнена на прямые ноги Г) стопы поставлены на одну фронтальную

		линию 10. За грубое нарушение правил, за неспортивное поведение игрок получает фол. За какое количество фолов игрок выбывает из игры? А) три Б) пять В) семь 11. Не прием мяча часто приводит к повреждению пальцев. Каковы правильные действия травмированного игрока? А) продолжить тренировку до конца Б) согреть поврежденное место и наложить тугую повязку В) охладить поврежденное место и наложить тугую повязку 12. Играя в зоне нападения, нельзя выполнить передачу... А) в зону кольца соперника Б) в свою зону защиты В) игроку в зоне штрафного броска 13. При выходе к кольцу сбоку наиболее результативным оказывается бросок... А) с отскоком мяча от щита Б) «чистый» бросок в кольцо

2 курс

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ОК 08.	Знания: - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения. Умения: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной	1.) Провести комплекс физических упражнений на развития выносливости . Для наилучшего результата упражнения необходимо выполнять регулярно. Начинать упражнения с простого и в дальнейшем повышать уровень сложности тренировки. Начинать занятие необходимо с разминки, чтобы избежать получение травм. 2)Провести комплекс упражнений на развитие гибкости. Перед тем, как начать выполнять упражнения на гибкость, необходимо провести небольшую разминку для того, чтобы разогреть мышцы. Выполнять упражнения необходимо в неспешном виде, чтобы избежать повреждения связок. 3) Футбол. Необходимо установить конусы на расстояние 5-8 метров друг от друга. Для выполнения задания нужно вести мяч ногой вокруг конусов, не задевая их. Также перед выполнением этого задания требуется небольшая разминка и разогрев мышц, чтобы избежать получения травм. Если упражнение дается для ребенка легко, можно усложнить его (добавить ускорение, обводить конусы спиной, уменьшить расстояние между конусами, но увеличить их количество) 4) Футбол. Передача паса между собой. Команда делится по парам. Партнеры стоят на расстоянии 10-15 метров напротив друг друга. Нужно передавать мяч с использованием внутренней стороны стопы. Мяч они долго не задерживают у себя, а сразу передают своему оппоненту. Выполнять упражнения необходимо 5-8 минут. Перед началом также требуется разминка, во избежание повреждения суставов. 5) Футбол. Удары по воротам. Удары разделены на несколько уровней. 1- бить по воротам мячом находясь на расстоянии 5 метров от ворот; 2- бить по воротам на расстоянии 10 метров; 3- находясь на

	специальности. расстоянии 15 метра от ворот. Каждый член команды должен сделать по 10 бросков. Перед выполнением нужна разминка. 6) Баскетбол. Отбивать мяч об пол на протяжении 5 минут. Сначала правой рукой, затем левой рукой. После, отбивая мяч об пол, попеременно отбивать мяч то левой, то правой рукой. 7) Баскетбол. Удары по кольцу. Они также делятся на несколько уровней: 1-удары с близкого расстояния; 2- удары со средней дистанции; 3- удары с трехочковой линии. Каждый спортсмен должен сделать по 10 бросков со всех трех зон. 8) Баскетбол. Мини-игра 3 на 3 или 5 на 5 игроков на малом поле. Команда делится на определенное количество игроков и играют несколько игр для определения победителей. Игра по времени идет меньше обычной, команда сама выбирает оптимальное время для игры. Перед игрой нужна тщательная разминка для всех частей тела, чтобы избежать получения травм. 9) Комплекс упражнений для развития координации. Перед началом тренировки нужно провести предварительную оценку состояния опорно-двигательного аппарата. Давать упражнения ребенку в соответствии с его уровнем и возрастом. При выполнении упражнений на баланс необходимо обеспечить страховку и соблюдать правильную методику обучения. 10) Комплекс прикладных упражнений. К ним относятся ходьба, бег, прыжки, метание. Целью этих упражнений является улучшение естественных движений, повышение уровня физической подготовленности, улучшение функционального состояния всех систем организма. Правильный ответ: Комплекс упражнений составляется по следующему плану:

		№ п/п	План	Содержание
		1.	Тема	
		2.	Цель	
		3.	Задачи	
		4.	Водная часть	
		5.	Основная часть	
		6.	Заключительная	

Оценка сформированности компетенций на этапе тестирования

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
тестирование	Не аттестован (Не удовлетворительн о)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительн о)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Практические задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК 8	Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности	.Составить и провести комплекс ОРУ в зависимости от типа

	занимающихся с учетом специфики плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по плаванию; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях физической культуры с учетом материальнотехнических возможностей учебного заведения (организации) и возрастных особенностей занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники видов спорта; - использовать средства физического упражнения для формирования двигательных навыков и развития физических качеств; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике выполнения физической упражнения, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся; - регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в	телосложения; 2. Составить и провести комплекс упражнений для развития специальных физических качеств с учетом проф. деятельности с имеющимся инвентарем; 3. Методика обучения технике легкоатлетических упражнений (один вид на выбор). Составить и провести комплекс упражнений для формирования правильной осанки. 4. Настольный теннис. Набивание мяча (жонглирование) ракеткой стоя на месте 30 секунд. Настольный теннис. Набивание мяча (жонглирование) ракеткой в движении не менее 1 мин. 5. Бадминтон. Метание волана (м) Юноши Бадминтон. Метание волана (м) Девушки Бадминтон. Короткая подача из 10 подач 6. Баскетбол. Бросок мяча в движении после приёма - 5 попыток (кол-во) Юн. Баскетбол. Бросок мяча в движении после приёма 5 попыток (кол-во) Дев. 7. Мини-футбол. Выполнение «Змейки» и удара по воротам - движение с ведением мяча левой- правой ногой, по пути обегая фишки, расставленные на расстоянии 1 метр, количество фишек – 5, до отметки для нанесения удара и наносят удар по воротам. (Засчитываются только те мячи, которые влетают в ворота не касаясь поверхности футбольного

	зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока физической культуры; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов техники плавания; - анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия;	поля). Количество попыток – 5.

3 курс

1. Составление комплекса ежедневной утренней гимнастики.
2. Составление комплекса упражнений для формирования правильной осанки.
3. Составление комплекса упражнений дыхательной гимнастики.
4. Показать способы оказания первой медицинской помощи при травме ноги.
5. Профилактика заболеваний по средствам ФК.
6. Влияние ФК на организм человека
7. Профилактика проф. заболеваний
8. Основы здорового образа жизни.
9. Методика бега на средние дистанции.
10. Основные методы тренировки легкоатлетов.
11. Подвижные игры.
12. Баскетбол.
13. Виды физических нагрузок, и их интенсивность.
14. Легкая атлетика.
15. Восстановление работоспособности после тренировки.
16. Краткие сведения о правилах соревнований по спортивному ориентированию.
17. Специальная физическая подготовка и распределение средств в учебном процессе.

Ответ:

Реферат составляется по теме по следующему плану:

№ п/п	План	Содержание
1.	Определение	
2.	Цель	
3.	Задачи	
4.	Основные преимущества	
5.	Значение	
6.	Примечание	

Требования к оформлению рефератов и презентаций

Титульный лист:

- в верхней части листа указывается название учебного заведения и кафедра, где выполняется реферат;
- тема реферата (его название) располагается в средней части титульного листа по центру;
- в правом нижнем углу указывается фамилия, имя, курс, факультет, группа студента, выполняющего реферат;
- в нижней части титульного листа (по центру) указывается город и год выполнения работы.

План:

- материал, полученный в результате анализа и изучения литературных источников, излагается соответственно плану.

Текст реферата:

- реферат – краткое изложение определяемой темы, основанное на анализе различных литературных источников;
- текст реферата может быть написан от руки или отпечатан на машинке, или представлен в виде компьютерной распечатки;
- текст должен быть написан или напечатан на одной стороне листа бумаги формата А4;
- реферат может быть проиллюстрирован таблицами, рисунками, схемами и границами представленные как в тексте, так и в приложении, все иллюстрации выполняются на стандартных листах того же размера;
- в случае использования в реферате цитат, мысль других авторов, необходимо делать ссылки на первоисточники.

Список литературы.

Список используемой литературы составляется в алфавитном порядке авторов или названия произведений под общей их нумерацией в соответствии с требованиями ГОСТ.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 8	Знает: - историю развития и современное состояние спорта, место и значение в физической культуре, науке и образовании;	Выберете вариант ответа Задание 1. Выберите все верные варианты ответа. Вид спорта, известный как "Королева спорта": а) Легкая атлетика б) Стрельба из лука

- значение и виды физических упражнений; - принципы построения и функционирования образовательного процесса по физической культуре; - основы техники физических упражнений - терминологию и классификацию в физической культуре; - организацию и подготовку к уроку по физической культуре; - содержание и правила оформления конспекта учебного занятия с использованием физических упражнений; - правила и организацию школьных соревнований по различным видам спорта ; - причины травматизма и несчастных случаев, их предупреждение в процессе занятий физической культуре; - особенности занятий с обучающимися различных медицинских групп; Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом специфики физических упражнений; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по физической культуре; - применять методы	в) Художественная гимнастика г) Тяжелая атлетика Задание 2. Выберите все верные варианты ответа. Как называется вид спорта, сочетающий лыжные гонки со стрельбой: а) Армреслинг б) Биатлон в) Бобслей г) Лыжное двоеборье Задание 3. Выберите все верные варианты ответа Что означает слово "атлетика" в переводе с греческого: а) Борьба б) Бег в) Метание г) Прыжки Задание 4. Выберите все верные варианты ответа Первый советский чемпион мира по тяжелой атлетике: а) А. Писаренко б) Г. Новак в) А. Воронин г) В. Алексеев Задание 5. Выберите все верные варианты ответа Способ плавания: а) Бодибилдинг б) Гольф в) Баттерфляй г) Боулинг Задание 6. Выберите все верные варианты ответа Дата рождения волейбола: а) 1795 б) 1893 в) 1895 г) 1900 Задание 7. Выберите все верные варианты ответа Дата рождения баскетбола: а) 1781 б) 1892 в) 1895 г) 1900 Задание 8. Выберите все верные варианты ответа Первая достоверная запись об олимпийских играх древности: а) 328

	организации учебной деятельности на занятиях плавания с учетом материальнотехнических возможностей учебного заведения (организации) и возрастных особенностей занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники физических упражнений; - использовать средства плавания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике физических упражнений, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся; - регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в	б) 564 в) 776 г) 842 Задание 9. Выберите все верные варианты ответа. Какую награду получал победитель соревнований в Древней Греции: а) Золотая медаль б) Лавровый венок в) Кубок г) Знак почетного легионера Задание 10. Выберите все верные варианты ответа. Кто возродил Олимпийские игры современности: а) Жюль Рюмме б) Стэнли Роуз в) Пьет де Кубертен г) Жулио Авеланж Соотнесите правильные ответы Задание 11. Установите соответствия. Сопоставьте даты Олимпийских игр: <table><tr><td></td><td>Даты</td><td></td><td>Города проведения Олимпийских Игр</td></tr><tr><td>1</td><td>198</td><td>А</td><td>Сидней</td></tr><tr><td>2</td><td>1992</td><td>Б</td><td>Атланта</td></tr><tr><td>3</td><td>1996</td><td>В</td><td>Барселона</td></tr><tr><td>4</td><td>2000</td><td>Г</td><td>Сеул</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td>Г</td><td>В</td><td>Б</td><td>А</td></tr></table> Задание 12. Установите соответствия. Сопоставьте термины и вид спорта:		Даты		Города проведения Олимпийских Игр	1	198	А	Сидней	2	1992	Б	Атланта	3	1996	В	Барселона	4	2000	Г	Сеул	1	2	3	4					1	2	3	4	Г	В	Б	А
	Даты		Города проведения Олимпийских Игр																																			
1	198	А	Сидней																																			
2	1992	Б	Атланта																																			
3	1996	В	Барселона																																			
4	2000	Г	Сеул																																			
1	2	3	4																																			
1	2	3	4																																			
Г	В	Б	А																																			

целях безопасного проведения урока физической культуре; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов техники плавания; - анализа проведения занятия и фрагмента физкультурноспортивного мероприятия;		Термин		Вид спорта
	1	Данк	А	Баскетбол
	2	Проброс	Б	Футбол
	3	Угловой	В	Хоккей
	Запишите выбранные цифры под со- ответствующие буквы:			
	1	2	3	
	ответ:			
	1	2	3	
	А	В	Б	

Задание 13. Установите со-
ответствия. Сопоставьте виды спорта и спортсменов:

	Спортсмен		Вид спорта
1	Лионель Месси	А	биатлон
2	Майкал Джордан	Б	футбол
3	Бьернда ен	В	баскетбол

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующие буквы:

1	2	3	

ответ:

1	2	3	
Б	А	В	

ответ: а-2, б-3, в-1

Задание 14. Установите со-
ответствия. Соотнесите Летние и зимние виды спорта :

	Вид спорта		Сезон

1	флорбол	А	Летние виды
2	шахматы	Б	Зимние виды
3	волейбол		
4	настольный теннис		

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

а) Летние виды 1) флорбол
б) Зимние виды 2) шахматы
 3) волейбол
 4) настольный теннис

А	Б

ответ:

А	Б
1,2	3,4

Задание 15. Установите соответствие. Соотнесите Олимпийские и неолимпийские виды спорта:

	Вид спорта		Классификация
1	крикет	А	Олимпийский вид
2	баскетбол	Б	Неолимпийский вид
3	флорбол		
4	теннис		

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б

ответ:

А	Б

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующие буквы:

A	Б

Задание 15. Установите соответствия.
Соотнесите Олимпийские и неолимпийские виды спорта:

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующие буквы:

ОТВЕТ:

		2,4	1,3

Задание 16. Установите соответствия. Соотнесите вид спорта и размеры площадки

	Вид спорта		Размеры площадки
1	Футбол	А	90х45 м
2	Хоккей	Б	60х29 м
3	Влейбол	В	18х9 м

Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы:

1	2	3

ответ:

1	2	3
А	Б	В

Задание 17. Установите соответствия. Соотнесите размеры ворот и вид спорта

	Вид спорта		Размеры ворот
1	Футбол	А	1,22х1,83 м
2	Хоккей	Б	2,1х3,5 м
	Хоккей с мячом	В	2,44х7,32 м

Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы:

1	2	3

ответ:

1	2	3
Б	В	А

		Задание 18. Установите соответствия. Соотнесите дистанцию <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Название</th> <th></th> <th>Дистанция</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Марафон</td> <td>А</td> <td>42 195 метров</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Полумарафон</td> <td>Б</td> <td>21 097 метров</td> </tr> </tbody> </table> Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы: <table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> </tr> </table> Задание 19. Установите соответствия. Соотнесите вид спорта и необходимый инвентарь: <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Вид спорта</th> <th></th> <th>Необходимый инвентарь</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>теннис</td> <td>А</td> <td>ракетка</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>лакросс</td> <td>Б</td> <td>клюшк</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>флорбол</td> <td>В</td> <td>клюшка с сеткой</td> </tr> </tbody> </table> Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>А</td> <td>В</td> <td>Б</td> </tr> </table> Задание 20. Установите соответствия. Соотнесите вес игрового снаряда и вид спорта:			Название		Дистанция	1	Марафон	А	42 195 метров	2	Полумарафон	Б	21 097 метров	А	Б			А	Б	1	2		Вид спорта		Необходимый инвентарь	1	теннис	А	ракетка	2	лакросс	Б	клюшк	3	флорбол	В	клюшка с сеткой	1	2	3				1	2	3	А	В	Б
	Название		Дистанция																																																
1	Марафон	А	42 195 метров																																																
2	Полумарафон	Б	21 097 метров																																																
А	Б																																																		
А	Б																																																		
1	2																																																		
	Вид спорта		Необходимый инвентарь																																																
1	теннис	А	ракетка																																																
2	лакросс	Б	клюшк																																																
3	флорбол	В	клюшка с сеткой																																																
1	2	3																																																	
1	2	3																																																	
А	В	Б																																																	

	Вид спорта		Вес игрового снаряда
1	Флорбол	А	23 грамма
2	Б скетбол	Б	650 грамм
	Хоккей	В	170 грамм

Запишите выбранные цифры под со
ответствующие буквы:

1	2	3

ответ:

1	2	3
А	Б	В

Задание 21. Продолжите предложение.
Физическая культура представляет
собой _____

—

ответ: процесс совершенствования
возможностей человека

Задание 22. Продолжите предложение.
Физическая подготовленность, приобретаемая
в процессе физической подготовки к трудовой
или иной деятельности, характеризуется

—

ответ: высокой устойчивостью к стрессовым
ситуациям, воздействию неблагоприятных
условий внешней среды и различным
заболеваниям

Задание 23. Продолжите предложение.
Под физическим развитием понимается

—

ответ: процесс изменения
морфофункциональных свойств организма на
протяжении жизни

		Задание 24. Продолжите предложение. Физическая культура ориентирована на совершенствование _____ ответ: на физических и психических качеств людей Задание 25. Продолжите предложение. Отличительным признаком физической культуры является _____ ответ: воспитание физических качеств и обучение двигательным действиям Задание 26. Продолжите предложение. Нагрузка физических упражнений характеризуется _____ ответ: Подготовленностью занимающихся, их возрастом, состоянием здоровья, самочувствием во время занятий Задание 27. Продолжите предложение. Величина нагрузки физических упражнений обусловлена _____ ответ: сочетанием объёма и интенсивности двигательных действий. Задание 28. Продолжите предложение. Физическая _____ подготовленность характеризуется _____ ответ: уровнем развития физических качеств Задание 29. Продолжите предложение. Физическое упражнение – это _____ ответ: основное средство физической культуры, способствующее решению задач физического воспитания Задание 30. Продолжите предложение. Что понимается под закаливанием? _____

		ответ: приспособление организма к воздействиям внешней среды Задание 31. Определите последовательность занятия по физической культуры А – заключительная Б – основная В – вводная Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>В</td> <td>Б</td> <td>А</td> </tr> </table> Задание 32. Определите последовательность упражнений в вводной части А- упражнения на руки Б – упражнения на ноги В – упражнения на шею Г – наклоны Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>В</td> <td>А</td> <td>Г</td> <td>Б</td> </tr> </table> Задание 33. Определите последовательность упражнений в заключительной части: А – игры на внимание Б – растяжка В – дыхательные упражнения Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>Б</td> <td>В</td> <td>А</td> </tr> </table>				В	Б	А					В	А	Г	Б				Б	В	А
В	Б	А																				
В	А	Г	Б																			
Б	В	А																				

		Задание 34. Определите последовательность подготовки к занятию по физической культуре. А – определение целей и задач урока Б – определение средств физической культуры В- подбор упражнений Г – составление конспекта занятия Д – проведение урока Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 30px;">А</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">Б</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">В</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">Г</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">Д</td> </tr> </table> Задание 35. Определите последовательность Олимпийских игр А - Олимпийские игры в Сочи Б - Олимпийские игры в Сеуле В - Олимпийские игры в Париже Г - Олимпийские игры в Токио Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 30px;">В</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">Б</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">А</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">Г</td> </tr> </table> Задание 36. Определите последовательность появления видов спорта А – флорбол Б – легкая атлетика В – футбол Г- Боулинг Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 30px;">Б</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">В</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">Г</td> <td style="width: 25%; height: 30px;">А</td> </tr> </table> Задание 37. Определите последовательность					А	Б	В	Г	Д					В	Б	А	Г					Б	В	Г	А
А	Б	В	Г	Д																							
В	Б	А	Г																								
Б	В	Г	А																								

		двигательных действий при выполнения упражнения А- принятие и.п Б - удержание В – руки в стороны, вдох Г – и.п, выдох Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; height: 25px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; height: 25px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%;">А</td> <td style="width: 25%;">В</td> <td style="width: 25%;">Б</td> <td style="width: 25%;">Г</td> </tr> </table> Задание 38. Определите последовательность по популярности видов спорта в мире А – футбол Б – волейбол В - плавание Г – лыжные гонки Д – кёрлинг Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; height: 25px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; height: 25px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;">А</td> <td style="width: 20%;">В</td> <td style="width: 20%;">Б</td> <td style="width: 20%;">Г</td> <td style="width: 20%;">Д</td> </tr> </table> Задание 39. Определите последовательность по популярности видов спорта в России А – футбол Б – дартс В - плавание Г – лыжные гонки Д – хоккей Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; height: 25px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%;"></td> <td style="width: 20%;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; height: 25px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;">Д</td> <td style="width: 20%;">В</td> <td style="width: 20%;">А</td> <td style="width: 20%;">Г</td> <td style="width: 20%;">Б</td> </tr> </table> Задание 40. Определите последовательность упражнений при разминке					А	В	Б	Г						А	В	Б	Г	Д						Д	В	А	Г	Б
А	В	Б	Г																											
А	В	Б	Г	Д																										
Д	В	А	Г	Б																										

		А – наклоны вперед Б – повороты головой В – круговые движения руками Г – поднятие на носочки, руки вверх Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>Б</td> <td>В</td> <td>А</td> <td>Г</td> </tr> </table>					Б	В	А	Г
Б	В	А	Г							

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

СПЦ.05 Основы финансовой грамотности

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ № 968 от 11.11.2022 г.

- одобрен Педагогическим советом № 1 от 25.04.2024 г.

Разработчик ФОС: преподаватель Сатунина Г.Д

3 Паспорт комплекта фонда оценочных средств

3. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу курса «Основы финансовой грамотности».

ФОС включает контрольные материалы для проведения, текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Основы финансовой грамотности».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС специальности «Физическая культура» и рабочей программой профессионального курса «Основы финансовой грамотности»:

умения:

- определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности;
- применять современную научную профессиональную терминологию;
- определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования;
- выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи;
- презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности;
- оформлять бизнес-план;
- рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования;
- определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности;
- презентовать бизнес-идею;
- определять источники финансирования

знания:

- содержание актуальной нормативно-правовой документации;
- современная научная и профессиональная терминология;
- возможные траектории профессионального развития и самообразования;
- основы предпринимательской деятельности;
- основы финансовой грамотности;
- правила разработки бизнес-планов;
- порядок выстраивания презентации;
- кредитные банковские продукты

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**:

- ОК01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
- ОК02. 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 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
- ОК07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 07	Тестирование	не аттестован	0– 8
			низкий	9 – 12
			средний	13 – 16
			высокий	17-20
макс:				20
МОДУЛЬ 2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 07	Тестирование	не аттестован	0– 8
			низкий	9 – 12
			средний	13 – 16
			высокий	17-20
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по курсу «Основы финансовой грамотности» в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по курсу «Основы финансовой грамотности» оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 07	Тестирование	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Не зачтено	Не аттестован
51 – 65	зачтено	Низкий уровень
66 – 84	зачтено	Средний уровень
85 – 100	зачтено	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Тестирование

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 07	умения: - определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; - применять современную научную профессиональную терминологию; - определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; - выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; - презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; - оформлять бизнес-план; - рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; - определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; - презентовать бизнес-идею; - определять источники финансирования знания: - содержание актуальной	1. Что такое домашняя бухгалтерия? А) Система ведения записей о доходах и расходах семьи. Б) Программа для управления финансами компании. В) Сервис онлайн-банкинга. Г) Инструмент для анализа инвестиций. 2. Какие основные преимущества ведения домашней бухгалтерии? А) Улучшение финансовой дисциплины и контроля. Б) Повышение осведомленности о расходах. В) Планирование бюджета и достижение финансовых целей. Г) Все вышеперечисленное. 3. Какие методы ведения домашней бухгалтерии существуют? А) Ручной учет в тетради. Б) Использование таблиц в электронных таблицах. В) Применение специализированных программ и онлайн-сервисов. Г) Все вышеперечисленное. 4. Что такое бюджет? А) Сводный план доходов и расходов семьи. Б) Сумма денег, которую вы можете потратить в месяц. В) Сумма денег, которую вы зарабатываете в месяц. Г) Список всех ваших счетов. 5. Какие статьи дохода обычно включают в домашний бюджет? А) Заработная плата. Б) Дополнительные источники дохода (например, рента). В) Пособия. Г) Все вышеперечисленное. 6. Какие факторы необходимо учитывать при выборе продуктов и услуг банка? А) Стоимость услуг (комиссии, проценты). Б) Удобство использования (онлайн-банкинг, мобильные приложения, доступность отделений). В) Качество обслуживания клиентов (отзывчивость, оперативность, компетентность сотрудников). Г) Все вышеперечисленное.

	нормативно-правовой документации; - современная научная и профессиональная терминология; - возможные траектории профессионального развития и самообразования; - основы предпринимательской деятельности; - основы финансовой грамотности; - правила разработки бизнес-планов; - порядок выстраивания презентации; - кредитные банковские продукты	7. Что такое "репутация" банка? А)Отзывы клиентов и партнеров о качестве обслуживания. Б)Информация о участии банка в скандалах и нарушениях закона. В)Рейтинг банка по финансовым показателям. Г)Все вышеперечисленное. 8. Как можно оценить риски при заключении договорных отношений с банком? А)Изучить политику риск-менеджмента банка. Б)Проанализировать финансовую отчетность банка на предмет наличия рисков. В)Посмотреть отзывы клиентов о банке. Г)Все вышеперечисленное. 9. Что такое электронная торговля? А)Торговля с использованием интернета. Б)Торговля с использованием мобильных устройств. В)Торговля с использованием платежных карт. Г)Все вышеперечисленное. 10. Какие риски связаны с расчетно-кассовыми операциями? А) Риск кражи денежных средств. Б) Риск подделки документов. В) Риск ошибок при осуществлении расчетов. Г) Все вышеперечисленное. 11. Что такое инвестиции? А)Покупка акций и облигаций. Б)Вложение денежных средств с целью получения дохода или увеличения стоимости активов. В)Покупка недвижимости. Г)Открытие банковского вклада. 12. Какие основные виды инвестиций существуют? А)Финансовые инвестиции (акции, облигации, фонды). Б) Недвижимость. В) Предпринимательство. Г) Все вышеперечисленное. 13. Что такое диверсификация инвестиций? А)Размещение денежных средств в разные инвестиционные инструменты (акции, облигации, недвижимость). Б)Вложение денежных средств в один вид инвестиций. В)Вложение денежных средств в инвестиционные фонды. Г)Вложение денежных средств в предпринимательские проекты. 14. Что такое налоги? А)Обязательные платежи, взимаемые

		государством с физических и юридических лиц. Б) Добровольные пожертвования в бюджет государства. В) Сборы за оказание государственных услуг. Г) Штрафы за нарушение законодательства. 15. Каковы основные функции налогов? А) Финансирование государственных расходов. Б) Регулирование экономики. В) Перераспределение доходов. Г) Все вышеперечисленное. 16. Что такое страхование? ответ: Страхование — это механизм финансовой защиты, при котором человек или организация (страхователь) платит страховую премию страховой компании (страховщику) в обмен на гарантию компенсации возможных финансовых потерь, вызванных определенными рисками. 17. Какие основные виды страхования существуют? ответ: Существует множество видов страхования, но наиболее распространенными являются: Страхование жизни: предоставляет финансовую защиту семье страхователя в случае его смерти. Страхование имущества: защищает имущество от различных рисков, таких как пожар, кража, стихийные бедствия. Медицинское страхование: покрывает расходы на лечение, вызванное болезнью, травмой или несчастным случаем. Страхование от несчастных случаев: предоставляет компенсацию в случае травмы или смерти, вызванной несчастным случаем. Страхование автотранспорта: защищает автомобиль от различных рисков, таких как ДТП, угон, стихийные бедствия. 18. Что такое банковский депозит? ответ: Банковский депозит — это способ хранения денежных средств в банке с целью получения дохода в виде процентов. Вкладывая деньги на депозит, вы фактически предоставляете банку деньги в долг на определенный срок. За это банк платит вам проценты, ставка которых зависит от вида депозита, срока, валюты и других условий. 19. Какие основные виды депозитов существуют? ответ: Существуют различные виды депозитов, каждый из которых имеет свои особенности: Вклад до востребования: деньги можно снять в любое время без потери процентов.

		Срочный вклад: деньги блокируются на определенный срок (от нескольких месяцев до нескольких лет), взамен обеспечивается более высокая процентная ставка. Капитализируемый вклад: проценты, начисленные за период, добавляются к сумме вклада и в дальнейшем также приносят проценты (проценты на проценты). Вклад с возможностью пополнения: позволяет внести дополнительные средства на счет в течение срока вклада. Вклад с возможностью частичного снятия: позволяет снять часть денежных средств с вклада без потери процентов по оставшейся сумме. 20. Какие преимущества и недостатки имеет страхование? ответ: Преимущества: Финансовая защита от непредсказуемых рисков. Снижение финансового бремени в случае неприятных событий. Покой и уверенность в будущем. Недостатки: Необходимость платить страховые премии. Возможные ограничения по условиям страхования. Сложности с получением страховой выплаты в некоторых случаях. 2 МОДУЛЬ 1. Что такое расчетно-кассовые операции? А)Операции, связанные с приемом, хранением и выдачей наличных денежных средств. Б)Операции, связанные с ведением бухгалтерского учета. В)Операции, связанные с инвестированием денежных средств. Г) Операции, связанные с кредитованием. 2. Какие документы используются при осуществлении расчетно-кассовых операций? А) Кассовая книга. Б) Приходный кассовый ордер. В) Расходный кассовый ордер. Г) Все вышеперечисленное. 3. Что такое кассовый аппарат? А)Устройство для хранения наличных денежных средств. Б)Устройство для печати кассовых чеков. В)Устройство для подсчета денежных средств. Г)Устройство для осуществления расчетно-кассовых операций. 4. Что такое пенсия?

		А) Ежемесячные выплаты, назначаемые государством гражданам, достигшим пенсионного возраста. Б) Ежемесячные выплаты, назначаемые работодателем сотрудникам, достигшим пенсионного возраста. В) Единовременные выплаты, назначаемые государством гражданам, достигшим пенсионного возраста. Г) Единовременные выплаты, назначаемые работодателем сотрудникам, достигшим пенсионного возраста. 5. Как формируется пенсия? А) Из пенсионных отчислений, которые платят работодатели и сотрудники. Б) Из государственного бюджета. В) Из добровольных взносов граждан. Г) Все вышеперечисленное. 6. Какие виды пенсий существуют? А) По возрасту. Б) По инвалидности. В) По потере кормильца. Г) Все вышеперечисленное. 7. Какой пенсионный возраст в России? А) 60 лет для мужчин, 55 лет для женщин. Б) 65 лет для мужчин, 60 лет для женщин. В) 60 лет для мужчин и женщин. Г) 65 лет для мужчин и женщин. 8. Как можно увеличить свою пенсию? А) Увеличить свою зарплату и работать дольше. Б) Сделать добровольные взносы в пенсионный фонд. В) Использовать накопительную часть пенсии. Г) Все вышеперечисленное. 9. Что такое денежный рынок? А) Рынок, где торгуются долгосрочные ценные бумаги. Б) Рынок, где торгуются краткосрочные финансовые инструменты. В) Рынок, где торгуются товары и услуги. Г) Рынок, где торгуются недвижимость. 10. Какие инструменты используются на денежном рынке? А) Депозиты. Б) Кредиты. В) Ценные бумаги с сроком обращения менее года. Г) Все вышеперечисленное. 11. Что такое депозит? А) Вложение денежных средств в банк на определенный срок под проценты. Б) Краткосрочный кредит, выдаваемый банком

		компаниям. В)Ценная бумага, выпущенная правительством. Г)Долгосрочный кредит, выдаваемый банком физическим лицам. 12. Что такое кредит? А)Вложение денежных средств в банк на определенный срок под проценты. Б)Краткосрочный заем, выдаваемый банком компаниям или физическим лицам. В)Ценная бумага, выпущенная компаниями. Г)Долгосрочный заем, выдаваемый банком физическим лицам. 13. Какие виды ценных бумаг с сроком обращения менее года используются на денежном рынке? А) Казначейские векселя. Б) Коммерческие векселя. В) Депозитные сертификаты. Г) Все вышеперечисленное. 14. Что такое предпринимательство? А) Работа по найму в компании. Б) Создание и развитие собственного бизнеса. В) Инвестирование в ценные бумаги. Г) Получение образования в университете. 15. Какие характеристики отличают предпринимателя? А)Креативность, инициативность, риск, ответственность. Б)Скромность, дисциплина, усердие, послушание. В)Пассивность, консерватизм, безопасность, стабильность. Г)Независимость, безвольность, неуверенность, беспокойство. 16. Что такое финансовая безопасность и как ее обеспечить? ответ: Финансовая безопасность — это состояние финансового благополучия, которое позволяет уверенно чувствовать себя в непредсказуемых ситуациях. Для обеспечения финансовой безопасности необходимо: Создать финансовую подушку: иметь сбережения, которые позволяют покрыть расходы на несколько месяцев в случае потери работы или других непредвиденных событий. Страховать свою жизнь и имущество: защищать себя от рисков, связанных с непредвиденными событиями. Диверсифицировать свои инвестиции: не вкладывать все деньги в один актив, чтобы снизить риски потери капитала. Планировать свой бюджет: отслеживать доходы

		и расходы, чтобы контролировать свои финансы. 17. Что такое пенсионное обеспечение и как за ним следить? ответ: Пенсионное обеспечение — это система платежей государства или частных пенсионных фондов лицам, вышедшим на пенсию. Для обеспечения себе комфортной пенсии необходимо: Следить за своими пенсионными накоплениями: проверять свой личный кабинет на сайте ПФР или в частном пенсионном фонде. Оформлять пенсионные накопления: рассматривать возможность оформить дополнительную пенсию в частном пенсионном фонде. Планировать свой пенсионный период: подумать о том, какого уровня дохода вы хотите достичь на пенсии и составить план по накоплению необходимых средств. 18. Как определить перспективную предпринимательскую идею? ответ: Определение перспективной идеи – это основа успешного бизнеса. Необходимо провести комплексный анализ, учитывая: Потребности рынка Конкурентная среда Личные навыки и интересы Реалистичность 19. Как создать эффективную команду для бизнеса? ответ: Построить успешный бизнес без сильной команды практически невозможно. Следуйте этим шагам: Определите ключевые роли: Подумайте, какие специалисты вам необходимы (маркетолог, продавец, финансист, программист, дизайнер) Ищите людей с опытом и энтузиазмом: не бойтесь вкладывать средства в обучение и развитие персонала. Учитывайте личностные качества: важно, чтобы члены команды были отзывчивыми, коммуникабельными, готовыми к командной работе. Создавайте атмосферу доверия и взаимопонимания: Поощряйте обмен мнениями, инициативу и творческий подход. Проводите регулярные встречи и обсуждения: Обсуждайте достижения, проблемы и планы на будущее. Делегируйте ответственность: Доверяйте своим сотрудникам выполнять задачи и не бойтесь

		делегируют полномочия. 20. Какие ошибки часто допускают новички в предпринимательстве? ответ: Среди самых распространенных: Недостаточное планирование: Отсутствие четкого бизнес-плана, неправильная оценка рынка и конкурентов. Не выбор ниши: недостаточно продуманное выбор продукта/услуги, отсутствие УТП. Отсутствие маркетинговой стратегии: Неумение продвигать свой бизнес, неэффективное расходование рекламного бюджета. Плохое управление финансами: не хватает денег, неправильное распределение финансовых ресурсов, плохое управление кредитами. Недостаток партнерских отношений: Отсутствие сети контактов, неумение строить долгосрочные отношения с поставщиками, клиентами и инвесторами. Боязнь риска: слишком осторожный подход к принятию решений, нерешительность в продвижении бизнеса.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тесты для промежуточной аттестации
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 07	умения: - определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; - применять современную научную профессиональную терминологию; - определять и выстраивать траектории	1. Что такое бюджет? А) Документ, описывающий личную биографию. Б) План поступления и расходования денежных средств. В) Документ, описывающий стратегию развития бизнеса. Г) Список товаров и услуг, которые нужно купить. 2. Какие из следующих действий не являются инвестированием? А) Покупка акций компании. Б) Вложение денег в недвижимость. В) Покупка товаров в магазине. Г) Покупка облигаций государства.

	профессионального развития и самообразования; - выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; - презентовать идеи открытия собственного дела в профессиональной деятельности; - оформлять бизнес-план; - рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования; - определять инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности; - презентовать бизнес-идею; определять источники финансирования знания: - содержание актуальной нормативно-правовой документации; - современная научная и профессиональная терминология; - возможные траектории профессионального развития и самообразования; - основы предпринимательской деятельности; - основы финансовой грамотности; - правила разработки бизнес-планов;	3. Какой из следующих способов не является источником финансирования бизнеса? А) Вложения собственных средств. Б) Банковские кредиты. В) Инвестиции от ангельских инвесторов. Г) Покупка акций конкурента. 4. Что такое инфляция? А)Повышение цен на нефть и газ. Б)Снижение цен на товары и услуги. В)Повышение общего уровня цен на товары и услуги. Г)Снижение курса валюты. 5. Как правильно брать кредит? А)Взять максимальную сумму, которую может дать банк. Б)Взять кредит на товар, который не нужен, но очень хочется. В)Взять кредит только в том случае, если есть уверенность в своей платежеспособности. Г) Взять кредит и не возвращать его, так как это никому не принесет вреда. 6. Что такое страхование? А)Процесс покупки товаров и услуг в кредит. Б)Финансовая защита от рисков, связанных с непредвиденными событиями. В)Процесс заключения договора о купле-продаже. Г)Процесс вложения денег в акции и облигации. 7. Какой вид страхования защищает от ущерба, нанесенного автомобилю в результате ДТП? А)Страхование жизни. Б)Страхование здоровья. В)Страхование имущества. Г)Страхование автотранспорта. 8. Что такое налогообложение? А)Процесс оплаты товаров и услуг. Б)Процесс получения кредита в банке. В)Система обязательных платежей в бюджет государства. Г)Процесс заключения договора о страховании. 9. Какой из следующих налогов платят физические лица? А)Налог на прибыль. Б)Налог на доходы физических лиц (НДФЛ). В)Налог на добавочную стоимость (НДС).

	- порядок выстраивания презентации; - кредитные банковские продукты	Г)Акцизный налог. 10. Что такое финансовая безопасность? А)Наличие большого количества денег. Б)Состояние финансового благополучия, которое позволяет уверенно чувствовать себя в непредсказуемых ситуациях. В)Наличие кредитов в банке. Г)Наличие страховых полисов. 11. Как правильно экономить деньги? А) Отказаться от всех радостей жизни. Б) Взять кредит и не возвращать его. В) Вести бюджет, планировать покупки и искать выгодные предложения. Г) Попросить у друзей в долг. 12. Что такое пенсионное обеспечение? А)Система платежей государства или частных пенсионных фондов лицам, вышедшим на пенсию. Б)Система налогообложения пенсионеров. В)Процесс оформления кредита на пенсию. Г)Процесс получения страхового полиса. 13. Какие из следующих действий способствуют финансовой безопасности? А)Взять максимальную сумму кредита в банке. Б)Не вести бюджет и не планировать расходы. В)Создать финансовую подушку и страховать свою жизнь и имущество. Г)Вложить все свои деньги в один актив. 14. Что такое инвестиционные фонды? А)Группы людей, которые вкладывают деньги в акции и облигации. Б)Финансовые организации, которые управляют диверсифицированным портфелем ценных бумаг. В)Группы людей, которые вкладывают деньги в недвижимость. Г) Финансовые организации, которые выдают кредиты. 15. Какой из следующих способов не является инвестиционным? А) Покупка акций компании. Б) Вложение денег в недвижимость. В) Покупка товаров в магазине. Г) Покупка облигаций государства. 16. Что такое акция? А)Доля в компании с правом голоса и получения дивидендов. Б)Займ компании или государству с фиксированным процентом. В)Финансовый инструмент, который

		позволяет управлять рисками. Г)Страховой полис. 17. Что такое облигация? А)Доля в компании с правом голоса и получения дивидендов. Б)Займ компании или государству с фиксированным процентом. В)Финансовый инструмент, который позволяет управлять рисками. Г)Страховой полис. 18. Какой из следующих видов инвестирования является наиболее рискованным? А)Недвижимость. Б)Золото. В)Акции. Г)Криптовалюты. 19. Что такое диверсификация инвестиций? А)Вложение всех денег в один актив. Б)Вложение денег в разные активы, чтобы снизить риски. В)Вложение денег в акции только одной компании. Г)Вложение денег в облигации только одного государства. 20. Какой из следующих способов не является эффективным методом экономии денег? А)Вести бюджет и планировать покупки. Б)Сравнивать цены в разных магазинах. В)Покупать товары в кредит. Г)Использовать скидки и акции. 21. Какой вид налога платят владельцы квартир, домов, земельных участков? А)Налог на доходы физических лиц (НДФЛ). Б)Налог на имущество. В)Транспортный налог. Г)Налог на доходы от продажи имущества. 22. Что такое финансовая подушка? А)Сбережения, которые позволяют покрыть расходы на несколько месяцев в случае потери работы или других непредвиденных событий. Б)Кредит, который можно взять в банке. В)Страховой полис. Г)Инвестиционный фонд. 23. Что такое риск-профиль? А)Степень готовности к потере денег. Б)Степень готовности к инвестированию в рискованные активы. В)Степень готовности к принятию кредитов. Г)Все вышеперечисленное.

		24. Какой из следующих факторов не влияет на уровень финансовой грамотности? А)Образование. Б)Опыт работы в финансовой сфере. В)Желание узнавать новое. Г)Возраст. 25. Как можно увеличить свои доходы? А)Взять кредит в банке. Б)Повысить квалификацию и сменить работу. В)Не платить налоги. Г)Не экономить деньги. 26. Что такое личный финансовый план? А)Документ, описывающий финансовые цели и стратегии их достижения. Б)Документ, описывающий личную биографию. В)Документ, описывающий стратегию развития бизнеса. Г)Список товаров и услуг, которые нужно купить. 27. Как можно снизить свои расходы? А)Взять кредит в банке. Б)Повысить квалификацию и сменить работу. В)Анализировать свои расходы и искать возможности их сокращения. Г)Не экономить деньги. 28. Какой вид страхования защищает от ущерба в результате пожара, кражи, стихийных бедствий? А)Страхование жизни. Б)Страхование здоровья. В)Страхование имущества. Г)Страхование автотранспорта. 29. Какой из следующих способов не является эффективным методом управления денежными средствами? А)Вести бюджет. Б)Планировать покупки. В)Использовать скидки и акции. Г) Брать кредиты на все, что хочется. 30. Какой из следующих факторов не влияет на уровень финансовой безопасности? А)Наличие финансовой подушки. Б)Страхование жизни и имущества. В)Диверсификация инвестиций. Г)Возраст. 31. Что такое депозит? ответ: Передача денег или других ценностей на хранение в финансовые учреждения на оговоренных условиях. 32. Что такое банковская карта?

		ответ: Платежный инструмент, позволяющий оплачивать покупки в онлайн и офлайн магазинах, снимать наличные, пополнять свой счет в банке, переводить деньги друзьям и совершать другие виды операций с деньгами. 33. Что такое договор страхования? ответ: Соглашение между страхователем и страховщиком, в со ответствении с условиями которого страховщик обязуется компенсировать ущерб. в той или иной форме либо выплатить страхователю или выгодоприобретателю. 34. Что такое инвестиционный портфель? ответ: Совокупность инструментов, приносящих доход 35. Что такое инвестиции? ответ: Размещение капитала с целью получения прибыли.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

ОЦ.01 Основы педагогики

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы

по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань 2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 г № 968.

- учебным планом специальности подготовки 49.02.01 Физическая культура от 22.02.2023 г и одобрен Ученым советом вуза протокол № 6 от 16. 02.2023 г

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС учитель высшей кв. категории А. Р. Желтякова
степень, звание, фамилия, имя, отчество

Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1 Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Основы педагогики».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Основы педагогики».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в со ответствии с ФГОС специальности 49.02.01 «Физическая культура» и рабочей программой дисциплины «Основы педагогики»:

знания:

- взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции из развития;
- значение и логика целеполагания в обучении и педагогической деятельности;
- принципы обучения и воспитания;
- формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения;
- психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания;
- приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения;
- средства контроля и оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога.

умения:

- оценивать постановку цели и задач уроков, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания;
- анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления;
- находить и анализировать информацию, необходимую для решения педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;
- ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**: ОК1, ОК 2, ОК 9

ОК 1 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 2 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 9 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
«Общие основы педагогики»	ОК 1, 2, 9	Контрольная работа № 1	не аттестован низкий средний высокий	9 и менее 10 – 12 13 – 17 18 – 20
«Теория обучения»	ОК 1, 2, 9	Контрольная работа № 2	не аттестован низкий средний высокий	9 и менее 10 – 12 13 – 17 18 – 20
макс:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА К/Р:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 1, 2, 9	экзамен	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85– 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Контрольная работа № 1 по разделу “Общие основы педагогики”

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Текст контрольной работы

ОК 1, 2, 9	знает: - взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции из развития; - значение и логика целеполагания в обучении и педагогической деятельности; – принципы обучения и воспитания; умеет: – оценивать постановку цели и задач уроков, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания; – анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления.	Кто из античных деятелей ввел возрастную периодизацию; считал, что школы должны быть государственными; говорил о необходимости нравственного воспитания? (1 балл) ответ: Аристотель. Перечислите основные идеи педагогов – гуманистов (по 0,5 баллов за каждую идею, min – 1 идея, max – 3 идеи. MAX – 1,5 балла) ответ: – гуманное отношение к детям - возрождение идеи гармоничного развития - необходимость морального поощрения, похвалы учеников Кто из русских педагогов выдвинул идею народности в воспитании, боролся за осуществление воспитания и обучения детей на родном языке. (1 балл) ответ: Константин Дмитриевич Ушинский (1823 – 1870) Что изучает педагогика? (1 балл) ответ: Педагогика – наука о воспитании. Что является объектом исследования педагогики? (1 балл) ответ: Объект исследования педагогики - образование и воспитание растущего, развивающегося человека. Что является предметом исследования педагогики? (1 балл) ответ: Предметом исследования педагогики является целостная система воспитания, образования, обучения, социализации и творческого саморазвития человека. Назовите основные педагогические категории (0,5 балла за каждую категорию. min – 1 категория, max – 3 категории. MAX – 1,5 балла) ответ: образование; воспитание; обучение С какими науками тесно связана педагогика? (3 науки – 1 балл) ответ: философией; психологией; школьной гигиеной; социологией; фольклористикой и этнографией Дайте определение термину «научно-педагогическое исследование». (1 балл) ответ: Научное педагогическое исследование – процесс формирования новых педагогических знаний; вид познавательной деятельности,

		направленный на открытие объективных закономерностей обучения, воспитания и развития. Назовите 3 уровня педагогических исследований (1 балл) ответ: Эмпирический (практический); Теоретический; Методологический По каким 3 направленностям подразделяются научно-педагогические исследования? (1 балл) ответ: фундаментальные исследования, прикладные исследования, разработки Назовите 4 уровня методологии (1 балл) ответ: Философский, Общенаучный, Конкретно-научный, Технологический Назовите основные компоненты научного исследования. (0,5 балла за каждый компонент. min – 1 компонент, max – 4 компонента. МАХ – 2 балла) ответ: 1) Тема исследования 2) Объект исследования 3) Предмет исследования 4) Проблема исследования 5) Цель исследования 6) Задачи исследования 7) Гипотеза исследования Дайте определение процессу социализации. (1 балл) ответ: Процесс социализации – приобщение человека к нормам и ценностям общества. Назовите 3 известных психологов, которые внесли вклад в педагогику. (1 балл) ответ: А. Адлер, З. Фрейд, Карл Юнг, Я. А. Коменский, С. Л. Рубинштейн Назовите уровни педагогического мастерства. (1 балл) ответ: репродуктивный (минимальный); адаптивный (низкий); локально-моделирующий (средний); системно-моделирующий знания (высокий); системно-моделирующий деятельность и поведение (высший). Индивидуальные стили деятельности тренеров по З. Н. Вяткиной. (1 балл) ответ: организаторско-коммуникативный;

		конструктивно-организаторский; конструктивно-коммуникативный Назовите основные стили общения и стили руководства тренеров. (1 балл) ответ: авторитарный, демократический, либеральный. Итого: 20 баллов.

Контрольная работа № 2 по разделу «Педагогика физической культуры и спорта».

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Текст контрольной работы
ОК 1, 2, 9	знает: - взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции из развития; - значение и логика целеполагания в обучении и педагогической деятельности; – принципы обучения и воспитания; умеет: – оценивать постановку цели и задач уроков, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания; – анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления;	1) Назовите основные периоды возрастного развития детей. (2.5 балла). ответ: Возрастные периоды детства: - младенчество (до 1 года); - раннее детство (от 1 года до 3 лет); - дошкольное детство (от 3 до 6-7 лет); - младший школьный (от 6-7 лет до 10-11 лет); - подростковый (от 10-11 до 14-15 лет); - юношеский (от 14-15 до 17-18 лет). 2) Назовите основные доминанты развития в дошкольном, младшем школьном и подростковом возрасте. (2.5 балла) ответ: Доминанты развития в <i>дошкольном возрасте</i>: развитие речи и мышления; формирование воли; формирование эмоционально-волевой сферы. Доминанты развития в <i>младшем школьном возрасте</i>: изменение социального статуса; перестройка ведущей деятельности (с игровой на учебную). Доминанты <i>подросткового возраста</i>: доминанта романтики; эгоцентрическая доминанта; ведущей деятельностью становится интимно-личностное общение. 3) Назовите основные кризисные периоды в возрастном развитии детей. (2.5 балла) ответ: период новорожденности 3-летний возраст 7-летний возраст переходный возраст 4) Охарактеризуйте основные виды деятельности, которые характерны в различные

		возрастные периоды. (2.5 балла) ответ: Младенчество (0–1): эмоциональное общение со взрослым. Раннее детство (1–3): предметно-манипулятивная деятельность. Дошкольник (3–6/7): игра. Младший школьный возраст (6/7 - 12/14): учебная деятельность. Подросток (12/14–18): интимно-личностное общение. 5) Воспитание и самовоспитание. (2.5 балла) ответ: Воспитание — это целенаправленное создание условий для развития личности и её со ответственности ценностям и интересам общества. Воспитание направлено на формирование как поведения (например, на овладение своими эмоциями), так и мотивационно-смысловых компонентов психики. Самовоспитание – сознательная деятельность, направленная на возможно более полную реализацию человеком себя как личности. 6) Особенности воспитания в процессе учебно-тренировочных занятий. (2.5 балла) ответ: Нравственное воспитание (нравственное просвещение, формирование нравственного опыта); воспитание волевых качеств; воспитание личности в период соревнований. 7) Основы методики воспитательной работы, основные принципы, подходы, методы, средства и формы воспитания занимающихся. (2.5 балла) ответ: В основе методики воспитательной работы лежат следующие методы: Убеждение. Ориентировано на сознание личности. Реализуется через беседу, рассказ, обоснование, внушение. Организация работы. Включает в себя приучение, педагогические требования, общественное мнение, воспитывающие ситуации. Стимулирование поведения и деятельности. Даёт толчок к социально одобряемому поведению.

		Мотиватором выступает одобрение или осуждение поступка. Выбор методов зависит от педагогического опыта, стиля профессиональной работы и сложившейся ситуации. 8) Виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте. (2.5 балла) ответ: Девиантное поведение может формироваться под действием следующих факторов: - алкогольная или наркотическая зависимость у близких родственников; - сложности в семейном окружении; - психическая нестабильность; - высокий уровень агрессивности; - педагогическая запущенность; - постоянный психический дискомфорт. Для коррекции девиантного поведения используются психотерапевтические методики, групповые терапевтические сессии и медикаментозные препараты по назначению специалиста. Главное и основное профилактическое средство — ранняя диагностика обстоятельств и причин, определяющих девиантные поступки. Итого: 20 баллов.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Контрольная работа	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Тестирование

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестирование
ОК 1, 2, 9	знает: -актуальный профессиональны	1. Выберите ответ: Функции педагогической науки: 1. Теоретическая, технологическая

	й и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; -основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессионально м и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессионально й и смежных областях; - методы работы в профессионально й и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессионально й деятельности - психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; - основы проектной деятельности; - взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции из развития; -значение и логика	2. Контрольная, оценочная 3. Практическая, нормативная 4. Дидактическая; воспитательная 5. Развивающая, социализирующая 2. Выберите ответ: Предмет педагогики: 1. Образование как реальный педагогический процесс 2. Воспитание и образование личности, рассматриваемые как социальное явление, педагогическая система, процесс, деятельность 3. Педагогическая деятельность, направленная на передачу культуры и опыта 4. Реальная общественная воспитательная практика формирования подрастающих поколений 5. Сущность детской личности, её формирование 3. Выберите ответ: Первые педагогические мысли встречаются в трудах: 1. Коперник, Ньютон 2. Галилей, Дж. Бруно 3. Сократ, Платон, Аристотель 4. Леонардо да Винчи 5. Ф. Бекон 4. Выберите ответ: Воспитание - это 1. Процесс целенаправленного воздействия воспитателя на сознание и поведение воспитанника 2. Управление процессом развития и социализации личности Процесс влияния на подрастающее поколение с целью передачи им культуры и опыта 3. Деятельность человека, направленная на саморазвитие 4. Совокупность взглядов и убеждений, уровень практической подготовки к жизни и труду 5. Выберите ответ: Понятие "Педагогика" означает: 1. Учение об искусстве воспитания человека 2. Научная отрасль, изучающая формирование и развитие человеческой личности 3. Наука о воспитании и образовании личности 4. Наука об обучении человека 5. Наука о личности 6. Выберите ответ: Развитие педагогики как науки определило: 1. Прогресс науки и техники 2. Забота родителей о счастье детей 3. Биологический закон сохранения рода 4. Объективная потребность в подготовке человека к жизни и труду 5. Повышение роли воспитания в общественной жизни 7. Выберите ответ:

целеполагания в обучении и педагогической деятельности; – принципы обучения и воспитания. умеет: - распознавать задачу и/или проблему в профессионально м и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессионально й и смежных сферах; - реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью	Науки, входящие в систему педагогических: 1. Дидактика, психология, история, философия, школоведение 2. Общая педагогика, возрастная педагогика, социальная педагогика, методики изучения отдельных предметов 3. Педагогика дошкольных учреждений, педагогика школы, социология, культурология 4. Общая педагогика, этика, эстетика, возрастная физиология 5. История педагогики, педагогика высшей школы, теория воспитания, школьная гигиена 8. Выберите ответ: Движущие силы развития личности - это: 1. Деятельность (активная) 2. Противоречия (внешние и внутренние) 3. Самосознание, саморазвитие 4. Учение, труд, общение 5. Потребности, склонности, интересы 9. Выберите ответ: Впереди развития (по Выготскому Л.С.) идут процессы: 1. Воспитание и игра 2. Обучение и самообразование 3. Воспитание и обучение 4. Деятельность и общение 5. Активность и сознательность 10. Выберите ответ: Стадии социализации: 1. Начальная, основная, завершающая 2. Детство, отрочество, юность 3. Дотрудовая, трудовая, послетрудовая 4. Дошкольная, школьная, юношеская 5. Молодость, зрелость, старость 11. Установите соответствие понятий и их определений.						
	<table><tr><td>1. Педагогический процесс</td><td>А. Оценка уровня знаний и состояния учащихся.</td></tr><tr><td>2. Методы обучения</td><td>В. Обучение, воспитание и развитие учащихся.</td></tr><tr><td>3. Педагогическая диагностика</td><td>С. Способы, которыми преподаватель передает знания и навыки.</td></tr></table>	1. Педагогический процесс	А. Оценка уровня знаний и состояния учащихся.	2. Методы обучения	В. Обучение, воспитание и развитие учащихся.	3. Педагогическая диагностика	С. Способы, которыми преподаватель передает знания и навыки.
1. Педагогический процесс	А. Оценка уровня знаний и состояния учащихся.						
2. Методы обучения	В. Обучение, воспитание и развитие учащихся.						
3. Педагогическая диагностика	С. Способы, которыми преподаватель передает знания и навыки.						

наставника) - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности. – оценивать постановку цели и задач уроков, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания; – анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления.	4. Адаптивное обучение	Д. Подход, позволяющий учитывать индивидуальные особенности учащихся.
	5. Воспитание	Е. Формирование нравственных и социальных качеств у личности.
	Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:	
	1. Педагогический процесс	
	2. Методы обучения	
	3. Педагогическая диагностика	
	4. Адаптивное обучение	
	5. Воспитание	
	ответ:	
	1. Педагогический процесс	В. Обучение, воспитание и развитие учащихся.
	2. Методы обучения	С. Способы, которыми преподаватель передает знания и навыки.
	3. Педагогическая диагностика	А. Оценка уровня знаний и состояния учащихся.
	4. Адаптивное обучение	Д. Подход, позволяющий учитывать индивидуальные особенности учащихся.
	5. Воспитание	Е. Формирование нравственных и социальных качеств у личности.
	12. Установите соответствие понятий и их определений.	
	1. Цели	А. Информация о результатах

		образования	деятельности у ащихся и ее восприятие педагогом.
		2. Обратная связь	В. Общие задачи, которые школа ставит перед собой.
		3. Разнообразие методов	С. Индивидуальный, групповой, фронтальный
		4. Нормативные документы	Д. Способствование формированию креативности и индивиду льности учащихся.
		5. Творческое развитие	Е. Основные законодательные акты, регламентирующие систему образования.

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1. Цели образования	
2. Обратная связь	
3. Разнообразие методов	
4. Нормативные документы	
5. Творческое развитие	

ответ:

1. Цели образования	В. Общие задачи, которые школа ставит перед собой.
2. Обратная связь	А. Информация о результатах деятельности учащихся и ее восприя ие педагогом.
3. Разнообразие методов	С. Индивидуальный, групповой, фронтальный
4. Нормативные документы	Е. Основные законодательные акты, регламентирующие систему образования.
5. Творческое развитие	Д. Способствование формированию креативности и

			индивидуальности учащихся.								
13. Установите правильную последовательность: Этапы педагогического процесса A. Оценка результатов B. Планирование C. Организация D. Реализация Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>B</td> <td>C</td> <td>D</td> <td>A</td> </tr> </table>								B	C	D	A
B	C	D	A								
14. Установите правильную последовательность: Этапы индивидуализации обучения A. Определение потребностей B. Разработка программы C. Введение в обучение D. Оценка достижений Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> <td>D</td> </tr> </table>								A	B	C	D
A	B	C	D								
15. Установите правильную последовательность: Этапы разработки учебной программы A. Определение целей B. Выбор содержания C. Разработка оценки D. Реализация Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> <td>D</td> <td>C</td> </tr> </table>								A	B	D	C
A	B	D	C								
16. Установите правильную последовательность: Формы организации учебного процесса A. Урок B. Лабораторная работа C. Экскурсия D. Семинар Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>											

		ответ: <table border="1"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> <td>D</td> </tr> </table> 17. Установите правильную последовательность: Стратегии активного обучения A. Обсуждение B. Работа в группах C. Презентации D. Определение вопросов для размышления Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>D</td> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> </tr> </table> 18. Установите автора следующих педагогических произведений. <table border="1"> <tr> <td>1. Я.А.Коменский</td> <td>A. «Педагогическая поэма»</td> </tr> <tr> <td>2. В.А.Сухомлинский</td> <td>B. «Материнская школа»</td> </tr> <tr> <td>3. К.Д.Ушинский</td> <td>C. «Родное слово»</td> </tr> <tr> <td>4. А.С Макаренко</td> <td>D. «Азбука моральной культуры»</td> </tr> <tr> <td>5. Л.Н.Толстой</td> <td>E. «Азбука»</td> </tr> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1"> <tr> <td>1. Я.А.Коменский</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2. В.А.Сухомлинский</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3. К.Д.Ушинский</td> <td></td> </tr> <tr> <td>4. А.С Макаренко</td> <td></td> </tr> <tr> <td>5. Л.Н.То стой</td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>1. Я.А.Коменский</td> <td>B. «Материнская школа»</td> </tr> </table>	A	B	C	D					D	A	B	C	1. Я.А.Коменский	A. «Педагогическая поэма»	2. В.А.Сухомлинский	B. «Материнская школа»	3. К.Д.Ушинский	C. «Родное слово»	4. А.С Макаренко	D. «Азбука моральной культуры»	5. Л.Н.Толстой	E. «Азбука»	1. Я.А.Коменский		2. В.А.Сухомлинский		3. К.Д.Ушинский		4. А.С Макаренко		5. Л.Н.То стой		1. Я.А.Коменский	B. «Материнская школа»
A	B	C	D																																	
D	A	B	C																																	
1. Я.А.Коменский	A. «Педагогическая поэма»																																			
2. В.А.Сухомлинский	B. «Материнская школа»																																			
3. К.Д.Ушинский	C. «Родное слово»																																			
4. А.С Макаренко	D. «Азбука моральной культуры»																																			
5. Л.Н.Толстой	E. «Азбука»																																			
1. Я.А.Коменский																																				
2. В.А.Сухомлинский																																				
3. К.Д.Ушинский																																				
4. А.С Макаренко																																				
5. Л.Н.То стой																																				
1. Я.А.Коменский	B. «Материнская школа»																																			

		2. В.А.Сухомлинский	Д. «Азбука моральной культуры»
		3. К.Д.Ушинский	С. «Родное слово»
		4. А.С Макаренко	А. «Педагогическая поэма»
		5. Л.Н.Толстой	Е. «Азбука»
		18. Установите соответствие между педагогическим понятием и его определением:	
		1. Воспитание	А. Процесс и результат овладения системой научных и культурных ценностей, накопленных человечеством
		2. Образование	В. Способность совершать определенные действия на основе полученных знаний
		3. Умение	С. Управление процессом развития личности.
		Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:	
		1. Воспитание	
		2. Образование	
		3. Умение	
		ответ:	
		1. Воспитание	С. Управление процессом развития личности.
		2. Образование	А. Процесс и результат овладения системой научных и культурных ценностей, накопленных человечеством
		3. Умение	В. Способность совершать определенные действия на основе полученных знаний
		19. Установите правильную последовательность: Методы обучения (от словесных до практических) А. Практические методы В. Игровые методы С. Словесные методы	

		D. Визуальные методы Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; height: 30px;"> <tr> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; height: 30px;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">C</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">D</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">A</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">B</td> </tr> </table>					C	D	A	B												
C	D	A	B																			
		20. Установите правильную последовательность: Процесс воспитания А. Установление контакта В. Формирование ценностей С. Обратная связь D. Оценка результатов Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; height: 30px;"> <tr> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; height: 30px;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">A</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">B</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">C</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">D</td> </tr> </table>					A	B	C	D												
A	B	C	D																			
		21. Установите соответствие между термином и его определением: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 5%;"></th> <th style="width: 40%;">Термин</th> <th style="width: 5%;"></th> <th style="width: 50%;">Определение</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">A</td> <td>Образовательная программа</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Порядок организации учебного процесса, включая цели, содержание и методы.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">B</td> <td>Метод обучения</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Система знаний, умений и навыков, которыми должен овладеть обучающийся.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">C</td> <td>Внеаудиторная работа</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Итоговая аттестация, подтверждающая уровень профессиональной подготовки.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">D</td> <td>Квалификационный экзамен</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Деятельность, проводимая вне классного времени для самосовершенствования.</td> </tr> </tbody> </table> Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:		Термин		Определение	A	Образовательная программа	1	Порядок организации учебного процесса, включая цели, содержание и методы.	B	Метод обучения	2	Система знаний, умений и навыков, которыми должен овладеть обучающийся.	C	Внеаудиторная работа	3	Итоговая аттестация, подтверждающая уровень профессиональной подготовки.	D	Квалификационный экзамен	4	Деятельность, проводимая вне классного времени для самосовершенствования.
	Термин		Определение																			
A	Образовательная программа	1	Порядок организации учебного процесса, включая цели, содержание и методы.																			
B	Метод обучения	2	Система знаний, умений и навыков, которыми должен овладеть обучающийся.																			
C	Внеаудиторная работа	3	Итоговая аттестация, подтверждающая уровень профессиональной подготовки.																			
D	Квалификационный экзамен	4	Деятельность, проводимая вне классного времени для самосовершенствования.																			

		<table border="1"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>4</td> <td>3</td> </tr> </table> 22. Установите со ответствие между древнегреческими философами и их идеями: <table border="1"> <tr> <td></td> <td>Философ</td> <td></td> <td>Идеи</td> </tr> <tr> <td>A</td> <td>Платон</td> <td>1</td> <td>Разработал индуктивный метод познания (через факты определить общее понятие).</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>Аристотел</td> <td>2</td> <td>Выдвинул систему общественного воспитания как главнейшую функцию государства.</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>Сократ</td> <td>3</td> <td>Отстаивал идею гармонического воспитания.</td> </tr> </table> Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>3</td> <td>1</td> </tr> </table> 23. . Установите соответствие между термином и его определением: <table border="1"> <tr> <td></td> <td>Термин</td> <td></td> <td>Определение</td> </tr> <tr> <td>A</td> <td>Знания</td> <td>1</td> <td>Выявление со ответствия процесса образования желаемому результату.</td> </tr> </table>	A	B	C	D					A	B	C	D	1	2	4	3		Философ		Идеи	A	Платон	1	Разработал индуктивный метод познания (через факты определить общее понятие).	B	Аристотел	2	Выдвинул систему общественного воспитания как главнейшую функцию государства.	C	Сократ	3	Отстаивал идею гармонического воспитания.	A	B	C				A	B	C	2	3	1		Термин		Определение	A	Знания	1	Выявление со ответствия процесса образования желаемому результату.
A	B	C	D																																																			
A	B	C	D																																																			
1	2	4	3																																																			
	Философ		Идеи																																																			
A	Платон	1	Разработал индуктивный метод познания (через факты определить общее понятие).																																																			
B	Аристотел	2	Выдвинул систему общественного воспитания как главнейшую функцию государства.																																																			
C	Сократ	3	Отстаивал идею гармонического воспитания.																																																			
A	B	C																																																				
A	B	C																																																				
2	3	1																																																				
	Термин		Определение																																																			
A	Знания	1	Выявление со ответствия процесса образования желаемому результату.																																																			

В	Умения	2	Знания в действии.
	Навыки	3	Совокупность представлений и понятий, которыми учащиеся овладевают в процессе обучения.
	Мониторинг	4	Автоматизированный компонент деятельности.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

A	B	C	D

ответ:

A	B	C	D
3	2	4	1

24. В настоящее время педагогические исследования представляют собой целую систему. К ним относятся педагогическое наблюдение, тестирование, изучение школьной документации и т. д. Установите соответствие между термином и его определением:

	Термин		Определение
A	Тестирование	1	Выясняется мнения и отношение воспитателей и воспитуемых к различным педагогическим фактам и явлениям.
B	Исследовательская беседа	2	Целенаправленное обследование испытуемых, которое проводится в строго контролируемых условиях, что

				позволяет объективно измерить те или иные качества.	
		С	Социологические методы исследования	3	Специально органи ованная деятельность учащихся и учителей с заранее поставленными целями.
		D	Педаг гический эксперимент	4	Массовое изучение вопросов с помощью анкет и оценивания.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

A	B	C	D

ответ:

A	B	C	D
2	1	4	3

25. Установите соответствие между термином и его определением:

	Термин		Определение
A	Трудовое воспитание	1	Организованный педагогический процесс, который направлен на укрепление здоровья и всестороннее развитие физических способностей, а также на выработку важ ых двигательных навыков.

		В	Эстетическое воспитание школьников	2	Сложный и непрерывный процесс формирования жизненных ориентаций, взглядов и убеждений, вкусов и потребностей личности.								
		С	Физическое воспитание	3	Специально организованный процесс, который направлен на выработку трудовых умений и навыков, овладение практическими приемами трудовой деятельности.								
		Д	Нравственное воспитание	4	Процесс формирования потребности и способности руководствоваться законами красоты во всех областях жизненной практики, развитие задатков в области искусства.								
		Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:											
		<table><tr><td>А</td><td>В</td><td>С</td><td>Д</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				А	В	С	Д				
А	В	С	Д										
		ответ:											
		<table><tr><td>А</td><td>В</td><td>С</td><td>Д</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td></tr></table>				А	В	С	Д	3	4	1	2
А	В	С	Д										
3	4	1	2										

				ответственного отношения к труду и его результатам, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, традиционных российских духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

A	B	C

ответ:

A	B	C
3	1	2

27. Установите соответствие между педагогическими концепциями и их авторами.

	Педагогическая		Автор

			концепция		
A	Конструктивизм	1	Джон Дьюи		
B	Социокультурная теория	2	Лев Выготский		
C	Поблемное обучение	3	Давид Эльконин		

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

A	B	C

ответ:

A	B	C
3	2	1

28. Установите соответствие между методами обучения и их описанием.

	Методы обучения		Описание
A	Инструктивный метод	1	Научение через практическое применение знаний и умений.
B	Проблемный метод	2	Преподавание, основанное на передаче информации от учителя к ученику.
C	Практический метод	3	Обучение, основанное на решении проблемных ситуаций.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

A	B	C

ответ:

			A	B	C	
			2	3	1	
29. Установите со ответствие между видами обучения и их характеристиками.						
			Виды обучения			Характеристики
A			Очное о чение		1	Обучение в классе, с физическим присутствием обучающихся.
B			Дистанционное обучение		2	Обучение, в котором изучающие проходят курс в свободное время.
C			Заочное обучение		3	Обучение с использованием технологий, позволяющих учиться из любой точки.
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:						
			A	B	C	
ответ:						
			A	B	C	
			1	3	2	
30. Назовите уровни общего образования.						
ответ: дошкольное образование, начальное общее образование, основное общее образование, среднее общее образование.						
31. Назовите уровни профессионального образования.						
ответ: среднее профессиональное образование, высшее образование – бакалавриат, высшее образование – специалитет, магистратура; высшее образование – подготовка кадров высшей квалификации.						
32. Назовите функции классного руководителя.						
ответ: функции классного руководителя состоят в нравственно воспитании учащихся, формировании научного мировоззрения, организации, сплочении и						

		воспитании коллектива; развитие у учащихся познавательных интересов, повышении качества знаний, проведении профориентации, охране здоровья т физическом воспитании, связи с родителями и т. д. 33. Перечислите участников образовательных отношений. ответ: обучающиеся, родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся, педагогические работники и их представители, организации, осуществляющие образовательную деятельность. 34. Перечислите важнейшие принципы обучения. ответ: принцип научности, принцип наглядности, принцип системности, принцип развивающего образования. 35. Какой документ определяет содержание образования? ответ: Образовательные программы определяют содержание образования. 36. Кто является заказчиком образования в Российской Федерации? ответ: государство и общество являются заказчиками образования в Российской Федерации. 37. Назовите ФИО ученых, которые сформулировали принципы «развивающего обучения». ответ: Л. С. Выготский, Л. В. Занков. 38. Назовите виды внешнего мониторинга качества образования. ответ: ВПР, ГИА (ОГЭ, ЕГЭ), НИКО 39. Назовите виды внутреннего мониторинга качества образования. ответ: текущий контроль, промежуточная аттестация. 40. Назовите номер Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации». ответ: № 273 – ФЗ.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 1, ОК 2, ОК 9	знает: – взаимосвязь педагогической науки и практики, тенденции из развития; – значение и логику целеполагания в обучении и педагогической деятельности;	1. Педагогика, объект исследования педагогики, предмет исследования педагогики. (2 балла) ответ: Педагогика – это в широком смысле наука о воспитании человека. Она изучает закономерности успешной передачи социального опыта старшего поколения младшему. Она существует для того, чтобы на практике указывать наиболее легкие пути достижения педагогических целей и задач, путей реализации законов воспитания и методик обучения.

	– принципы обучения и воспитания; – формы, методы и средства обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения; – психолого-педагогические условия развития мотивации и способностей в процессе обучения, основы развивающего обучения, дифференциации и индивидуализации обучения и воспитания; – приемы привлечения учащихся к целеполаганию, организации и анализу процесса и результатов обучения; – средства контроля и оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности педагога. умеет: – оценивать постановку цели и задач уроков, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации	Объект исследования педагогики – образование и воспитание растущего, развивающегося человека. Предметом исследования педагогики является целостная система воспитания, образования, обучения, социализации и творческого саморазвития человека. 2. Основные педагогические категории. (2 балла) ответ: Педагогическими категориями в науке принято называть педагогические понятия, которые выражают научные обобщения. К основным педагогическим категориям относятся: 1) образование; 2) воспитание; 3) обучение. Воспитание обычно характеризуется как систематическое и целенаправленное воздействие на духовное и физическое развитие личности в целях подготовки ее к производственной, общественной и культурной деятельности. В педагогике различают узкое и широкое понимание этой категории. Образование является: 1) результатом обучения, усвоения систематизированных знаний, умений и способов мышления; 2) необходимым условием подготовки человека к определенному труду, к определенному виду деятельности Обучение – специально организованный, целенаправленный и управляемый процесс взаимодействия учеников и учителей, благодаря которому обучаемый усваивает знания, умения, приобретает разнообразные навыки. В результате обучения у человека формируются определенное мировоззрение и мышление, развиваются умственные силы, потенциальные способности и возможности. Основу обучения составляют ЗУН (знания, умения и навыки). - Знания отражают объективную действительность в форме фактов, представлений, понятий и законов науки. Они суммируют накопленный человечеством опыт. - Благодаря умениям человек может сознательно и целенаправленно воплощать теоретические знания в практическую деятельность, опираясь при этом на жизненный опыт и приобретенные навыки. - Навыки являются компонентами практической деятельности. Они проявляются при выполнении необходимых действий, доведенных до совершенства благодаря многократным упражнениям - УУД

	обучения и воспитания; – анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления; – находить и анализировать информацию, необходимую для решения педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития; – ориентироваться в современных проблемах образования, тенденциях его развития и направлениях реформирования.	3. Методология педагогики. Уровни методологии. Методологическая культура учителя. (2 балла) ответ: Методология педагогики – система знаний об отправных положениях педагогической теории, о принципах подхода к рассмотрению педагогических явлений и методах их исследования, а также путях внедрения добытых знаний в практику воспитания, обучения и образования. Учение о принципах, методах, формах и процессах познания и преобразования педагогической действительности. Уровни методологии: 1. Философский 2. Общенаучный 3. Конкретно-научный 4. Технологический - Философский уровень методологии составляют общие принципы познания и категориальный строй науки в целом. - Общенаучный уровень методологии. В его основе лежат концепции, научные подходы, применяемые во многих науках. - Конкретно-научный уровень методологии представляет собой совокупность методов, принципов исследования и процедур, применяемых в той или иной специальной научной дисциплине. - Технологический уровень методологии составляют методика и техника исследования, т.е. набор процедур, обеспечивающих получение достоверного эмпирического материала и его первичную обработку, после которой он может включаться в массив научного знания. Методологическая культура учителя – особая культура научного мышления учителя, базой которого являются методологические знания и опыт рефлексии самосознания профессионала, пытающегося понять свою деятельность. Методологическая культура учителя включает знание методологии педагогики и умение ее применять в педагогической деятельности. 4. Научно-педагогические исследования. Уровни педагогического исследования. Направленности научно-педагогических исследований. (2 балла) ответ: Научное педагогическое исследование – процесс формирования новых педагогических знаний; вид познавательной деятельности, направленный на открытие объективных закономерностей обучения, воспитания и развития.

		Уровни педагогического исследования: - Эмпирический (практический) – устанавливаются новые факты в науке и выводятся эмпирические закономерности; накопление, отбор, сопоставление, мыслительный анализ и синтез, количественная и качественная обработка полученных в ходе практического исследования педагогических фактов. - Теоретический – выдвигаются и формулируются основные, общие педагогические закономерности, позволяющие объяснить ранее открытые факты, предсказать и предвидеть будущие события и факты. - Методологический – на базе эмпирических и теоретических исследований формулируются общие принципы и методы исследования педагогических явлений, построения теории. Исследования этого уровня называют фундаментальными. Они представляют собой крупный научный вклад в исследуемую область. Научно-педагогические исследования по их направленности подразделяются на фундаментальные исследования, прикладные исследования, разработки. - Фундаментальные исследования своим результатом имеют обобщающие концепции, которые подводят итоги теоретических и практических достижений педагогики или предлагают модели развития педагогических систем на прогностической основе. - Прикладные исследования – это работы, направленные на углубленное изучение отдельных сторон педагогического процесса, раскрытие закономерностей многосторонней педагогической практики. - Разработки ведутся с целью обоснования конкретных научно-практических рекомендаций, учитывающих уже известные теоретические положения. 5. Методологические подходы к педагогическому исследованию. Методологические принципы научно-педагогического исследования. Основные компоненты научного исследования. (2 балла) ответ: Методологические подходы к педагогическому исследованию: целостный подход, личностный подход, деятельностный подход, системный подход, антропологический подход, диалогический подход. - Целостный подход – личность понимается как целостность, как сложная психическая система,

		имеющая свою структуру, функции, и внутреннее строение. - Личностный подход – ориентация при конструировании и осуществлении педагогического процесса на личность как цель, субъект, результат и главный критерий его эффективности. - Деятельностный подход – предполагает рассматривать педагогические явления с позиции целостного изучения всех компонентов деятельности: ее целей, мотивов, действий, операций, способов регулирования, корректировки, контроля и анализа достигаемых результатов. - Системный подход направлен на выявление множества элементов в изучаемых педагогических явлениях и связей между ними. - Антропологический подход впервые разработал и обосновал К.Д.Ушинский. В его понимании он означал системное использование данных всех наук о человеке как предмете воспитания и учет их при построении и осуществлении педагогического процесса. - Диалогический подход – уникальность человеческой личности рождается и проявляется лишь в диалогическом общении. Диалогический подход в единстве с личностным и деятельным составляет сущность методологии гуманистической педагогики Методологические принципы научно-педагогического исследования: - объективность и обусловленность определенными условиями, факторами, причинами педагогических явлений; - изучение явления в его связях и взаимодействии с другими явлениями; - изучение явления в его развитии; - рассмотрение процесса развития как самодвижение и саморазвитие, обусловленное присущими ему внутренними противоречиями, выступающими как движущая сила и источник развития. Основные компоненты научного исследования: тема исследования, объект исследования, предмет исследования, проблема исследования, цель исследования, задачи исследования, гипотеза исследования 6. Личность. Категориальный аппарат становления личности. Развитие и формирование в становлении личности. Движущие силы, факторы и теории становления личности. (2 балла)

		ответ: Категориальный аппарат становления личности: «Человек», «Индивид», «Личность», «Индивидуальность». Человек как биологический вид живет, проявляет себя и становится человеком только в обществе. Личность – это продукт взаимодействия человека как представителя биологического вида и его социального окружения. Понятие «индивид» предполагает принадлежность к человеческому роду и неповторимость характеристик каждого представителя вида, но не включает конкретных социальных или психологических характеристик. Индивидуальность - это совокупность унаследованных и выработанных в процессе онтогенеза физиологических и психологических особенностей, отличающих конкретного человека от других. Развитие и формирование в становлении личности: задатки, способности. Задатки – врожденные анатомо-физиологические и (или) психологические особенности, предрасполагающие индивида к успешности в определенных видах деятельности. Способности – это успешность, реализованная индивидом в определенной деятельности. Движущие силы, факторы и теории становления личности: противоречия, внешние и внутренние факторы, биологические и социальные факторы. 7. Основные компоненты педагогической деятельности тренера. Требования, предъявляемые к личности и профессиональным навыкам спортивного тренера. (2 балла) ответ: Основные компоненты педагогической деятельности тренера по Н. В. Кузьминой: 1. проектировочный, или конструктивный; 2. организаторский; 3. коммуникативный; 4. гностический; 5. двигательный Требования, предъявляемые к личности и профессиональным навыкам спортивного тренера. Психические познавательные процессы: - Концентрированность внимания; - развитый объем внимания (способность одновременно воспринимать несколько объектов). Психические эмоциональные процессы: - Эмоциональная устойчивость; - сдержанность; - выразительность и эмоциональность речи Профессионально важные качества:

		- Предусмотрительность; - внимание к деталям; - способность к творчеству Личностные качества: - Высокая нравственность; - педантичность; - развитые волевые качества 8. Индивидуальные стили деятельности тренеров, их основные признаки. (2 балла) ответ: Индивидуальные стили деятельности тренеров (по З. Н. Вяткиной): ×организаторско-коммуникативный; ×конструктивно-организаторский; ×конструктивно-коммуникативный. Основные признаки организаторско – коммуникативного стиля: краткость и лаконичность плана занятий; быстрота и четкость организации учащихся в начале занятия; активное требование выполнения всех указаний. Основные признаки конструктивно-организаторского стиля: заблаговременная и тщательная подготовка к занятиям; предварительное обдумывание предстоящих действий в учебном занятии; со ответствение занятия ранее намеченному плану. Основные признаки конструктивно-коммуникативного стиля: повышенная ответственность к подготовке и проведению учебного занятия; тщательность и детализация в отборе учебного материала; повышенное внимание к организации и настрою учеников в начале занятия. 9. Стили общения и руководства тренера. (2 балла) ответ: Авторитарный (автократический): стремится к абсолютной власти, доминирует; сам определяет способы и средства достижения цели; ориентируется в принятии решения только на свое мнение; поддерживает минимальное общение между членами команды, только через его посредничество. Форма выражения воздействия на спортсмена часто категоричная, резкая, неодобрительная, раздраженная. Частые формы воздействия на спортсмена: требования, замечания, порицания, побуждения. Частые виды воздействия на спортсмена: инструктаж, команда, приказ, указание Демократический - стремится к коллективному решению проблем; каждый член группы должен принимать максимальное участие в достижении общих целей; разделение ответственности между членами команды, поощрение общения между

		членами команды. Часто спокойная, дружелюбная, одобрительная форма выражения воздействия на спортсмена. Частые формы воздействия на спортсмена: убеждение, поддержка, успокаивание, беседа, объяснение. Попустительский (либеральный) - старается как можно реже вмешиваться в дела команды; предоставляет свободу действий и принятия решений; больше присутствует, чем действует; допускает свободу выбора упражнений, нагрузок, похвала и порицания часто носят свободный характер. -Почти всегда спокойная, дружелюбная, одобрительная форма выражения воздействия на спортсмена. Частые формы воздействия на спортсмена: похвала, порицание. Частые виды воздействия на спортсмена: предложение, совет. 10. Общие понятия о дидактике. Сущность педагогических категорий «обучение» и «процесс обучения». (2 балла) ответ: Дидактика – это педагогическая теория обучения, дающая научное обоснование его содержания, методов и организационных форм. Предмет дидактики — закономерности и принципы обучения, его цели, научные основы содержания образования, методы, формы, средства обучения. Дидактика – общая и частная. Общая дидактика рассматривает общее представление об организации процесса обучения, необходимое во всех предметных областях. Частные дидактики изучают закономерности, содержание, формы и методы преподавания различных учебных предметов. Понятие «обучение» определяет явление, тогда как понятие «процесс обучения» (или «учебный процесс») – это развитие обучения во времени и пространстве, последовательная смена этапов обучения. Процесс обучения – это целенаправленный процесс взаимодействия обучающихся и обучаемых, в ходе которого осуществляется образование, воспитание и развитие последних. Процесс обучения носит двусторонний характер. Он включает в себя две органично взаимосвязанные деятельности: 1) преподавание, или научение (обучающую деятельность педагога по организации усвоения учебного материала); 2) учение (деятельность учащихся по усвоению предлагаемых им знаний) Преподавание подразумевает субъект-субъектное взаимодействие. Учение предполагает субъект-

		объектное взаимодействие. Важнейшим компонентом учения являются мотивы, т. е. побуждения, которыми ученик руководствуется, осуществляя учебную деятельность в целом или те или иные учебные действия. 11. Функции процесса обучения. (2 балла) ответ: Функции (предназначения) процесса обучения: образовательная, воспитательная, развивающая, побудительная, организующая. Образовательная функция процесса обучения: формирование знаний, умений, навыков, опыта, компетенции. Знание – это понимание, сохранение информации в памяти и ее воспроизведение. Умение – это способность выполнять действия, опираясь на освоенные на первом этапе знания. Навык – это умение, доведенное до автоматизма, до высокой степени совершенства. Умения и навыки: общеучебные (имеют отношения ко всем предметам), специальные (специфические для соответствующего учебного предмета). Компетенция включает в себя совокупность взаимосвязанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), необходимых для качественной продуктивной деятельности. Воспитательная функция процесса обучения состоит в том, что в процессе обучения у учащихся формируются взгляды, научное мировоззрение, понимание законов природы, общества и мышления Развивающая функция процесса обучения - развитие осуществляется во всех направлениях (развитие речи, мышления, сенсорной и двигательной сфер личности, эмоционально-волевой области). 12. Содержание образования. Основные источники формирования содержания образования. Подходы к формированию содержания образования. (2 балла) ответ: Право на образование – это право человека на получение определенной суммы знаний, культурных навыков и профессиональной ориентации, необходимых для нормальной жизнедеятельности в условиях современного общества. Заказчиком образования являются государство и общество, они же играют центральную роль в определении его содержания. Факторы, определяющие сущностное наполнение образования: - уровень развития культуры, науки, техники и производства;

		- индивидуальные потребности и склонности учащегося; - социальный заказ общества Содержание образования должно включать основы различных наук, прививать высокий уровень общей культуры и приучать ученика к самостоятельному мышлению. Возникло противоречие между возрастающими объемами информации и возможностями её усвоения, что наметило два стратегических пути для разрешения этого противоречия: - интеграция образования (немного обо всем, поверхностные знания); - дифференциация образования (много об избранном, одностороннее развитие личности). Теория прагматического содержания образования предполагает отбор учебных дисциплин, который бы способствовал приобретению и расширению социального опыта в различных аспектах деятельности. Современной моделью решения проблемы определения содержания образования стала компетентностная теория, которая пытается учесть достоинства вышеперечисленных теорий и минимизировать их недостатки. Компетентностная теория предполагает при отборе содержания образования ориентироваться на предполагаемый портрет выпускника (образ-мишень), объединяющий необходимые для социальной успешности знания, умения, и качества личности. В рамках этой теории основными понятиями являются компетентность и компетенции. Компетентность понимается как интегративная характеристика специалиста, проявляющаяся в готовности и возможности на основе приобретенных знаний и сформированных на их основе умений творчески решать возникающие в деятельности задачи. Компетенция – это способность применять знания, умения и личностные качества для успешной деятельности в определенной предметной области. 13. Содержание образования. Принципы комплектования содержания образования. (2 балла) ответ: Содержание образования – это обусловленная целями и потребностями личности, общества и государства система знаний, компетентностей, профессиональных, мировоззренческих и гражданских качеств личности, которая должна быть сформирована в процессе образования с учетом личностного самоопределения для максимальной реализации способностей и с учетом перспектив развития

		мирового сообщества. Основные принципы комплектования содержания образования: 1) Принцип со ответствения содержания образования актуальному уровню развития культуры, науки и техники. Утверждает, что содержание образования должно пересматриваться с учетом уровня и темпов развития общества. 2) Принцип гуманизации образования, основной идеей которого является возможность использования образования на благо человека и человечества. Для этого образование должно стремиться формировать мировоззрение на основе общечеловеческих ценностей. 3) Принцип гармоничности образования предлагает определять содержание образования на основе возможности построения целостной картины мира, обеспечивая необходимое сочетание гуманитарных, социальных и естественнонаучных дисциплин. 4) Принцип сочетания фундаментальности и интегративности предполагает знание основ наук и формирование системы связей как логических, внутри предметного материала, так и межпредметных, вооружающих ученика пониманием сущностей и возможностью использовать полученные знания в комплексе для решения насущных проблем жизни и деятельности. 5) Принцип единства содержательной и процессуальной сторон обучения, требующий связи содержания образования с методами и средствами его передачи. В частности, можно обратить внимание на необходимость использования в процессе обучения методов исследования, которыми конкретная наука добывает информацию. 14. Дидактические закономерности и принципы обучения. (2 балла) ответ: Дидактические закономерности – это устойчивые связи между условиями и результатами обучения. Выделяют внешние и внутренние закономерности обучения. Закономерности, обусловленные внешними связями: • цель, задачи, содержание и методы обучения обусловлены социально-экономическими потребностями общества; • задачи, содержание и методы обучения зависят не только от потребностей, но и от возможностей общества, от условий, в которых протекает этот процесс • зависимость результатов обучения от

		особенностей взаимодействия обучающегося с окружающим миром. К внутренним закономерностям процесса обучения относятся: • взаимосвязь воспитания, образования и развития; • единство преподавания и учения, образования и самообразования; • определяющая роль деятельности и общения в процессе обучения; • взаимосвязь задач, содержания, форм и методов обучения; • подчиненность результативности обучения способам управления процессом последнего и активности самого ученика и др. Принципы обучения – это исходные положения, на которые опираются при определении: а) содержания образования; б) методов обучения; в) организационных форм. Принципы обучения по своему содержанию и практической реализации постоянно меняются, что обусловлено социальным заказом и уровнем изученности закономерностей познавательной деятельности. В педагогической науке не существует единого мнения о количестве принципов. Впервые обоснование принципам обучения дал чешский педагог Ян Амос Коменский. Им были обоснованы следующие принципы: наглядности («золотое правило дидактики»), природосообразности, связи с жизнью, доступности и прочности. Принципы обучения развивали: И. Песталоцци, Ф Дистервег, К.Д. Ушинский и др. В настоящее время сложилась следующая система принципов обучения: • принцип научности; • принцип воспитывающего характера обучения; • принцип связи обучения с жизнью; • принцип систематичности и последовательности в обучении; • принцип сознательности и активности в обучении; • принцип наглядности; • принцип прочности; • принцип доступности; • принцип гуманизации; • принцип гуманитаризации; • принцип региональности. 15. Методы, средства обучения и их возможности. Понятие метода обучения. Генезис методов обучения. (2 балла) ответ: Метод обучения – система осознанных

		последовательных действий, приводящих к достижению результата, со ответствующего намеченной цели педагога, осуществляющего эту деятельность имеющимися у него средствами. Выбор методов обучения определяется прежде всего применением дидактических принципов – императивных требований к организации процесса обучения. Метод обучения – сложная деятельность, которая раскрывается через серию приемов. Прием обучения – составная часть или отдельная сторона метода обучения. Генезис (происхождение, история зарождения) методов обучения. Репродуктивный метод - самый древний метод обучения, основанный на подражании (воспроизведение образца), и давший начало развитию других методов. С течением времени главным носителем информации становилось слово. Обучение по книгам стало массовым способом взаимодействия учителя и ученика. Утвердились словесные методы обучения. В Средние века словесные методы носили догматический характер: учащиеся заучивали тексты религиозного содержания. Так возник догматический метод обучения. В эпоху великих открытий и изобретений в процесс обучения вошли такие методы, как наблюдение, эксперимент, с/р, упражнения – эвристический метод. Для лучшего понимания и глубокого усвоения знаний учителя используют наглядные методы обучения – использование иллюстраций, таблиц, схем, наглядных пособий, и практические методы обучения – знания ученики получают в ходе выполнения практических работ в классе, в лаборатории и т. д. Дальнейшее развитие школы и науки привело к применению в обучении частично-поисковых и исследовательских методов, предполагающих обучение в ходе организации посильного для учеников научно-практического исследования. Дальнейшее развитие школы и науки привело к применению в обучении частично-поисковых и исследовательских методов, предполагающих обучение в ходе организации посильного для учеников научно-практического исследования. Дальнейшее развитие школы и науки привело к применению в обучении частично-поисковых и исследовательских методов, предполагающих обучение в ходе организации посильного для учеников научно-практического исследования.

		Развитие получают проблемный метод (обнаружение и решение в ходе обучения проблем) и игровой метод (в ходе дидактической игры). Использование технических средств в обучении привело к появлению новых методов и форм обучения – компьютерному и дистанционному. 16. Методы, средства обучения и их возможности. Классификации методов обучения. Средства обучения. (2 балла) ответ: Классификация методов обучения по дидактической цели: - методы изучения новых знаний; - методы формирования умений и навыков; - методы применений знаний; - методы проверки знаний. По источнику получения знаний: - словесные; - наглядные; - практические. Словесные методы (источником знаний является устное или печатное слово): -рассказ; -объяснение Словесные методы: беседа Виды бесед: -вводные, или вступительные; -беседы-сообщения новых знаний; -синтезирующие, или закрепляющие; - контрольно-коррекционные; - собеседование Словесные методы (источником знаний является устное или печатное слово): -дискуссия; - лекция - самостоятельная работа с печатными источниками (конспектирование, тезирование, реферирование, составление плана текста, цитирование) Наглядные методы: - демонстративные; - иллюстративные Практические методы: -упражнения; -лабораторные работы; -практические работы. По характеру познавательной деятельности: - объяснительно-иллюстративные; - проблемного изложения; - исследовательские. По месту в структуре деятельности:

		- методы организации и осуществления УД; - методы ее стимулирования и мотивации; - методы контроля и самоконтроля УД. По активности учащегося: - активные (самостоятельная работа); - пассивные (объяснения учителя) Средства обучения. Совокупность всех материальных и нематериальных предметов и объектов, способствующих успешности учебного процесса (в широком смысле). Материальные предметы и объекты, являющиеся источниками получения знаний и формирования умений (в узком смысле). Современные средства обучения: -компьютеры, электронные доски; -программное обеспечение; -учебное обеспечение (обучающие программы и системы) 17. Виды и формы организации обучения. Понятие формы организации обучения. Классификация форм обучения. Виды обучения. (2 балла) ответ: Форма организации обучения – это конструкция отдельного звена процесса обучения, определенный вид занятий (урок, лекция, семинар, экскурсия и т.д.) Классификация форм обучения: а) по количеству участников: индивидуальные; групповые; коллективные; фронтальные. б) по месту обучения: аудиторные; внеаудиторные. Обобщенной характеристикой обучающих систем является вид обучения, устанавливающий особенности обучающей и учебной деятельности, а также функции используемых средств, методов и форм обучения. Виды обучения. Существует несколько классификаций: а) на основании доминирующего метода обучения; б) по доминирующей стороне обучения; с) по виду деятельности обучающихся На основании доминирующего на определенном этапе метода обучения принято выделять объяснительно-иллюстративный, догматический, проблемный, развивающий, личностно-ориентированный, модульный и др виды обучения. По доминирующей стороне обучения (учение, или научение, преподавание) выделяют прямой (научение) и косвенный (учение) виды обучения. В центре прямого обучения стоит задача непосредственной передачи информации от обучающего субъекта к обучаемому. При косвенном виде обучения нет отчетливо выделенного обучающего партнера, обучение

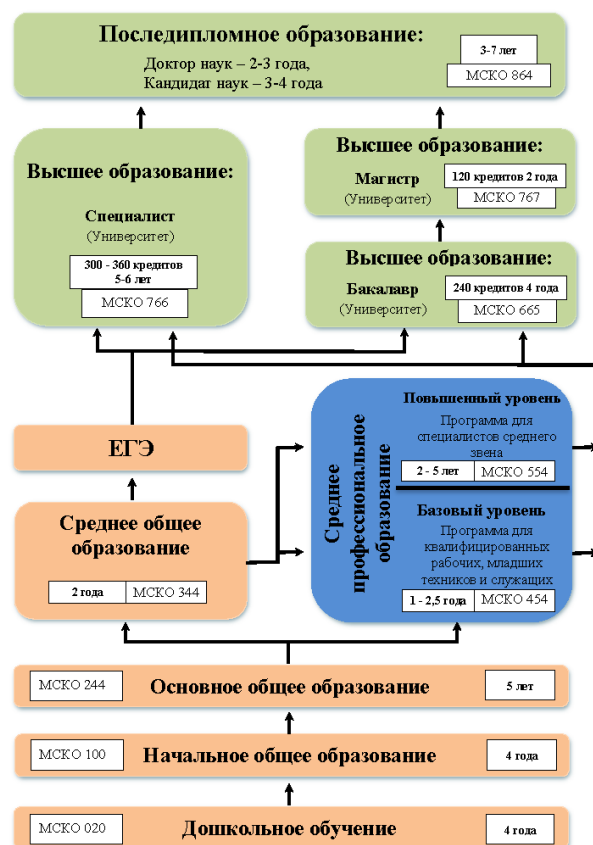
		носит преимущественно самостоятельный характер. На основе анализа деятельности обучающихся. Л. С. Выготским выделено 2 вида обучения: спонтанное и реактивное. Спонтанное обучение реализуется, если ученик учится по собственной программе. Реактивное – предполагает возможность обучения по программе предложенной обучающим партнером. 18. Диагностика и контроль в обучении. Понятие диагностики и контроля в обучении. Ошибки контроля. (2 балла) ответ: Понятие диагностики и контроля в обучении. Для определения степени достижения поставленных целей и качества обучения используется диагностика. Диагностика – это точное определение результатов дидактического процесса. Диагностика включает в себя: контроль, проверку, оценивание, накопление статистических данных, их анализ, выявление динамики, тенденций, прогнозирование дидактического процесса. Составным компонентом диагностирования является контроль. Контроль – это наблюдение за процессом усвоения знаний, умений и навыков, за формированием компетенций. Основными видами контроля являются: -предварительный; -текущий; -периодический; -тематический; -итоговый По форме контроль может быть индивидуальным (экзаменационный билет), групповым (защита проекта, выполненного группой) и фронтальным (коллективное решение проблемы – семинар). При контроле используются различные методы. Методы контроля – способы, с помощью которых определяется результативность учебно-познавательной деятельности обучаемых и педагогической работы обучающихся. Выделяют следующие методы контроля: устный, письменный, компьютерный и самоконтроль. Различные формы и методы контроля реализуются через механизмы проверки и оценки. Проверка – система действий и операций для контроля усвоения знаний, умений и навыков, дающая возможность учителю наиболее полно и объективно проконтролировать результаты учебного процесса в данной ситуации. Результаты проверки учебно-познавательной деятельности учащихся выражают в двух категориях – оценке и отметке. Оценка является результатом

		определения степени усвоения материала. Она показывает достаточно приближенную оценку, в этом случае нельзя определить уровень знания, можно констатировать лишь то, учащийся преодолел определенный барьер для перехода на следующий уровень обучения. Отметка является балльным, количественным выражением уровня усвоения информации учащимся. Ошибки контроля. Основные причины ошибочного, необъективного оценивания знаний в школе и вузе: - перенос симпатии или антипатии с ученика на отметку; - отметка как следствие настроения преподавателя; - великодушие, снисходительность, проявляющиеся в завышении отметок; - отсутствие твердых критериев отметки; - завышение и занижение отметок как дисциплинарная мера. 19. Педагогические технологии. Понятие педагогической технологии. Виды педагогических технологий. (2 балла) ответ: Педагогическая технология – это строго научное проектирование и точное воспроизведение гарантирующих успех педагогических действий. Поскольку педагогический процесс строится на определенной системе принципов, то педагогическая технология может рассматриваться как совокупность внешних и внутренних действий, направленных на последовательную реализацию этих принципов в их объективной взаимосвязи и позволяющих полно проявляться личности педагога. Виды педагогических технологий: - традиционная (репродуктивная) технология обучения. Изучение нового – закрепление – контроль – оценка. - Технология проектного обучения (продуктивное обучение). Целью продуктивного обучения является не усвоение суммы знаний, а реальное использование, развитие и обогащение собственного опыта учащихся и их представлений о мире. - Технология программированного обучения – это технология самостоятельного индивидуального обучения по заранее разработанной обучающей программе с помощью специальных средств. - Технология дистанционного обучения – это получение образовательных услуг без посещения учебного заведения, с помощью современных систем телекоммуникации.

		- Технологии на основе личностной ориентации педагогического процесса. В центре внимания – уникальная целостная личность, которая стремится к максимальной реализации своих возможностей. Примером личностно-ориентированных технологий является гуманно-личностная педагогика Ш. А. Амонашвили и его авторская технология «Школа жизни» 20. Сущность и целеполагание воспитательного процесса. Методологические основы воспитания. Актуальные задачи и воспитательный идеал. (2 балла) ответ: Воспитание – центральная часть педагогического процесса, она представляет собой формирование типологических качеств личности в со ответствии с тем идеалом, который задаёт общество. Воспитание, задающее социально одобряемые формы поведения, представляется наиболее достойным инструментом решения задач взаимопонимания. В современном мире существуют несколько методологических взглядов на организацию и целеполагание воспитания: гуманистическая, прагматическая, идеалистическая, и реалистическая концепции. Гуманистическая концепция настаивает на самоценности человека и считает, что воспитание должно быть направлено на его благо и максимально полную реализацию его способностей. Прагматическая концепция также исходит из заботы о человеке, но понимает его благо иначе, считая, что важно привить воспитаннику те нормы и правила, которые смогут пригодиться ему для решения насущных проблем. Идеалистическая концепция трактует воспитание как путь от природного начала к развитию высшей духовности в человеке. Иногда эту концепцию называют традиционной, так как ее корни находятся у истоков воспитательного процесса в истории цивилизации. Реалистическая концепция настаивает на адаптивной модели воспитания. Реалистическое воспитание строится на принципе культуросообразности. Сегодня определяющим документом для организации воспитательной работы является Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года" Актуальные задачи и воспитательный идеал. Целью воспитания является формирование человека и гражданина, способного адаптироваться к социальным нормам и в то же

		время понимающего зависимость правил от ситуации, обладающего достаточной силой и уверенностью в том, что преобразовывать мир следует ради будущего комфорта всего человечества. Стремясь к достижению цели, воспитательный процесс решает три основные задачи: - формирование мировоззрения; - приобщение к нормам культуры поведения; - формирование правильного отношения к труду. Задача по формированию мировоззрения подразумевает постепенное знакомство ребенка с окружением и выработку у него системы собственных устойчивых взглядов на мир. Задача по приобщению к нормам культуры поведения подразумевает нормативную регуляцию поведения. Этим занимается этикет – область знания о правилах должного поведения в определенных ситуациях. Третья задача - формирование правильного отношения к труду подразумевает понимание труда (работы, учебы) как естественной, необходимой и приносящей удовлетворение части нашей жизни. 21. Физическое воспитание. Понятийный аппарат теории и методики физического воспитания (ТМФ). Цель и задачи физического воспитания. (2 балла) ответ: Физическая культура (ФК) – часть общей культуры общества, совокупность достижений, накопленных человечеством, и деятельность людей по созданию и использованию материальных и духовных ценностей, направленных на физическое совершенствование человека. Физическое развитие – естественный, закономерный процесс формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума. Физическое воспитание – педагогический процесс, содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в занятиях физ упражнениями. Физическая подготовка – прикладная направленность физического воспитания на конкретную трудовую или иную деятельность. Различают общую физподготовку и специальную физподготовку. Физическая подготовленность отражает уровень достигнутой работоспособности и сформированных двигательных умений и навыков, способствующих эффективной целевой деятельности. Физическое совершенство – идеал физического развития

		человека, присущий каждой исторической эпохи. Спорт (в широком смысле) – собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности. Целью физического воспитания является оптимизация физического развития человека, всестороннего совершенствования свойственных каждому физических качеств и связанных с ними способностей в единстве с воспитанием духовных и нравственных качеств, характеризующих общественно активную личность; обеспечить на этой основе подготовленность каждого члена общества к плодотворной трудовой и другим видам деятельности. Для достижения заявленной цели выдвигается комплекс задач, делящихся на три группы: 1. Оздоровительные задачи; 2. Образовательные задачи; 3. Воспитательные (общепедагогические) задачи 1. Оздоровительные задачи, или задачи по оптимизации физ развития человека, которые ориентированы на создание условий для оптимального физ развития человека: укрепление и многолетнее сохранение здоровья; улучшение работоспособности и т. д. 2. Образовательные задачи, ориентированные преимущественно на овладение двигательными умениями, навыками и специальными теоретическими сведениями: формирование жизненно-важных умений и навыков; обучение навыкам спортивного характера и т. д. 3. Воспитательные задачи, направленные на формирование Л человека: воспитание морально-нравственных качеств Л; формирование личностных качеств человека (трудолюбие, настойчивость, упорство). Успешное достижение цели физического воспитания возможно лишь в случае единства, системного решения всех его задач. 22. Система образования Российской Федерации. (2 балла)



23. Связь педагогики с другими науками. (2 балла)

ответ: Рассмотрим наиболее традиционные связи педагогики с другими науками.

Философия и педагогика. Эта связь обуславливается самой сущностью философского, мировоззренческого осмысления места человека в мире,. От системы философских взглядов, которых придерживаются педагоги-исследователи, зависит направление педагогического поиска, определение целевых и технологических подходов к моделированию образовательного процесса. Методологическая функция философии проявляется в том, что она разрабатывает систему общих принципов и способов научного познания, которым подчиняется и педагогическое знание. Философия является теоретической основой осмысления педагогического опыта и создания новых педагогических концепций.

Психология и педагогика. Эта связь традиционна, так как педагогика не может не учитывать механизмы, законы психической деятельности и развития личности, которые изучает психология. Выдающиеся педагоги всегда строили свои

		теоретические концепции, соотносясь с этими закономерностями, особенностями, свойствами и возможностями, изучаемыми в психологии. <i>Биология и педагогика.</i> Одна из важнейших задач для педагогики — проблема соотношения природных и социальных факторов развития человека, поэтому педагогика опирается на биологические исследования, изучающие индивидуальное развитие человека. <i>Медицина и педагогика.</i> Эта связь привела к появлению коррекционной педагогики как специальной отрасли педагогического знания, предметом которой является образование детей, имеющих врожденные или приобретенные отклонения в развитии. <i>Социология и педагогика.</i> Обе эти науки связаны планированием образованна, выявлением основных тенденций развития социальных групп, закономерностей социализации личности. <i>Политология и педагогика.</i> Эта связь обусловлена тем, что образр-вательная политика всегда являлась отражением государственной идеологии. Педагогика стремится выявить условия и механизмы становления человека в качестве субъекта политического сознания. 24. Современные педагогические технологии. (2 балла) ответ: В условиях реализации требований ФГОС ОО наиболее актуальными становятся технологии: 1. Информационно – коммуникационная технология 2. Технология развития критического мышления 3. Проектная технология 4. Технология развивающего обучения 5. Здоровьесберегающие технологии 6. Технология проблемного обучения 7. Игровые технологии 8. Модульная технология 9. Технология мастерских 10. Кейс – технология 11. Технология интегрированного обучения 12. Педагогика сотрудничества. 13. Технологии уровневой дифференциации 14. Групповые технологии. 15. Традиционные технологии (классно-урочная система)

		25. Учет возрастных особенностей ребенка при обучении двигательным действиям. (2 балла) ответ: В младшем школьном возрасте особое значение приобретает наглядность. Дети склонны к предметному, образному мышлению, подражанию. Поэтому учителю необходимо осуществлять точный показ упражнения. Объяснения должны быть лаконичными, простыми, понятными. (ОРУ зачастую выполняется имитационным методом (бежим бесшумно, как “мышки”, прыгаем, как “зайчики” и т.п.). Показ упражнения сопровождается образным рассказом, акцентируется внимание на действиях, непосредственно обеспечивающих выполнение упражнения. Изучаемые упражнения в большинстве несложны, доступны и должны опираться на базу дошкольного двигательного опыта. Выполняются действия преимущественно по распоряжению учителя. В среднем школьном возрасте более детально изучаются двигательные действия, подростки уже способны оценивать свои движения по времени, пространству, мышечным усилиям. Подбирая упражнения, необходимо развивать у них эти способности (бег с различной длиной и частотой шага, метания на разное или на одно и то же расстояние предметов различного веса). В возрасте 10-11 лет на занятиях руководствуются, в основном, теми же положениями, что и в предыдущем возрасте. Количество повторений изучаемого упражнения сохраняется. Знакомые упражнения могут выполняться по рассказу. В возрасте 12-14 лет сложные физические упражнения разучиваются в целом, по частям, с помощью подводящих упражнений. На гимнастических снарядах отдается предпочтение изучению упражнений по частям (расчлененно-конструктивный метод). Подростковый возраст характеризуется началом полового созревания, неравномерностью роста и развития. Период полового созревания может не совпадать с возрастным на 1-1,5 года. Морфологические и функциональные изменения в организме протекают бурно, но по-разному и у мальчиков, и у девочек. Масса тела в этот период меньше длины. Девочки больше прибавляют в весе, но уступают мальчикам в силе, скорости, выносливости. Действие гормонов желез внутренней секреции, быстрый рост тела в длину и вытягивание мышц, сухожилий и нервов ведет к временному нарушению точности и координации

		движений.
		Итого: 50 баллов.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНДОВ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОЦ.02 Основы психологии

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 968 от 11.11.2022 г.

– учебным планом специальности подготовки 49.02.01 Физическая культура от 22.02.2023 г и одобрен Ученым советом Университета протокол № 6 от 16.02.2023 г

- рассмотрено и одобрено на заседании УНМС ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» Протокол № 6 от 16.02.2023 г

Разработчик ФОС: преподаватель Желтякова А. Р.

I Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1 Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Основы психологии».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Основы психологии».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в со ответствии с ФГОС специальности 49.02.01 «Физическая культура» и рабочей программой дисциплины «Основы психологии»:

знания:

- предмет, задачи и методы психологии;
- развитие психологии как науки;
- психика и ее развитие;
- сознание и самосознание;
- деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности;
- познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение;
- эмоционально-волевые процессы;
- индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности;
- человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность;
- структура личности; формирование личности.

умения:

- применять знания психологии при решении педагогических задач;
- выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **общих компетенций**: ОК1, ОК 2, ОК 9

ОК 1 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 2 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 9 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
«Психология как наука о человеке», «Психология познавательных процессов», «Структура личности»	ОК 1-2, 9	Эссе «Роль тренера в формировании личности спортсмена»	не аттестован низкий средний высокий	9 и менее 10 – 12 13 – 17 18 – 20
«Личность и деятельность», «Возрастная психология», «Основы социальной психологии», «Психология физического воспитания», «Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания»	ОК 1-2, 9	Реферат на тему «Влияние занятия спортом на когнитивные процессы (внимание, память, мышление)»	не аттестован низкий средний высокий	9 и менее 10 - 12 13 – 17 18 – 20
макс:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА К/Р:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 1 ОК 2, ОК 9	контрольная работа	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Эссе по разделам «Психология как наука о человеке», «Психология познавательных процессов», «Структура личности»

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тема эссе
ОК 1-2, 9	знает: - предмет, задачи и методы психологии; - о развитии психологии как науки; - что такое психика; - что такое сознание и самосознание; - что такое деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; - о познавательных психических процессах: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; - об эмоционально-волевых процессах; - об индивидуально-психологических особенностях человека: темперамент, характер, задатки, способности; - что человек – это индивид, субъект, личность, индивидуальность; - о структуре личности; о формировании личности. умеет: - применять знания психологии при решении педагогических задач; - выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и	«Роль тренера в формировании личности спортсмена»

	личностные особенности.	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Эссе	Не аттестован (Не удовлетворительно)	1. Содержания текста не соответствует теме.
	Низкий (Удовлетворительно)	1. Соответствие содержания текста теме. 2. Отсутствует четкая и логичная структура текста. 3. Не отражена авторская позиция по рассматриваемой проблематике. 4. Выводы носят обобщенный характер.
	Средний (Хорошо)	1. Соответствие содержания текста теме. 2. Наличие четкой и логичной структуры текста. 3. Наличие в эссе авторской позиции по рассматриваемой проблематике. 4. Выводы носят обобщенный характер.
	Высокий (Отлично)	1. Соответствие содержания текста теме. 2. Наличие четкой и логичной структуры текста. 3. Наличие в эссе авторской позиции по рассматриваемой проблематике. 4. Обоснованность, аргументированность, доказательность высказываемых положений и выводов автора.

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

Реферат по разделам «Личность и деятельность», «Возрастная психология», «Основы социальной психологии», «Психология физического воспитания», «Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания»

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тема доклада

ОК 1-2, ОК 9	знает: - предмет, задачи и методы психологии; - о развитии психологии как науки; - что такое психика; - что такое сознание и самосознание; - что такое деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; - о познавательных психических процессах: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; - об эмоционально-волевых процессах; - об индивидуально-психологических особенностях человека: темперамент, характер, задатки, способности; - что человек – это индивид, субъект, личность, индивидуальность; - о структуре личности; о формировании личности. умеет: - применять знания психологии при решении педагогических задач; - выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности.	«Как занятия спортом влияют на когнитивные процессы (внимание, память, мышление)»

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат	Не аттестован (Не удовлетворительно)	1. Содержание текста не соответствует теме реферата.
	Низкий (Удовлетворительно)	1. Соответствие содержания текста теме реферата. 2. Наличие четкой и логичной структуры. 3. Аналитическая работа, проделанная при написании реферата, носит формальный характер. 4. Использование адекватных литературных источников. 5. Обоснованность сделанных автором реферата выводов, соответствие их поставленной цели. 6. Имеются орфографические, пунктуационные, стилистические ошибки, не влияющие на понимание смысла исследовательской работы.
	Средний (Хорошо)	1. Соответствие содержания текста теме реферата. 2. Наличие четкой и логичной структуры. 3. Качество аналитической работы, проделанной при написании реферата. 4. Использование адекватных литературных источников. 5. Обоснованность сделанных автором реферата выводов, соответствие их поставленной цели. 6. Имеются орфографические, пунктуационные, стилистические ошибки, не влияющие на понимание смысла реферата.
	Высокий (Отлично)	1. Соответствие содержания текста теме реферата. 2. Наличие четкой и логичной структуры. 3. Качество аналитической работы, проделанной при написании реферата. 4. Использование адекватных литературных источников. 5. Обоснованность сделанных автором реферата выводов, соответствие их поставленной цели. 6. Отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, а также фактических ошибок.

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Экзамен в виде контрольной работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Текст контрольной работы
ОК 1-2, 9	знает: - предмет, задачи и методы психологии; - о развитии психологии как науки; - что такое психика; - что такое сознание и самосознание; - что такое деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; - о познавательных психических процессах: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; - об эмоционально-волевых процессах; - об индивидуально-психологических особенностях человека: темперамент, характер, задатки, способности; - что человек – это индивид, субъект, личность, индивидуальность; - о структуре личности; о формировании	1. Отметьте наиболее ответ. При необходимости запомнить карту местности активизируется память: а) символическая б) образная в) двигательная (1 балл) 2. Отметьте наиболее ответ. Центр Вернике отвечает за функции: а) зрительные б) осязательные в) слухоречевую (1 балл) 3. Отметьте наиболее ответ. Преобладание в организме «черной желчи», по Гиппократу, характерно для темперамента: а) меланхолического б) флегматического в) сангвинического (1 балл) 4. Отметьте наиболее ответ. Изменение ритма дыхания, частоты пульса, кровяного давления, окраски кожных покровов сопровождают: а) эмоции и чувства б) ощущение и восприятие в) внимание (1 балл) 5. Отметьте наиболее ответ. Жарким днем на пляже человеку представляется запотевший стакан холодной воды, речь идет о воображении: а) воссоздающем б) непроизвольном

	личности.	в) творческом			
	умеет:	(1 балл)			
	- применять знания психологии при решении педагогических задач;	6. Отметьте наиболее ответ. Внешними проявлениями психической деятельности человека являются:			
	- выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности.	а) поза, мимика, интонация;			
		б) установки;			
		в) ощущения;			
		г) ожидания.			
		(1 балл)			
		7. Что предполагает метод интроспекции?			
		а) изучение свойств и законов сознания с помощью самонаблюдения;			
		б) изучение поведения индивида посредством наблюдения за его реакциями;			
		в) исследование работы высшей нервной деятельности индивида посредством специальной аппаратуры.			
	(1 балл)				
	8. Выберите экстероцептивные рецепторы:				
	а) голод;				
	б) вкусовые;				
	в) зрительные;				
	г) тошнота				
	(1 балл)				
	9. Выберите интероцептивные рецепторы:				
	а) боль;				
	б) сытость;				
	в) обонятельные;				
	г) слуховые				
	(1 балл)				
	10. Выберите проприоцептивные рецепторы:				
	а) равновесие;				
	б) удушье;				
	в) движение тела;				
	г) температурные				
	(1 балл)				
	11. Расставьте этапы развития психологии в хронологическом порядке.				
	1) психология как наука о поведении;				
	2) психология как наука о душе;				
	3) психология как наука о сознании;				
	4) психология как наука о психике				
	Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:				
	<table><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>4</td></tr></table>	2	3	1	4
2	3	1	4		
	(1 балл)				
	12. Расставьте этапы процесса познания в правильной последовательности:				

		1) восприятие информации; 2) осмысление информации; 3) запоминание информации; 4) применение информации Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> (1 балл) 13. Расположите в правильной последовательности стадии формирования навыка: 1) первичное освоение; 2) закрепление и совершенствование; 3) навык становится автоматизированным; 4) ознакомление с новым навыком. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td>4</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> </table> (1 балл) 14. Определите правильную последовательность развития основных психических функций в онтогенезе: 1) внимание; 2) восприятие; 3) память; 4) мышление Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td>1</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> (1 балл) 15. Выстройте этапы решения проблемной ситуации в правильном порядке: 1) поиск решения; 2) определение проблемы; 3) реализация решения; 4) анализ результатов Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td>2</td> <td>1</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> </table> (1 балл)	1	2	3	4	4	1	2	3		1	3	4	2	1	3	4
1	2	3	4															
4	1	2	3															
	1	3	4															
2	1	3	4															

		16. Определите правильную последовательность основных компонентов психологического компонента действия: 1) мотив; 2) действие; 3) потребность; 4) цель Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td>3</td><td>1</td><td>4</td><td>2</td></tr></table> (1 балл) 17. Расположите в правильном порядке этапы формирования установки личности: 1) вовлечение; 2) осознание; 3) принятие; 4) реализация Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr></table> (1 балл) 18. Расположите в правильном порядке этапы волевого действия: 1) принятие решения; 2) возникновение мотива; 3) реализация решения; 4) формирование волевого усилия Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>1</td></tr></table> (1 балл) 19. Расположите в правильном порядке основные новообразования в подростковом возрасте: 1) развитие самосознания; 2) формирование идентичности; 3) становление мировоззрения; 4) развитие рефлексии Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:	3	1	4	2	1	2	3	4	2	1	4	1
3	1	4	2											
1	2	3	4											
2	1	4	1											

		<table><tr><td>1</td><td>3</td><td>4</td><td>2</td></tr></table> (1 балл) 20. Определите верную последовательность фаз развития игровой деятельности в дошкольном возрасте: 1) сюжетно-ролевая игра; 2) манипулятивная игра; 3) режиссерская игра; 4) игра с правилами Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>4</td></tr></table> (1 балл) 21. Соотнесите виды восприятия с их характеристиками: а) зрительное восприятие; б) слуховое восприятие; в) тактильное восприятие; г) обонятельное восприятие 1) воспринимает звуки и шумы; 2) воспринимает форму, размер, цвет объектов; 3) воспринимает запахи; 4) воспринимает прикосновения, текстуру, температуру Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td></tr></table> (1 балл) 22. Установите соответствие между типами внимания и их особенностями: а) произвольное внимание; б) непроизвольное внимание; в) послепроизвольное внимание 1) направлено на интересные или необычные стимулы; 2) требует волевых усилий для концентрации; 3) возникает после длительной работы, не требует дополнительных усилий Запишите выбранные цифры под	1	3	4	2	2	3	1	4	а	б	в	г	2	1	4	3
1	3	4	2															
2	3	1	4															
а	б	в	г															
2	1	4	3															

		соответствующими буквами:		
		а	б	в
		2	1	3

(1 балл)

23. Соотнесите психические процессы с их определениями:

а) ощущение;
б) восприятие;
в) внимание;
г) память;
д) мышление;
е) воображение

1) отражение в сознании отдельных свойств предметов и явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств;
2) процесс и результат закрепления, сохранения и последующего воспроизведения прошлого опыта;
3) направленность и сосредоточенность психической деятельности человека на определенных объектах при отвлечении от других;
4) процесс создания новых образов, представлений на основе имеющегося опыта;
5) высший познавательный процесс, связанный с отражением существенных свойств, связей и отношений предметов и явлений;
6) целостное отражение предметов, ситуаций и событий, возникающее при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторы.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

а	б	в	г	д	е
6	1	3	2	5	4

(1 балл)

24. Соотнесите основные методы психологии с их описанием:

а) наблюдение;
б) эксперимент;
в) тестирование;
г) анкетирование;
д) беседа;

	е) анализ продуктов деятельности 1) целенаправленное, систематическое восприятие психических явлений в естественных условиях; 2) создание особых условий для изучения психических явлений путем активного воздействия на испытуемого; 3) метод получения информации о психологических особенностях человека с помощью стандартизированных вопросов; 4) исследование особенностей личности и деятельности человека на основе анализа продуктов его труда; 5) свободная или целенаправленная форма общения, направленная на получение информации; 6) сбор информации путем заполнения респондентами специально разработанных бланков-опросников. Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td><td>д</td><td>е</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>6</td><td>5</td><td>4</td></tr></table> (1 балл) 25. Соотнесите типы темперамента с их характеристиками: а) холерик; б) сангвиник; в) флегматик; г) меланхолик 1) эмоционально неустойчив, импульсивен, быстро возбудим, но и быстро успокаивается; 2) спокойный, медлительный, плохо приспосабливается к новым условиям, с трудом переключается; 3) жизнерадостный, общительный, оптимистичен, быстро реагирует, но и быстро утомляется. 4) эмоционально неустойчив, склонен к депрессии, пессимистичен, чувствителен, тревожен. Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td></tr><tr><td>1</td><td>3</td><td></td><td>4</td></tr></table> (1 балл)	а	б	в	г	д	е	1	2	3	6	5	4	а	б	в	г	1	3		4
а	б	в	г	д	е																
1	2	3	6	5	4																
а	б	в	г																		
1	3		4																		

		26. Соотнесите виды памяти с их описаниями: а) образная память; б) словесно-логическая память; в) эмоциональная память; г) двигательная память; д) кратковременная память; е) долговременная память 1) запоминание и воспроизведение движений, манипуляций, двигательных действий; 2) запоминание и воспроизведение эмоциональных переживаний и состояний; 3) запоминание и воспроизведение зрительных, слуховых, тактильных и других ощущений и образов; 4) запоминание и воспроизведение понятий, суждений, умозаключений; 5) сохранение информации в течение ограниченного времени; 6) длительное сохранение информации в памяти. Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td><td>д</td><td>е</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>5</td><td>6</td></tr></table> (1 балл) 27. Соотнесите виды мотивации с их описаниями: а) внутренняя мотивация; б) внешняя мотивация; в) положительная мотивация; г) отрицательная мотивация 1) мотивация, основанная на интересе к самой деятельности, удовлетворении от ее процесса и результата; 2) мотивация, основанная на стремлении избежать наказания или получить вознаграждение; 3) мотивация, связанная с осознанием значимости и ценности деятельности для человека; 4) мотивация, связанная с избеганием неприятных последствий, наказания или неудачи. Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td></tr><tr><td></td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr></table>	а	б	в	г	д	е	3	4	2	1	5	6	а	б	в	г		2	3	4
а	б	в	г	д	е																	
3	4	2	1	5	6																	
а	б	в	г																			
	2	3	4																			

		(1 балл) 28. Соотнесите основные психические свойства личности с их определениями: а) характер; б) темперамент в) способности; г) направленность 1) индивидуальные особенности протекания психических процессов и поведения человека; 2) устойчивая система отношений и мотивов поведения личности; 3) совокупность психологических качеств, обеспечивающих успешность выполнения деятельности; 4) индивидуальные особенности личности, определяющие динамику ее психической деятельности. Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>4</td></tr></table>	а	б	в	г	2	1	3	4		
а	б	в	г									
2	1	3	4									
		(1 балл) 29. Соотнесите основные потребности человека с их описаниями: а) физиологические потребности; б) потребности в безопасности; в) социальные потребности; г) потребности в признании и уважении; д) потребности в самоактуализации 1) потребность в стабильности, защищенности, порядке, избегании угроз; 2) потребность в любви, принадлежности к группе, общении, привязанности; 3) потребность в достижении успеха, престижа, статуса, одобрении окружающих; 4) потребность в реализации своего потенциала, развитии способностей; 5) потребность в пище, воде, сне, отдыхе, продолжении рода. Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td><td>д</td></tr><tr><td>5</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr></table>	а	б	в	г	д	5	1	2	3	4
а	б	в	г	д								
5	1	2	3	4								
		(1 балл) 30. Соотнесите основные виды стрессов с их характеристиками:										

		а) физиологический стресс; б) психологический стресс; в) информационный стресс; г) эмоциональный стресс 1) возникает в ответ на сильные эмоциональные переживания, связанные с угрозой, опасностью, конфликтом; 2) вызывается перегрузкой или дефицитом информации, необходимой для принятия решений; 3) возникает в ответ на воздействие физических факторов внешней среды, опасных для организма; 4) связан с психологическими факторами, например, высокой ответственностью, неопределенностью, конфликтами. Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1"><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>2</td><td>1</td></tr></table> (1 балл) 31. На какие разделы делится возрастная психология? ответ: Психология младенца, психология раннего возраста, дошкольная психология, психология младшего школьника, психология подростка, психология юности, психология среднего возраста, психология старости. (2 балла) 32. Что такое «социализация»? ответ: Социализация - процесс вхождения индивида в социальную среду, приобщение к системе социальных связей. (2 балла) 33. Что является предметом возрастной психологии? ответ: Предметом возрастной психологии являются периоды развития, переход от одного возрастного периода к другому, его причины, общие закономерности и тенденции, темп и направленность психического развития в онтогенезе. (2 балла) 34. Что такое ощущение и каковы его основные свойства? ответ: Ощущение - это отражение в сознании человека отдельных свойств предметов и явлений при их непосредственном воздействии	а	б	в	г	3	4	2	1
а	б	в	г							
3	4	2	1							

		на органы чувств. Основные свойства ощущений: - Модальность - специфичность ощущений (зрительные, слуховые, вкусовые и т.д.); - Пороги ощущений - минимальная сила раздражителя, необходимая для возникновения ощущения; - Адаптация - изменение чувствительности анализатора под влиянием раздражителя; - Взаимодействие ощущений - влияние одних ощущений на другие. (2 балла) 35. Что понимается под интеллектом и какие виды интеллекта выделяют? ответ: Интеллект - это общая способность к познанию и решению проблем, включающая в себя способность приобретать знания, применять их на практике, а также способность к логическому мышлению и обучению. Основные виды интеллекта: - Вербальный (или лингвистический) интеллект - связан со способностью к использованию языка и речи - Математический (или логико-математический) интеллект - связан со способностью к логическому мышлению, решению задач - Пространственный интеллект - связан со способностью к зрительному и пространственному мышлению - Кинестетический (или телесно-двигательный) интеллект - связан со способностью к управлению движениями и действиями - Межличностный интеллект - связан со способностью к пониманию других людей - Внутрличностный интеллект - связан со способностью к самопознанию и саморегуляции. (2 балла) 36. Что такое «социальная психология»? Дайте определение. ответ: Социальная психология – это отрасль психологической науки, которая изучает факты, закономерности и механизмы поведения, общения и деятельности личности, обусловленные включённостью их в социальные общности, а также психологические особенности этих общностей. (2 балла) 37. Назовите предмет социальной психологии. ответ: социально-психологические явления и процессы, выступающие результатом

		взаимодействия людей как представителей различных социальных групп; динамика развития межличностных отношений в группах; формы складывающегося общения; конкретные действия личности в различных формах группового объединения; причины и содержание формирования личностных и групповых мотивов, потребностей, установок; групповое влияние на члена группы и т.д. (2 балла) 38. Назовите объект социальной психологии. ответ: это малые и большие группы, а также положение личности в группе. Кроме того – изучение процессов развития личности; процессов межличностного и межгруппового взаимодействия. (2 балла) 39. Назовите задачи социальной психологии. ответ: фундаментальные – связаны с дальнейшим развитием теорий и концепций по мере накопления новых данных; прикладные задачи – выдвигаются буквально из всех сфер общественной жизни и не могут ожидать решения теоретических вопросов. (2 балла) 40. Перечислите отрасли социальной психологии. ответ: этническая психология; психология управления; психология общения; психология конфликтных отношений социальная психология личности; психология межличностных отношений; психология религии; политическая психология и др. (2 балла) Итого: 50 баллов.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Контрольная работа	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий	Студент знает лишь основной материал; на

	(Удовлетворительно)	заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОЦ. 03 Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ № 968 от 11.11.2022 г.

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023 г.

Разработчик ФОС: к.п.н., доцент Касмакова Л.Е.

1 Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств (ФОС)** предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями».

ФОС включает контрольные материалы для проведения, текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями».

2. Объекты оценивания – результаты освоения МДК

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения междисциплинарного курса (МДК) в со ответствии с ФГОС специальности «Физическая культура» и рабочей программой междисциплинарной дисциплины «Основы обучения лиц с особыми образовательными потребностями»:

знания:

- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;
- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
- методы работы в профессиональной и смежных сферах;
- структуру плана для решения задач;
- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;
- место и значение учебного предмета «Физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов;
- общая цель и задачи физического воспитания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов;
- требования и логику планированию учебных занятий по адаптивной физической культуре;
- разновидности и назначение документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания;
- подходы к анализу учебных занятий и внеурочной деятельности.

умения:

- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;
- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;
- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;
- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;
- реализовывать составленный план;
- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);
- находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования процесса физического воспитания обучающихся;
- планировать адаптивное физическое воспитание с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими);

- разрабатывать документы оперативного планирования в со ответствении с методическими требованиями;
- устанавливать со ответствение средств, методов и приемов адаптивного физического воспитания поставленным целям и задачам.

Навыки и/или опыт деятельности:

- определения цели и задач, планирования учебных занятий по адаптивной физической культуре;
- планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся в со ответствении с темой и решаемыми задачами;
- изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования процесса адаптивного физического воспитания обучающихся;
- разработки и ведения документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания, в том числе, электронные формы документации.
- педагогического наблюдения и анализа учебных занятий, внеурочных занятий и мероприятий, в том числе с обучающимися, отнесёнными к медицинским группам.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**:

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 – 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках

3. Формы контроля и оценки результатов освоения МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 8.	ОК 01; ОК 02; ОК 09.	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 01; ОК 02; ОК 09.	Ситуационная задача	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
	ОК 01; ОК 02; ОК 09.	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
макс:				20
МОДУЛЬ 2.	ОК 01;	Практическая	не аттестован	

СЕМЕСТР 8.	ОК 02; ОК 09.	работа	низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 01; ОК 02; ОК 09.	Ситуационная задача	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
	ОК 01; ОК 02; ОК 09.	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 01; ОК 02; ОК 09.	ответ на вопрос зачет	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности

	компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Не зачтено	Не аттестован
51 – 65	зачтено	Низкий уровень
66 – 84	зачтено	Средний уровень
85 – 100	зачтено	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ОК 01; ОК 02; ОК 09.	Знания: - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; - место и значение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов; - общая цель и задачи физического воспитания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов; - требования и логику планированию учебных занятий по адаптивной	1. Составление словаря основных понятий и категорий специальной педагогики и специальной психологии ответ. Специальная педагогика — теория и практика образования лиц с отклонениями в физическом и психическом развитии. Специальная психология — область психологической науки, изучающая людей, для которых характерно отклонение от нормального психического развития, связанное с врождёнными или приобретёнными нарушениями формирования нервной системы. Реабилитация — комплекс мер, направленных на восстановление (компенсацию) нарушенных функций организма, а также социальных функций и трудоспособности больных и инвалидов. Абилитация — первоначальное формирование способностей. Специальное образование — специальные условия для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Коррекция — комплекс мер, направленных на преодоление или развитие недостатков психофизического развития. Интеграция — процесс предоставления человеку равных возможностей. Компенсация — замещение или перестройка нарушенных или недоразвитых функций организма. Дизонтогенез — нарушение развития организма. Социальная адаптация — процесс интеграции человека в общество, в результате которого достигается формирование самосознания и ролевого поведения, способности к самоконтролю и самообслуживанию, адекватных связей с окружающими. Дефект — психический или физический недостаток, вызывающий нарушение нормального развития. 2. Современные подходы к построению системы коррекционной помощи детям с ОВЗ в России и за рубежом (анализ статей

	физической культуре; - разновидности и назначение документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания; - подходы к анализу учебных занятий и внеурочной деятельности. Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; - реализовывать составленный план; - оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); - находить и	журналов и составление тезисов по проблеме организации коррекционно-педагогической помощи детям с отклонениями в развитии). ответ. В России система ранней психолого-педагогической помощи строится на принципах максимального приближения к месту жительства семьи, семейно-центрированного подхода и межведомственного взаимодействия организаций образования с учреждениями здравоохранения и социальной защиты. Также обеспечивается вариативность форм организации ранней коррекционной помощи ребёнку и семье в образовании: семейное воспитание со специальной консультативной психолого-педагогической помощью в условиях дома или в ближайшей к дому образовательной организации. За рубежом в странах Европы большинство детей раннего и дошкольного возраста интегрированы в среду нормально развивающихся сверстников. Психолого-медико-педагогическое сопровождение получают все дети с первых месяцев жизни. 6 Детские учреждения работают в рамках ситуативно-ориентированного подхода к интеграции детей с отклонениями в развитии в среду их нормально развивающихся сверстников. Главная задача взрослых — сформировать у детей индивидуальные и социальные компетенции, которые они смогут применить в конкретных жизненных ситуациях. 3. Изучение содержания диагностических карт для обследования детей с ОВЗ. Анализ продуктов деятельности детей с ОВЗ разных нозологических групп. ответ. Диагностические карты для обследования детей с ОВЗ включают оценку двигательного, сенсорного развития, речевого развития и коммуникации, особенностей взаимодействия с взрослыми и сверстниками, эмоционально-волевой сферы и поведения, предпосылок учебной деятельности, познавательного развития, сформированности навыков самообслуживания. Результаты наблюдения отражают в диагностической карте, для этого выбирают со ответствующий критерий и делают отметку в графе «Результат наблюдения». В графе «Комментарии»

	использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования процесса адаптивного физического воспитания обучающихся; - планировать адаптивное физическое воспитание с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); - разрабатывать документы оперативного планирования в соответствии с методическими требованиями; - устанавливать со стороны средств, методов и приемов адаптивного физического воспитания поставленным целям и задачам. Навыки и/или опыт деятельности: - определения цели и задач, планирования учебных занятий по	конкретизируют оценку и дополняют её. Анализ продуктов деятельности детей с ОВЗ разных нозологических групп предполагает исследование следующих материалов: - продукты деятельности, созданные в игре: фигурки из пластилина, конструкции из разных материалов; - предметы для сюжетно-ролевых игр; - продукты трудовой деятельности: заготовки, поделки на уроках труда; - продуктивные материалы, творческие: рисунки, стихи, заметки, песни, сочинения, аппликации и прочее; - продукты учебных занятий: контрольные работы, черновики, домашние задания. Анализ продуктов деятельности позволяет получить информацию о внутреннем мире ребёнка с ОВЗ, его отношении к окружающей среде, особенностях восприятия и другие стороны психики 4. Методы психолого-педагогического исследования детей с ограниченными возможностями здоровья (изучение специфики применения методов при психолого-педагогическом исследовании детей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп). ответ. Метод наблюдения. Позволяет выявить и оценить такие составляющие деятельности ребёнка, как навязчивые или стереотипные действия, выраженные аффективные и эмоциональные реакции, проявления тревожности. Метод беседы. Предполагает получение психологом информации об особенностях психического развития ребёнка в результате обсуждения их с родителями (педагогами). Метод опроса педагогов (родителей). Осуществляется с применением опросников, то есть методик, содержащих вопросы, на которые родители и педагоги должны ответить в свободной форме (открытый тип опросника) или выбрать из вариантов, предлагаемых в опроснике (закрытый тип). Метод экспериментального изучения ребёнка (психологический эксперимент). Предполагает сбор фактов в специально созданных условиях, обеспечивающих активное проявление изучаемых явлений. Специфика применения методов при психолого-педагогическом исследовании

	адаптивной физической культуре; - планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся в соответствии с темой и решаемыми задачами; - изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования процесса адаптивного физического воспитания обучающихся; - разработки и ведения документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания, в том числе, электронные формы документации. - педагогического наблюдения и анализа учебных занятий, внеурочных занятий и мероприятий, в том числе с обучающимися, отнесёнными к медицинским группам.	детей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп может включать учёт особенностей, например, при изучении детей с нарушениями слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, ранним детским аутизмом, сложными нарушениями развития. 5. Анализ адаптированных образовательных программ для обучающихся с ОВЗ разных нозологических групп. ответ. Содержание и планируемые результаты. Анализу подлежат список планируемых результатов, особенности оценки предметных результатов по учебному предмету и требования к выставлению отметок за промежуточную аттестацию. Специфика учебных планов. Например, включение в отдельные учебные планы специальных учебных предметов, коррекционно-развивающих курсов, увеличение количества учебных часов на освоение ряда предметов, иные сроки начала освоения учебного предмета, исключение учебного предмета либо введение его в адаптированном варианте. Особенности оценочных процедур. При разработке контрольно-измерительных материалов для обучающихся с ОВЗ и критериев оценивания следует учитывать нозологически обусловленные особые образовательные потребности и индивидуальные особенности обучающихся. Например, для обучающихся с нарушениями слуха адаптация может включать сокращение количества заданий в контрольной работе, увеличение времени на выполнение контрольных работ, упрощение заданий за счёт разделения их на отдельные блоки, специальное оформление бланков контрольных работ с учётом особенностей зрительного восприятия и пространственной ориентировки обучающихся с ОВЗ 6. Анализ статей журналов по проблеме использования в коррекционно-развивающем процессе различных методов, средств и технологий обучения и воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями. ответ. Некоторые статьи журналов, в которых

		рассматриваются проблемы использования методов, средств и технологий в коррекционно-развивающем процессе для обучающихся с особыми образовательными потребностями: «Педмастерство». В статье «Коррекционно-развивающие технологии в обучении и воспитании детей в специальной коррекционной школе-интернате VIII вида» автор Ячменева Людмила Викторовна отмечает, что грамотное сочетание традиционных и инновационных технологий развивает у обучающихся познавательную активность, творческие способности и школьную мотивацию. «Современные наукоёмкие технологии». В статье «Технологии коррекционно-развивающей работы на материале учебных текстов в обучении младших школьников с ограниченными возможностями здоровья» автор Тишина Л. А. рассматривает современные проблемы адаптации технологий обучения чтению для детей с ограниченными возможностями здоровья с учётом особенностей их индивидуального познавательного и речевого развития. «Педагогический опыт». Во всероссийском журнале авторских публикаций, конкурсах и конференциях для учителей и воспитателей есть статья «Обучение детей с ОВЗ средствами современных педагогических технологий», в которой говорится о применении информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) в коррекционной работе. Использование ИКТ побуждает ребёнка к занятиям, содействует повышению речевой и познавательной активности, способствует коррекции речевых нарушений и психических функций. «Молодой учёный». В статье «Инновационные коррекционные педагогические технологии» говорится о том, что использование современных образовательных технологий обеспечивает гибкость образовательного процесса, повышает познавательный интерес учащихся, способствует коррекции их недостатков развития и творческой активности. 7. Анализ коррекционно-развивающего занятия детей с умственной отсталостью и ЗПР. ответ.

		Анализ коррекционно-развивающего занятия для детей с умственной отсталостью и ЗПР может включать оценку следующих аспектов: Структура занятия. Обычно включает вводный этап (приветствие, музыкальное сопровождение, хороводно-коммуникативные игры) и заключительный (релаксационные упражнения, прощание). Цели и задачи занятия. Направлены на развитие познавательной деятельности, внимания, памяти, восприятия, мыслительных операций, речи и эмоционально-личностной сферы. Используемые методы и технологии. К ним относятся игровые, информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие и проектные технологии. Наглядность. Её применение важно для упрощения восприятия материала, так как дети с интеллектуальным недоразвитием при восприятии опираются на наглядно-образное мышление. Смена видов деятельности. Это нужно, чтобы учесть слабое внимание, истощаемость и пресыщаемость однообразной деятельностью детей с ограниченными возможностями здоровья. Поддержка спокойной и доброжелательной атмосферы. Учитывая эмоциональную неуравновешенность таких детей, важно с пониманием и терпением воспринимать смены их настроения. Также при анализе можно оценить, насколько задания соответствуют индивидуальным особенностям детей, учитывают их темп изучения материала и уровень развития. 8. Подбор дидактических средств (дидактических игр, игровых упражнений, игровых заданий и др.) для реализации цели просмотренного коррекционно-развивающего занятия. 9. Изучение специального оборудования для организации обучения детей с нарушением слуха, зрения, НОДА. 10. Анализ конспектов занятий с последующей адаптацией их под особые образовательные потребности детей с нарушением зрения, слуха и НОДА (по выбору). 11. Решение ситуационных задач по проблемам нарушения речи детей (по аудио и видеоматериалам). 12. Составление методических рекомендаций

		для педагогов по созданию условий для обучения детей с РАС. 13. Изучение практических рекомендаций, разработанных А. В. Хаустовым: «Формирование коммуникативных навыков у детей с аутизмом». Разработка и представление побуждающих к вербальной имитации и вербальной самостоятельности ситуаций детей с РАС. 14. Новые подходы к организации помощи семьям, воспитывающим проблемных детей. 15. Взаимодействие образовательной организации и семьи при организации инклюзивного обучения. Просветительская деятельность в отношении детей с особыми образовательными потребностями. 16. Основные направления психолого-педагогического сопровождения педагогов, участвующих в образовательном процессе детей с ограниченными возможностями здоровья. 17. Анализ методов и технологий предупреждения профессионального выгорания у специалистов, работающих в условиях инклюзии.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет

		полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Ситуационные задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ситуационные задачи
ОК 01, ПК 3.1, ПК 3.6	Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; - реализовывать составленный план; - оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); - находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования	Задача №1: В 3-м классе учится мальчик с диагнозом ДЦП, который испытывает трудности с письмом. Его почерк неразборчив, а скорость письма очень низкая. Учительница пытается помочь ему, используя различные приемы: специальные ручки, печатные тетради, индивидуальные задания, но видимых улучшений нет. Задание - ответьте на вопросы: 1. Какие еще методы и приемы можно использовать для работы с мальчиком, чтобы помочь ему улучшить почерк и скорость письма? 2. Как адаптировать учебный процесс, учитывая его особенности? ответ: 1а. Специальные приспособления: помимо ручек и тетрадей, можно попробовать использовать специальные приспособления для письма: наклонные линейки, трафареты, штампы с буквами. 1б. Визуализация: использовать картинки, схемы, мнемокарточки для визуального представления материала, что поможет мальчику запомнить информацию и снизить нагрузку на память. 1в. Развитие мелкой моторики: проводить регулярные упражнения для развития мелкой моторики рук: лепка, рисование, конструирование, игры с мелкими деталями. 1г. Индивидуальные задания: составлять индивидуальные задания, учитывая особенности мальчика, например, сокращать объем текста, давать больше времени на выполнение, использовать альтернативные формы работы. 1д. Позитивная мотивация: поощрять успехи мальчика, хвалить его за старание, использовать

	процесса адаптивного физического воспитания обучающихся; - планировать адаптивное физическое воспитание с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); - разрабатывать документы оперативного планирования в соответствии с методическими требованиями; - устанавливать со стороны средств, методов и приемов адаптивного физического воспитания поставленным целям и задачам. Навыки и/или опыт деятельности: - определения цели и задач, планирования учебных занятий по адаптивной физической культуре; - планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся в со	игровую форму обучения. 1е. Работа с логопедом: провести консультацию с логопедом для выявления причин проблем с почерком и получения рекомендаций по его коррекции. 2. Разрешить мальчику пользоваться компьютером, планшетом для выполнения заданий, использовать специальные программы для диктовки и распознавания речи. Задача №2: Девочка с аутизмом, ученица 4-го класса, испытывает сильный страх перед публичными выступлениями. Она отказывается отвечать на уроках, читать вслух, участвовать в школьных мероприятиях. Родители девочки также обеспокоены ее состоянием. Задание - ответьте на вопросы: 1.Как помочь девочке преодолеть страх перед выступлениями? 2.Какие методики и приемы можно использовать? 3.Как создать безопасную и комфортную среду для ее обучения? ответ: 1а. Создание безопасной среды: создать комфортную и безопасную среду для девочки, где она чувствует себя уверенно. Разрешить ей выбирать способы презентации информации: рисунок, презентация, видеоролик, индивидуальное выступление перед учителем. 1б. Постепенная адаптация: начать с небольших выступлений перед небольшим количеством слушателей: например, перед учителем и несколькими друзьями. 2а. Использование игр и упражнений: проводить игры и упражнения, развивающие уверенность в себе, умение выражать свои мысли и чувства. 2б. Ролевая игра: проиграть возможные ситуации с выступлениями в игровой форме. 2в. Поддержка и поощрение: поощрять девочку за любое усилие, хвалить ее за смелость, поддерживать ее перед выступлениями. 2г. Позитивное укрепление: награждать девочку за успехи и усилия, поощрять ее участие в различных мероприятиях. 3. Работа с психологом: провести консультацию с психологом для выявления причин страха и разработки индивидуального плана по преодолению этого состояния.

	ответствии с темой и решаемыми задачами; - изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования процесса адаптивного физического воспитания обучающихся; - разработки и ведения документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания, в том числе, электронные формы документации. - педагогического наблюдения и анализа учебных занятий, внеурочных занятий и мероприятий, в том числе с обучающимися, отнесёнными к медицинским группам.	Задача №3: В 5-м классе учится девочка с синдромом Дауна. Она демонстрирует хорошие способности в области рисования, но испытывает трудности с математикой и чтением. Учительница стремится найти индивидуальный подход к обучению девочки, учитывая ее особенности. Задание - ответьте на вопросы: 1.Как создать индивидуальную программу обучения для девочки, учитывая ее сильные и слабые стороны? 2.Какие методы и приемы можно использовать для обучения чтению и математике? 3.Как интегрировать ее в учебный процесс с учетом ее особенных потребностей? ответ: 1а. Индивидуальная программа обучения: создать индивидуальную программу обучения для девочки, учитывающую ее сильные и слабые стороны. 1б. Визуальное обучение: использовать картинки, схемы, мнемокарточки для обучения чтению и математике, учитывая ее визуальные способности. 2а. Игровые методы: использовать игровые методы обучения, чтобы сделать процесс увлекательным и доступным для девочки. 2б. Практические задания: давать девочке практические задания, чтобы она могла применить свои знания на практике. 2в. Использовать специальные программы для обучения чтению и математике, разработанные для детей с особыми образовательными потребностями. 3а. Адаптация учебного процесса: учитывать особенности девочки при подготовке уроков, например, сокращать объем заданий, давать больше времени на их выполнение. 3б. Инклюзивные практики: создать инклюзивную среду в классе, где девочка чувствует себя комфортно и полноценным участником образовательного процесса.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задачи	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 01; ОК 02; ОК 09.	Знания: - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;	1. Установите правильную последовательность этапов работы с ребенком, имеющим асинхронное развитие, для эффективной организации его обучения: 1) Разработка индивидуальной программы обучения, учитывая зоны актуального и

	- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; - место и значение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов; - общая цель и задачи физического воспитания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов; - требования и логику планированию учебных занятий по адаптивной физической культуре; - разновидности и назначение документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания; - подходы к анализу учебных занятий и внеурочной деятельности.	ближайшего развития. 2) Определение типа и степени асинхронности развития ребенка с помощью психолого-педагогической диагностики. 3) Мониторинг успеваемости ребенка и корректировка образовательной программы при необходимости. 4) Создание мотивационно-побуждающей среды в классе, с учетом интересов ребенка и его сильных сторон. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td></tr></table> 2. Установите правильную последовательность действий при организации обучения ребенка с нарушением зрения: 1) Обеспечить доступность учебного материала с помощью тактильных материалов, рельефно-графических изображений, аудиокниг, специальных программ для компьютера. 2) Провести диагностику остроты зрения, определить особенности его нарушения и подбирать индивидуальные средства реабилитации (очки, контактные линзы). 3) Создать удобную и безопасную среду обучения, учитывая особенности ребенка. 4) Использовать различные методы обучения, учитывая особенности восприятия информации ребенком (например, зрительно-моторное обучение, обучение на основе аудиоматериалов). Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>4</td></tr></table> 3. Установите правильную последовательность					2	1	4	3					2	3	1	4
2	1	4	3															
2	3	1	4															

	Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; - реализовывать составленный план; - оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника); - находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования процесса адаптивного физического воспитания обучающихся; - планировать адаптивное	действий педагога при планировании обучения ребенка с умственной отсталостью: 1) Разработать индивидуальную программу обучения, учитывая уровень умственного развития ребенка, его сильные стороны и зону ближайшего развития. 2) Провести диагностику уровня умственного развития ребенка с помощью специальных тестов и методик. 3) Определить цели и задачи обучения, учитывая особенности ребенка и его потребности. 4) Использовать специальные методы и приемы обучения, которые учитывают особенности восприятия и усвоения информации ребенком. 5) Создать атмосферу доверительных отношений с ребенком, основанную на понимании, поддержке и поощрении. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td></td><td>3</td><td>1</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> 4. Установите правильную последовательность этапов становления теоретических основ инклюзивного образования: 1) Появление концепции инклюзивного образования как варианта обеспечения равного доступа к образованию для всех детей, в том числе с ОВЗ. 2) Развитие специальных методов и приемов обучения и воспитания, учитывающих особенности развития детей с ОВЗ. 3) Формирование общественного признания и понимания необходимости инклюзивного образования, смена общественных установок относительно детей с ОВЗ. 4) Введение законодательных актов, регламентирующих права детей с ОВЗ на образование в инклюзивной среде. 5) Разработка и внедрение инклюзивных образовательных программ и учебных планов. Запишите соответствующую							3	1	4	5
	3	1	4	5								

	физическое воспитание с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); - разрабатывать документы оперативного планирования в соответствии с методическими требованиями; - устанавливать соотвественствие средств, методов и приемов адаптивного физического воспитания поставленным целям и задачам.	последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>2</td></tr></table> 5.Установите правильную последовательность действий, необходимых для предотвращения развития дизонтогенеза: 1) Проведение ранней диагностики и коррекции возможных нарушений в развитии ребенка. 2) Создание благоприятных условий для развития ребенка с учетом его особенностей и потребностей. 3) Профилактика возникновения первичных нарушений в развитии ребенка с помощью медицинских и социальных мероприятий. 4) Своевременное обращение за помощью к специалистам при выявлении первых признаков нарушений в развитии ребенка. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>3</td><td>1</td><td>4</td><td>2</td></tr></table> 6.Соотнесите педагогические закономерности дизонтогенеза с их основными характеристиками: Закономерность: а) Закономерность неравномерности психического развития. б) Закономерность компенсации и субкомпенсации. в) Закономерность критических периодов в развитии. г) Закономерность индивидуализации развития. д) Закономерность социальной обусловленности развития. Характеристика: 1. Определенные периоды развития, когда особо чувствительны к внешним влияниям и формированию определенных функций.						1	3	4	5	2					3	1	4	2
1	3	4	5	2																
3	1	4	2																	

		2. Возможна компенсация нарушенных функций за счет развития других функций, либо субкомпенсация, когда компенсация неполная. 3. Развитие происходит неравномерно, с периодами ускорения и замедления, в разных сферах развития с разной интенсивностью. 4. Развитие определяется не только биологическими факторами, но и социальными условиями, воспитанием, образованием. 5. У каждого ребенка с ОВЗ свой собственный темп и траектория развития, важно учитывать индивидуальные особенности. Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>5</td><td>4</td></tr></table> 7. Соотнесите ключевые компетенции педагога эксклюзивного образования с их основными характеристиками: Компетенция: а) Компетенция в области специальной психологии и педагогики. б) Компетенция в области диагностики и коррекции нарушений в развитии. в) Компетенция в области создания инклюзивной образовательной среды. г) Компетенция в области коммуникации и взаимодействия с детьми с ОВЗ, их родителями и специалистами. д) Компетенция в области разработки и реализации индивидуальных образовательных программ. Характеристика: 1. Понимание принципов и методов специальной педагогики и психологии, знание особенностей развития детей с ОВЗ. 2. Умение проводить психолого-педагогическую диагностику, определять индивидуальные особенности и нужды детей с	А	Б	В	Г	Д						А	Б	В	Г	Д	3	2	1	5	4
А	Б	В	Г	Д																		
А	Б	В	Г	Д																		
3	2	1	5	4																		

		ОВЗ. 3. Умение создавать условия для включения детей с ОВЗ в образовательный процесс, обеспечивать их равные возможности. 4. Умение строить эффективное взаимодействие с детьми с ОВЗ, учитывая их индивидуальные особенности и потребности. 5. Умение разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные программы с учетом особенностей развития каждого ребенка. Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td></td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td></td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> 8. Какое из утверждений наиболее точно описывает понятие «особых образовательных потребностей»? а) Отклонения в физическом развитии ребенка. б) Необходимость в индивидуальном подходе к обучению. в) Трудности в освоении общеобразовательной программы. г) все вышеперечисленное. 9. К какому типу особых образовательных потребностей относится нарушение зрения? а) Физические нарушения. б) Сенсорные нарушения. в) Психические нарушения. г) Социальные нарушения. 10. Что является основой для создания индивидуального образовательного маршрута для ребенка с ОВЗ? а) Психолого-педагогическая диагностика. б) Родительское мнение. в) Медицинская справка. г) Результаты тестирования. 11. Какая из целей является наиболее приоритетной при обучении детей с ОВЗ?	А	Б	В	Г	Д							Б	В	Г	Д		2	3	4	5
А	Б	В	Г	Д																		
	Б	В	Г	Д																		
	2	3	4	5																		

		а) Получение знаний и навыков. б) Социализация и адаптация в обществе. в) Развитие индивидуальных способностей. г) Все вышеперечисленное. 12. Какое из утверждений является наиболее важным для создания инклюзивной среды? а) Наличие специальных учебных программ. б) Присутствие специального педагога в классе. в) Позитивное отношение к детям с ОВЗ. г) Отсутствие барьеров в доступе к образованию. 13. Какие методы обучения наиболее эффективны для детей с ОВЗ? а) Традиционные методы. б) Интерактивные методы. г) Индивидуальные методы. д) Комбинирование различных методов. 14. Какое из следующих утверждений является ошибочным в отношении инклюзивного образования? а) Инклюзивное образование направлено на создание единой образовательной среды для всех детей. б) Инклюзивное образование предусматривает отдельное обучение детей с ОВЗ. в) Инклюзивное образование способствует развитию толерантности и уважения к разнообразию. г) Инклюзивное образование позволяет детям с ОВЗ интегрироваться в общество. 15. Что является основным принципом при организации образовательного процесса для детей с ОВЗ? а) Индивидуализация. б) Дифференциация. в) Компенсация. г) Все вышеперечисленное. 16. Какое из утверждений является наиболее точным в отношении инклюзивного образования в России? а) Инклюзивное образование является обязательным для всех школ. б) Инклюзивное образование является добровольным для школ. в) Инклюзивное образование находится в стадии развития.

		г) Инклюзивное образование не реализуется в России. 17. Какие профессиональные компетенции необходимы учителю, работающему с детьми с ОВЗ? а) Знание специальной педагогики. б) Умение работать с различными видами инвалидности. в) Умение создавать инклюзивную среду. г) Все вышеперечисленное. 18. Какая из следующих методик не является специальной методикой обучения детей с ОВЗ? а) Методика тифлопедагогики. б) Методика сурдопедагогики. в) Методика логопедии. г) Методика развивающего обучения. 19. Дать ответ на вопрос: Что такое инклюзивное образование? ответ: Инклюзивное образование — это подход к обучению, при котором учащиеся с особыми образовательными потребностями интегрируются в общеобразовательную среду. Целью является создание доступной и принимающей всех учебной среды, где каждый ученик может учиться и развиваться вместе со сверстниками. 20. Дать ответ на вопрос: Какие методы обучения эффективны для детей с нарушениями аутистического спектра? ответ: для детей с нарушениями аутистического спектра часто используются визуальные поддержки, структурированное обучение, поведенческие техники и социальные истории. Важно также обеспечить предсказуемость и последовательность в процессе обучения. 21. Дать ответ на вопрос: Какие принципы лежат в основе индивидуального образовательного плана (ИОП)? ответ: ИОП разрабатывается на основе индивидуальных потребностей ученика и включает в себя адаптированные учебные цели, методы обучения, а также необходимые условия и ресурсы. Основные принципы ИОП — это индивидуализация, гибкость и

		регулярная оценка прогресса.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

ОЦ.04 Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы

по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань 2024г.

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ № 968 от 11.11.2022 г.
- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023 г.

Разработчик ФОС: Минина Л.Б.

1 Паспорт фонда оценочных средств

1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения дисциплины в соответствии с ФГОС специальности «Физическая культура» и рабочей программой дисциплины ««Русский язык и культура профессиональной коммуникации педагога».

знания:

- особенности социального и культурного контекста;
- правила оформления документов и построения устных сообщений;
- правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;
- основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика)
- лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;
- особенности произношения;
- правила чтения текстов профессиональной направленности

умения:

- грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе
- понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;
- участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;
- строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности;
- кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);
- писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **общих компетенций**:

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

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

3. Формы контроля и оценки результатов освоения дисциплины

**Структура оценки сформированности компетенций на этапе
текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины**

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1.		Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
		Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
макс:				20
МОДУЛЬ 2.		Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
		Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

**Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной
аттестации**

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 05; ОК 09	Устный опрос	– не аттестован	0 – 14
		– низкий	15 – 32
		– средний	33 – 42
		– высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Не зачтено	Не аттестован
51 – 65	зачтено	Низкий уровень
66 – 84	зачтено	Средний уровень
85 – 100	зачтено	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ОК 05	Знания: - особенности социального и культурного контекста; - правила оформления документов и построения устных сообщений; - правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; - основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) - лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; - особенности произношения; - правила чтения текстов профессиональной направленности Умения: - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе - понимать общий смысл четко произнесенных	1. Составление текста публичного выступления по теме «Экологические вызовы современности». 2. Составление текста публичного выступления по теме «Влияние технологий на образ жизни» 3. Составление текста публичного выступления по теме «Образование и карьера в XXI веке» 4. Составление текста публичного выступления по теме «Социальные сети и их влияние на общество». 5. Составление текста публичного выступления по теме «Здоровый образ жизни и фитнес». 6. Составление текста публичного выступления по теме «Психология саморазвития». 7. Составление текста публичного выступления по теме «Глобализация и международные отношения». 8. Составление текста публичного выступления по теме «Искусство и культура в современном мире». 9. Составление текста публичного выступления по теме «Наука и новые открытия». 10. Составление текста публичного выступления по теме «Этика и мораль современного общества». 11. Составление текста публичного выступления по теме « Нужно ли читать классическую литературу». 12. Составление текста публичного выступления по теме 13. Составление текста публичного выступления по теме « Я – тренер - преподаватель». 14. Составление текста публичного выступления по теме « Образование-единственная ценность , не поддающаяся девальвации» (М.Тэтчер) 15. Составление текста публичного выступления по теме « Сильнее всех – владеющий собой» (Сенека).

	высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); - писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы.	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет

		полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы										
ОК 05 ОК 09	Знания: - особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений - правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; -основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) -лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; -особенности произношения; -правила чтения текстов профессиональной направленности Умения; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в	1.Выберите вариант ответа. Умение соотносить языковые средства с целями, задачами и условиями общения, организовывать речь с учётом социальных норм поведения определяется как: а) коммуникативная компетентность; б) культура речи; в)эффективность общения г) искусство красноречия. 2.Выберите вариант ответа. Язык- это: а) набор текстов; б) знание правил; в)знаковая система. 3. Выберите вариант ответа. Обработанную форму общенародного языка, обладающую письменно закреплёнными нормами и обслуживающую различные сферы человеческой деятельности, называют: а) литературным языком; б) художественным языком; в) современным языком. 4.Установите соответствия. <table><tr><th>Функция языка</th><th>Название функции</th></tr><tr><td>А) функция общения</td><td>1) валюнтативная</td></tr><tr><td>Б) функция сохранения и передачи информации</td><td>2) коммуникативная</td></tr><tr><td>В) функция воздействия</td><td>3) аккумулятивная</td></tr><tr><td>Г) функция мышления</td><td></td></tr></table>	Функция языка	Название функции	А) функция общения	1) валюнтативная	Б) функция сохранения и передачи информации	2) коммуникативная	В) функция воздействия	3) аккумулятивная	Г) функция мышления	
Функция языка	Название функции											
А) функция общения	1) валюнтативная											
Б) функция сохранения и передачи информации	2) коммуникативная											
В) функция воздействия	3) аккумулятивная											
Г) функция мышления												
		Запишите выбранные буквы под										

	рабочем коллективе понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); - писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы.	соответствующие цифры:								
	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	1	2	3	4					
	1	2	3	4						
	ответ:									
	<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td>В</td><td>А</td><td>Б</td><td></td></tr></table>	1	2	3	4	В	А	Б		
	1	2	3	4						
	В	А	Б							
	5. Выберите вариант ответа. Познавательная функция языка – это: 1) функция общения; 2) функция сохранения и передачи информации; 3) функция воздействия; 4) функция мышления.									
	6. Выберите правильные варианты ответа. Назовите формы существования языка: А) диалект; Б) художественный язык; В) просторечие; Г) жаргон; Д) литературный язык.									
7. Установите соответствия										
<table><tr><td>определение</td><td>название</td></tr><tr><td>А) речь людей одной местности</td><td>1) жаргон</td></tr><tr><td>Б) речь социальных профессиональных групп людей, объединенных общностью занятий, интересов, социального положения и т. ;</td><td>2) диалект</td></tr><tr><td>В) речь неграмотных людей</td><td>3) просторечие</td></tr></table>	определение	название	А) речь людей одной местности	1) жаргон	Б) речь социальных профессиональных групп людей, объединенных общностью занятий, интересов, социального положения и т. ;	2) диалект	В) речь неграмотных людей	3) просторечие		
определение	название									
А) речь людей одной местности	1) жаргон									
Б) речь социальных профессиональных групп людей, объединенных общностью занятий, интересов, социального положения и т. ;	2) диалект									
В) речь неграмотных людей	3) просторечие									
Запишите выбранные буквы под соответствующие цифры:										
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	1	2	3							
1	2	3								
ответ:										
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>Б</td><td>А</td><td>В</td></tr></table>	1	2	3	Б	А	В				
1	2	3								
Б	А	В								
8. Выберите вариант ответа. Что не является коммуникативным качеством хорошей речи? А) правильность; Б) выразительность; В) бедность; Г) чистота.										

		9. Выберите вариант ответа. Выберите языковые средства, разрушающие чистоту речи: А) диалектизмы; В) жаргонизмы Б) неологизмы; Г) архаизмы. 10. Установите соответствия слов нейтральной стилистической окраски и старославянизмов. <table><tr><th>Слова нейтральной стилистической окраски</th><th>Старославянизмы</th></tr><tr><td>А) щёки</td><td>1) ветрило</td></tr><tr><td>Б) открыться</td><td>2) алкать</td></tr><tr><td>В) сильно желать</td><td>3) ланиты</td></tr><tr><td>Г) война</td><td>4) разверзнут ся</td></tr><tr><td>Д) парус</td><td>5) одр</td></tr><tr><td>Е) рассвет</td><td>6) длань</td></tr><tr><td>Ж) ладонь</td><td>7) денн ца</td></tr><tr><td>З) постель</td><td>8) брань</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ж</td><td>З</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ж</td><td>З</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>2</td><td>8</td><td>1</td><td>7</td><td>6</td><td>5</td></tr></table> 11. Выберите вариант ответа. В каком слове произносится звук [б']? 1) голубь; 2) гибкий; 3) беречь; 4) обыграть 12. Выберите вариант ответа. В каком слове произносится звук [в']? 1) воевать 2) бровь 3) впадать; 4) обвинить 13. Выберите вариант ответа В каком слове буква, обозначающая ударный гласный, выделена ВЕРНО? 1) Эксперт 2) кухОнный 3) ходатАйство 4) закУпорить 14. Выберите вариант ответа В каком слове буква, обозначающая ударный	Слова нейтральной стилистической окраски	Старославянизмы	А) щёки	1) ветрило	Б) открыться	2) алкать	В) сильно желать	3) ланиты	Г) война	4) разверзнут ся	Д) парус	5) одр	Е) рассвет	6) длань	Ж) ладонь	7) денн ца	З) постель	8) брань	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З									А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	3	4	2	8	1	7	6	5
Слова нейтральной стилистической окраски	Старославянизмы																																																			
А) щёки	1) ветрило																																																			
Б) открыться	2) алкать																																																			
В) сильно желать	3) ланиты																																																			
Г) война	4) разверзнут ся																																																			
Д) парус	5) одр																																																			
Е) рассвет	6) длань																																																			
Ж) ладонь	7) денн ца																																																			
З) постель	8) брань																																																			
А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З																																													
А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З																																													
3	4	2	8	1	7	6	5																																													

		гласный, выделена ВЕРНО? 1)ТортЫ 2) дОнельзя 3) столЯр 4) искрА 15. Выберите вариант ответа В каком слове буква, обозначающая ударный гласный, выделена ВЕРНО? 1)АпОстроф 2) чЕрпать 3) пОняла 4) втридОрога 16. Дать ответ на вопрос: Что такое качественная речь? ответ: Качественная речь – это речь, отвечающая нормам литературного языка и обеспечивающая успешную коммуникацию с собеседником в различных сферах общения. 17.Восстановите последовательность предложений, чтобы получился относительно законченный текст. 1. Мещора – остаток лесного океана. 2. В просветах между соснами косыми срезами лежит солнечный свет.3. Мещорские леса величественны, как кафедральные соборы. 4. Даже старый профессор, ничуть не склонный к поэзии, написал в исследовании о Мещорском крае такие слова: « Здесь, в могучих сосновых борах, так светло, что на сотни шагов вглубь видно пролетающую птицу». 5. Стаи птиц со свистом и лёгким шумом разлетаются в стороны. 6. По сухим сосновым борам идёшь, как по глубокому дорожному ковру, - на километры земля покрыта сухим, мягким мхом. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>1</td><td>3</td><td>4</td><td>6</td><td>2</td><td>5</td></tr></table>							1	3	4	6	2	5
1	3	4	6	2	5									

		18. Установите соответствия видов общения и основанием классификации. <table><tr><td>Основание классификации</td><td>Виды общения</td></tr><tr><td>А) по числу участников</td><td>1) вербально- невербальное</td></tr><tr><td>Б) по расположению в пространстве и отношению ко времени</td><td>2) официальное- неофициальное</td></tr><tr><td>В) по установочной задаче</td><td>3) контактное - дистантное</td></tr><tr><td>Г) по форме</td><td>4) фактическое - нефактическое</td></tr><tr><td>Д) о внешним условиям и облюдению социальных ролей</td><td>5) межличностное, групповое и массовое</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td>5</td><td>3</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td></tr></table> 19. Что такое невербальное общение? Перечислите его функции. ответ: Невербальное общение — <u>передача информации без слов</u>; с помощью жестов, интонаций, мимики, зрительного контакта. У него есть несколько основных функций. Дополнение. Невербальные сигналы	Основание классификации	Виды общения	А) по числу участников	1) вербально- невербальное	Б) по расположению в пространстве и отношению ко времени	2) официальное- неофициальное	В) по установочной задаче	3) контактное - дистантное	Г) по форме	4) фактическое - нефактическое	Д) о внешним условиям и облюдению социальных ролей	5) межличностное, групповое и массовое	А	Б	В	Г	Д						А	Б	В	Г	Д	5	3	4	1	2
Основание классификации	Виды общения																																	
А) по числу участников	1) вербально- невербальное																																	
Б) по расположению в пространстве и отношению ко времени	2) официальное- неофициальное																																	
В) по установочной задаче	3) контактное - дистантное																																	
Г) по форме	4) фактическое - нефактическое																																	
Д) о внешним условиям и облюдению социальных ролей	5) межличностное, групповое и массовое																																	
А	Б	В	Г	Д																														
А	Б	В	Г	Д																														
5	3	4	1	2																														

		подкрепляют значение сказанных слов. Например, мы говорим «да» и киваем головой в знак согласия. Хвалим кого-то и одобрительно похлопываем по плечу. Говорим, что нам больно что-то слышать, и обиженно поджимаем губы. Замещение. Невербальные сигналы могут заменять слова в тех случаях, когда нам нужно передать собеседнику простую информацию. Так, соглашаясь на что-то, мы можем не говорить «да», а просто кивнуть в ответ. Собеседник нас поймет. Модификация. Невербальные сигналы могут усиливать, ослаблять или частично изменять смысл того, что мы говорим другому. Так, повышая голос во время неприятного разговора, мы даем понять — не произнося этого, — что рассержены. Улыбаясь и используя доброжелательные интонации, мы смягчаем критику в адрес другого человека. Опровержение. Иногда невербальные сигналы не подкрепляют сказанное словами и даже противоречат им. Например, мы можем на что-то согласиться, но наша мимика, жесты интонация будут показывать, что на самом деле мы не хотим этого делать. 20. Дайте определение понятию «корпоративная этика»? ответ: Под этикой подразумевают правила и нормы поведения из какой-либо области коммуникации человека с человеком. Корпоративная этика – это тоже система норм и правил, только относятся они к взаимодействию людей внутри одной компании или к коммуникации с другими организациями. Под действие корпоративной этики попадают как рядовые сотрудники, так и руководители. Три основных блока корпоративной этики: Идеологические аспекты бизнеса (миссия, ценности, устав, моральный кодекс). Все осязаемые, материальные объекты (дизайн, дресс-код, внутренние регламенты, стандарты общения). Неформализованные правила (не прописаны на бумаге, но укоренились и определяют мотивы, действия и реакции сотрудников).

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ОК 05 ОК 09	Знания: - особенности социального и культурного контекста; - правила оформления документов и построения устных сообщений; - правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; - основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) - лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; - особенности произношения; - правила чтения текстов профессиональной направленности Умения: - грамотно излагать свои мысли и	Прочитайте текст с соблюдением акцентологических и орфоэпических норм.. Текст №1 Сегодня победительнице конкурса вручат как приз договор о рекламном туре на год. Также жюри решило её премировать: фотографии будущей звезды бесплатно разместят в каталоге. Как Мария восприняла победу, мы расскажем из следующего выпуска новостей. А сейчас расскажем вам о том, как проводят свой досуг юные необычные украинцы. Еще совсем молодые, не окончившие колледж, они вовсе не смущаются, когда дают интервью. А ведь они не просто учащиеся из обычных семей, они сироты. Задание черпать знания- для них не обязанность, а увлечение, так как всё свободное время ребята проводят в научном центре. Все они эксперты в школьных науках. Текст 2 Сегодня мы находимся на кондитерской фабрике. Конфеты. Торты, рулеты – прочая продукция данной фабрики. На производство постоянно поступают центнеры сахарного песка и муки. Хаос тут недопустим. Процесс изготовления сладкой продукции идёт по чёткому расписанию в определённых цехах. Что же внутри сладкого цеха? Большой стол на фабрике лишь отдалённо похож на наш кухонный. Над нами, как вы видите, находится трубопровод. На окнах – жалюзи. А работы у тружениц ещё непочатый край; украсить торт. Для красного оттенка использован краситель, добытый из свёклы, для синего – сливовый. Какой торт самый

	оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); - писать простые связные сообщения на знакомые или интересные профессиональные темы.	лучший, определит экспертная комиссия – вы, покупатели. Текст №3. Розовые банты красивее белых. Я балую своих детей подарками. Мы вам вечером позвоним. Подписан коллективный договор на предстоящий год, и вам позвонят сообщить детали. Решили купить товар оптом на оптовом рынке. Будем работать с каталогом. Когда же включают свет? Наблюдается сосредоточение войск на границе. Не люблю сливовое варенье. Купила в бутике мягкий пуловер. Вы любите суп со щавелем? Мой бизнес – полиграфия. Крестный ход –торжественное шествие вокруг храма. Будь по-вашему, вы правы. Красивые у вас жалюзи. В доме есть мусоропровод. Победитель ушёл без приза. Нам было завидно и обидно. Вас уведомят о начале заседания. Лифты отремонтировали в срочном порядке. Коллегу решили премировать и командировать за рубеж. Текст №4 Она, как червь, во мне жила, изгрызла душу и сожгла. Она мечты мои звала. 2.Скакун лихой, ты господина из боя вынес как стрела, но злая пуля осетина его во мраке догнала. 3 В груди проснулись желания, во взоре слёзы родились. 4 И стали три пальмы на Бога роптать; на то ль мы родились, чтоб здесь увядать... 5 Не будь на то Господня воля, не отдали б Москвы. Текст №5 После долгой зимы Нина в первый раз собралась на дачу. В городе она загодя сделала покупки, чтобы вовремя успеть на автобус. Когда машина отбыла от вокзала, украшенного мозаичным панно, Нина, сидя в мягком кресле, задумалась о том, как вручит соседям подарки, наделит каждого, потом обзвонит друзей и пригласит в гости. Вспомнила ,что забыла купить спички. Но ничего –одолжит у соседей. Прибыв в посёлок засветло, Нина ненадолго остановилась у берега речки, который заняли рыбаки. К своему домику она медленно кралась, чтобы не задеть ветки сирени, согнутые под тяжестью цветов. Она подумала, что эти кусты разрослись донельзя, поэтому отцветшая сирень насорит цветами. Утром женщина влилась в работу: откупила водопровод, посеяла свеклу, очистила любимую яблоню от

		наростов. Нину порадовало, что эта яблоня еще долго будет плодоносить. Начавшийся сезон работы не смог озлобить садовода, потому что она любила баловать семью урожаем. Текст №6 В здание аэропорта требуются работники по обслуживанию пассажиров. Кандидаты на вакантные должности могут иметь различное вероисповедание и гражданство, но не должны носить бороду. На собеседование нужно прийти, имея на одежде два банта как знаки отличия. Также требуются бухгалтеры. Но претенденты должны предоставить справки из наркологического диспансера, и их фамилии не должны писаться через дефис. Также требуются специалисты по оптовому продвижению корпоративных продуктов, представленных в наших магазинах: тортов, сливового и грушевого сока, кухонных принадлежностей, мозаичных украшений, шарфов, товаров для досуга. Привлекать покупателей сможете дешевизной товаров. Надеемся, что вас привлечет возможность работать в самом крупном аэропорте страны! Текст №7 Гости, нарядные, один красивее другого: с бантами на голове, яркими шарфами на шее, остановив такси, попросили шофера подъехать прямо к дому именинника. Километр пути – и вот уже показалась знакомая новостройка. Дом заселен наполовину. В подъезде темно. - Давайте включим свет и позвоним в квартиру! Дверь открыл улыбающийся мужчина. «У него не прикус! И зубы не мешало бы запломбировать!» - подумали гости. Не прошло и пяти минут, как все уже сидели за столом. Именинник, закрыв жалюзи на окне, приказал откупорить бутылку шампанского. Был поднят первый тост в честь «новорожденного». Виновник торжества, принимая подарки, говорил одну и ту же фразу: «Не надо меня так баловать!» Гости мастерски «отвешивали» хозяину стола комплименты, восхищаясь свекольным салатом, жареной камбалой, сливовым компотом и, конечно же, вкусным шоколадным тортом! Гости разных возрастов, все довольные, напившись допьяна, наевшись досыта,

		разошлись уже за полночь! Текст №8 1. У Татьяны Лукиничны ребенок заболел коклюшем. Поэтому Ирина Никитична поедет на оптовые склады за сливовым вареньем в глиняных горшочках. Несколько горшочков придется откупорить, чтобы проверить качество товара. Хотелось бы, чтобы Ирина Никитична просмотрела каталог за этот месяц, там есть выгодные предложения для покупателей, и заключила договор с поставщиками. Эти предложения - удачный маркетинговый ход. За активную деятельность предлагаю премировать наиболее активных сотрудников. Текст №9 Через квартал работают маляр и столяр ремонтируют диспансер. Возьмут за работу сносно, а не втридорога. Крыша уже начала ржаветь, а стены заплесневели. Работы порядочно. Водопровод тоже в плачевном состоянии, придется поутру вызвать сантехников. Текст 10 Барышни выглядели весьма интересно: полосатые шарфы и яркие банты привлекали внимание обывателей. Обуты девушки были еще более экстравагантно: одна туфля зеленая лаковая, другая – сливового цвета. Рядом шел молодой человек в сером пуловере, он нес огромные торты с арахисовым маслом. Его принудили тащить на себе эту нелегкую ношу. Впрочем, все трое были нагружены изрядно: одна из барышень едва волочила коробку с кухонным комбайном, другая – гладильную доску. Компания двигалась в сторону аэропорта. Текст №11 Начавшийся августовский вечер радовал своей теплотой. Легкая дремота окутала весь замок. На мозаичном полу резвились солнечные зайчики. Мраморные статуи светились в послеполуденном солнце. Аристократия ходатайствовала о снижении налогов с населения в связи с продолжавшейся засухой. Король не знал, где изыскать средства на тигровую мантию для королевы. Весь бюджет за прошлый месяц был потрачен на приобретение фарфора. А королева черпала вдохновение из проповеди своего духовника. Текст 12 «Туфелька, инфузория-туфелька... --

		размышлял молодой человек, рассматривая форзац учебника с прекрасной полиграфией. -- И вовсе не туфля, а какая-то подошва. К тому же явная ассиметрия. И кому в голову пришло такое сравнение!» Текст 13 На обед будут тефтели, картофель, запеченный в фольге, и суп с гренками (это лучше, чем ломоть хлеба!), а на десерт пирожные с арахисовым маслом и айвовым джемом. -- О, ты меня балуешь! А пирожные куплены в ближайшей булочной или кулинарии? -- В булочной. Я решила облегчить себе задачу, к тому же это лучшая булочная во всем городе! -- Сегодня могу задержаться у тебя дотемна! Сделай кофе, а то накатывает дремота... -- Погоди, кто-то звонит в дверь... Текст №14 Это была небольшая комнатка с круглым столом в центре. Чайный фарфоровый сервиз резко контрастировал с иссиня-черной скатертью в крупные маки. Хозяева – страстные любители иконописи ждали гостей. Стены комнатки были украшены небольшими репродукциями, на самой крупной из них -- изображение тайной вечери. Дочь хозяев – милая девушка на выданье -- листала Евангелие, мельком поглядывая на часы. И наконец гость явился, держа в руках веточки вербы и шкатулку в виде ракушки, в которой лежала цепочка. Гостю помогли снять шинель и усадили за стол. Текст 15 Через квартал работают маляр и столяр ремонтируют диспансер. Возьмут за работу сносно, а не втридорога. Крыша уже начала ржаветь, а стены заплесневели. Работы порядочно. Водопровод тоже в плачевном состоянии, придется поутру вызвать сантехников. 3. Барышни выглядели весьма интересно: полосатые шарфы и яркие банты привлекали внимание обывателей. Обуты девушки были еще более экстравагантно: одна туфля зеленая лаковая, другая – сливового цвета. Рядом шел молодой человек в сером пуловере, он нес огромные торты с арахисовым маслом. Его принудили тащить на себе эту нелегкую ношу. Впрочем, все трое были нагружены изрядно:

		одна из барышень едва волочила коробку с кухонным комбайном, другая – гладильную доску. Компания двигалась в сторону аэропорта. 4. Начавшийся августовский вечер радовал своей теплотой. Легкая дремота окутала весь замок. На мозаичном полу резвились солнечные зайчики. Мраморные статуи светились в послеполуденном солнце. Аристократия ходатайствовала о снижении налогов с населения в связи с продолжавшейся засухой. Король не знал, где изыскать средства на тигровую мантию для королевы. Весь бюджет за прошлый месяц был потрачен на приобретение фарфора. А королева черпала вдохновение из проповеди своего духовника. 5. Королева готовилась к балу в честь рождения принцессы. Прежде чем войти в покои новорожденной, король кашлянул, таким образом оповестив о своем визите. Королева сообщила, что на балу главный танец будет исполнен лучшими танцовщиками и танцовщицами. «Да, затраты будут отнюдь не мизерными, вдесятеро-вдесятеро раз больше, чем предполагалось!» -- подумал король, почесав брюшко, обтянутое изжелта-красными панталонами. 6. «Туфелька, инфузория-туфелька... -- размышлял молодой человек, рассматривая форзац учебника с прекрасной полиграфией. -- И вовсе не туфля, а какая-то подошва. К тому же явная ассиметрия. И кому в голову пришло такое сравнение!» Текст 16 На обед будут тефтели, картофель, запеченный в фольге, и суп с гренками (это лучше, чем ломоть хлеба!), а на десерт пирожные с арахисовым маслом и айвовым джемом. -- О, ты меня балуешь! А пирожные куплены в ближайшей булочной или кулинарии? -- В булочной. Я решила облегчить себе задачу, к тому же это лучшая булочная во всем городе! -- Сегодня могу задержаться у тебя дотемна! Сделай кофе, а то накатывает дремота... -- Погоди, кто-то звонит в дверь... Текст 16 Это была небольшая комнатка с круглым столом в центре. Чайный фарфоровый сервиз резко контрастировал с иссиня-черной

		скатертью в крупные маки. Хозяева – страстные любители иконописи ждали гостей. Стены комнатки были украшены небольшими репродукциями, на самой крупной из них -- изображение тайной вечери. Дочь хозяев – милая девушка на выданье -- листала Евангелие, мельком поглядывая на часы. И наконец гость явился, держа в руках веточки вербы и шкатулку в виде ракушки, в которой лежала цепочка. Гостю помогли снять шинель и усадили за стол. Текст 17 Выполняя договоры, Инженеры и шофёры, Столяры и маляры Потрудились все на славу. Чтоб за месяц до зимы Возвести домов кварталы. 10. Алфавит и каталог, Монолог и диалог, Договор, агент, дремота – Правильно сказать охота. Километр, гектар, партер, Глянь в словарь, там есть пример: Распоясался, ремень, искра, Мне звонят, щавель. Петля заржаветь не сможет, Ей столяр тотчас поможет. Доктор вылечит коклюш. Красивее на юбку плюш. Танцовщица идет по кругу. Плато красивое на юге.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные

		знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 05 ОК 09	Знания: - особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений - правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; -основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) -лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; -особенности произношения; -правила чтения текстов профессиональной направленности Умения; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной	1. Определите функционально-смысловой тип текста. <i>Всю ночь огонь костра то разгорается, то гаснет. Листва берез висит не шелохнувшись. Роса стекает по белым стволам. И слышно, как где-то далеко - кажется, за краем земли-хрипло кричит старый петух в избе лесника. В необыкновенной, никогда не слыханной тишине зарождается рассвет. Небо на востоке зеленеет. Голубым хрусталем загорается на заре Венера. Это лучшее время суток. (К. Паустовский)</i> А) повествование; Б) рассуждение; В) описание. 2. Определите функционально-смысловой тип текста. <i>После прилета скворцы бегают в саду по дорожкам, заглядывая под каждый листик, охотятся в поле, в лесу, на пахине, собирают корм. Сидя на ветке дерева, трепеща черными крылышками, скворец распевает по утрам и вечерам свои звонкие песни. (По И.Соколову-Микитову)</i> А) повествование; Б) рассуждение; В) описание. 3. Определите функционально-смысловой тип текста. <i>Любите чтение, потому что литература дает вам обширнейший и глубочайший опыт жизни. Она делает человека интеллигентным, развивает в нем не только чувство красоты, но и понимание- понимание жизни, всех ее сложностей, служит проводником в другие эпохи и к другим народам, раскрывает перед вами сердца людей- словом, делает вас мудрыми. (Д.Лихачев)</i> А) повествование; Б) рассуждение; В) описание.

	тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); - писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы.	описание. 4. Выберите вариант ответа. Функциональный стиль – это: А) разновидность литературной речи; Б) особая форма речи; В) вид речевой деятельности. 5. Выберите вариант ответа. Для разговорной речи характерны: а) кодификация; б) неподготовленность; в) тематическое единство. 6. Установите соответствия <table><tr><td>функциональный стиль речи</td><td>цель</td></tr><tr><td>А) научный стиль</td><td>1) убеждать людей.</td></tr><tr><td>Б) официально-деловой стиль</td><td>2) передавать знания, обобщать информацию;</td></tr><tr><td>В) публицистический стиль</td><td>3) обмениваться информацией</td></tr><tr><td>Г) разговорный стиль</td><td>4) организовывать работу</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>2</td><td>4</td><td>1</td><td>3</td></tr></table> 7. Установите со ответствия. <table><tr><td>Функциональный стиль речи</td><td>жанры</td></tr><tr><td>А) научный стиль</td><td>1)репортаж, памфлет, фельетон</td></tr><tr><td>Б) оф циально-деловой стиль</td><td>2)доклад, реферат. диссертация</td></tr><tr><td>В)публицистический стиль</td><td>3)автобиография, заявление, протокол, доверенность</td></tr></table>	функциональный стиль речи	цель	А) научный стиль	1) убеждать людей.	Б) официально-деловой стиль	2) передавать знания, обобщать информацию;	В) публицистический стиль	3) обмениваться информацией	Г) разговорный стиль	4) организовывать работу	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	2	4	1	3	Функциональный стиль речи	жанры	А) научный стиль	1)репортаж, памфлет, фельетон	Б) оф циально-деловой стиль	2)доклад, реферат. диссертация	В)публицистический стиль	3)автобиография, заявление, протокол, доверенность
функциональный стиль речи	цель																																			
А) научный стиль	1) убеждать людей.																																			
Б) официально-деловой стиль	2) передавать знания, обобщать информацию;																																			
В) публицистический стиль	3) обмениваться информацией																																			
Г) разговорный стиль	4) организовывать работу																																			
А	Б	В	Г																																	
А	Б	В	Г																																	
2	4	1	3																																	
Функциональный стиль речи	жанры																																			
А) научный стиль	1)репортаж, памфлет, фельетон																																			
Б) оф циально-деловой стиль	2)доклад, реферат. диссертация																																			
В)публицистический стиль	3)автобиография, заявление, протокол, доверенность																																			

		Запишите выбранные цифры под соответствующие буквы: <table border="1"> <tr> <td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr> <tr> <td></td><td></td><td></td></tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr> <tr> <td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr> </table> 8. Выберите вариант ответа. Выберите признак, характеризующий реферат. А) обмен мнениями по какому-либо вопросу; Б) композиционно организованное, обобщенное изложение содержания книги; В) развернутое сообщение на определенную тему. 9. Выберите вариант ответа Что такое заявление? А) средство делового взаимодействия между фирмами и организациями; Б) документ, в котором даются руководящие указания по определенному вопросу; В) письменное обращение частного лица в государственное учреждение по вопросу личного характера. 10. Что такое характеристика? А) письменное подтверждение лица, получившего ценности; Б) документ, в котором дается отзыв о трудовой и общественной деятельности человека; В) документ, подтверждающий право уполномоченного лица совершать какие-либо действия. 11. Что такое расписка? А) письменное подтверждение лица, получившего ценности; Б) документ, в котором дается отзыв о трудовой и общественной деятельности человека; В) документ, подтверждающий право уполномоченного лица совершать какие-либо действия. 12. Что такое доверенность? А) письменное подтверждение лица,	А	Б	В				А	Б	В	2	3	1
А	Б	В												
А	Б	В												
2	3	1												

		получившего ценности; Б) документ, в котором дается отзыв о трудовой и общественной деятельности человека; В) документ, подтверждающий право уполномоченного лица совершать какие-либо действия. 13. Что такое рецензия? А) критический отзыв о каком-нибудь сочинении, спектакле, фильме; Б) документ, в котором дается отзыв о трудовой и общественной деятельности человека; В) краткое описание жизненных событий, обычно социально-значимых. 14. Установите последовательность элементов композиции речи 1) конец речи; 2) вступление; 3) главная часть; 4) этикетные формулы. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>4</td><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> 15. Выберите вариант ответа В текстах официально-делового стиля не используются 1) риторические вопросы; 2) сложносочиненные предложения; 3) деепричастные обороты; 4) причастные обороты. 16. Выберите вариант ответа. Укажите жанр официально-делового стиля, который содержит описание характерных качеств работника и отражает мнение о нем администрации. 1) Служебная записка; 2) характеристика; 3) резюме; 4) биография. 17. Выберите вариант ответа. Начать заявление необходимо словами 1) Хотелось бы пересдать экзамен...; 2) Я, Петров Н. Н., прошу пересдать экзамен....; 3) Прошу разрешить пересдачу экзамена...; 4) Прошу, чтобы Вы разрешили мне... 18. Выберите вариант ответа Документ,					4	2	3	1	
4	2	3	1								

		содержащий сведения биографического характера и создаваемый с целью устройства на работу, 1) автобиография; 2) служебная записка; 3) характеристика; 4) резюме. 19. Выберите вариант ответа Укажите слова и выражения, относящиеся к официально-деловому стилю 1) актуальность исследования, глубокий анализ, со ответствующие выводы, нарушение логики; 2) в соответствии с..., автобиография, распоряжение, дата выдачи; 3) электорат, обратить внимание, сообщить, мощное оружие; 4) черная туча, неприступная крепость, шалун, завораживающий взгляд. 20. Вставьте пропущенные слова в определение понятия. Дикция) - четкое произнесение _____ в со ответствии с фонетическими _____ языка. ответ: звуков, нормами

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	ответ на вопрос
ОК 05; ОК 09	Знания: - особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений - правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; -основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) -лексический	Задание 1 Раскройте понятие «современный русский литературный язык». Основные функции языка. Различия между языком и речью. ответ: Современный русский литературный язык — это культурно-историческая форма существования языка, характеризующаяся обработанностью и письменно закреплёнными нормами. Формы этой разновидности языка отобраны из множества имеющихся вариантов и являются образцовыми для общества. Основные функции языка: -Коммуникативная. Язык служит средством человеческого общения. -Познавательная. С помощью языка происходит в значительной степени познание, изучение окружающего мира. -Эмоциональная. Проявляется в способности выражать чувства и эмоции говорящих, их

	минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; -особенности произношения; -правила чтения текстов профессиональной направленности Умения; грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; - участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); - писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные	оценки. -Когнитивная. Проявляется в мыслительных процессах Различия между языком и речью: Язык первичен, а речь вторична. Речь формируется на базе языка, его системы и закономерностей. Язык устойчив и консервативен, речь подвижна и динамична. Язык имеет объективный характер и народную основу, речь в значительной мере субъективна и индивидуальна, отражает степень владения языком каждым конкретным индивидом. В современной лингвистике уходят от жёсткого противопоставления языка и речи, рассматривая эти понятия как две стороны единого языкового процесса. Вопрос 2. Литературный язык. Свойства литературного языка. Нелитературные варианты языка. ответ: Литературный язык — форма существования национального языка, принимаемая его носителями за образцовую. Он предназначен для обслуживания разнообразных культурных потребностей всего народа, используется в государственных учреждениях, науке, образовании, средствах массовой информации, художественной литературе. Свойства литературного языка: Стабильность (устойчивость), закреплённая в письменных текстах. Это свойство обеспечивает связь между сменяющимися друг друга поколениями носителей данного национального языка, их взаимопонимание. Изменчивость. Литературная норма должна отставать от развития живой речи. Последовательная нормированность. Наличие единой нормы, её сознательное культивирование, целенаправленная кодификация (закрепление в грамматиках и словарях). Наличие устной и письменной формы реализации. Письменная форма реализации характерна только для литературного языка, это значительно расширяет его возможности. Наличие функциональных стилей. Это даёт литературному языку значительные преимущества над нелитературными формами, поскольку он получает широкое использование в различных сферах человеческой деятельности. Нелитературные варианты языка: Диалект — нелитературный вариант языка, который употребляется людьми на определённых

	темы.	территориях, преимущественно в сельской местности. Жаргон — нелитературный вариант языка, используемый при непринуждённом общении внутри некоторых социальных групп. Просторечье — нелитературный вариант языка, используемый в речи малообразованных слоёв населения и придающий ей не и грубый характер. Задание 3. Язык и мышление. Коммуникативный аспект культуры речи. ответ: Язык и мышление связаны через познавательную (когнитивную) функцию языка. С её помощью происходит формирование мыслей и их выражение. Развитие языка влечёт за собой развитие мышления, так как язык является одним из факторов, формирующих мысль. Коммуникативный аспект культуры речи предполагает выбор и организацию языковых средств в со ответствении с ситуацией речевого общения и поставленной коммуникативной задачей (целью общения). Задание 4. Коммуникативные качества речи: точность речи, понятность речи, чистота речи, богатство речи, выразительность речи. ответ: К коммуникативным качествам хорошей речи относятся: Правильность (соблюдение норм литературного языка на всех его уровнях). Логичность (владение логикой изложения). Точность (точность словоупотребления, определяется знанием предмета речи, логикой мышления, умение выбирать нужные слова для оформления мысли). Лаконизм (краткость и чёткость выражения идеи, замысла). Ясность (понятность речи для адресата сообщения). Богатство (количество и разнообразие языковых средств, которыми владеет говорящий). Выразительность (воздействие речи на адресата). Чистота (отсутствие в речи элементов, чуждых литературному языку: вульгаризмов, просторечия, жаргона, слов-паразитов). Уместность (выбор уместных для данной ситуации общения языковых средств выражения). Задание 5. Речь. Общение. Речевая ситуация. Виды общения. ответ:

		Речь — это целенаправленный процесс использования языка в качестве средства коммуникации и познания. В зависимости от формы обмена информацией выделяют устную и письменную речь. По количеству активных участников акта коммуникации речь может быть представлена в виде диалога, монолога или полилога. Общение — это мотивированный живой процесс взаимодействия участников коммуникации, который направлен на достижение конкретной, жизненной целевой установки и протекает на основе обратной связи в конкретных видах речевой деятельности. Речевая ситуация — это совокупность условий общения, включающая место, время, обстановку, характер социальных ролей коммуникантов. Главные характеристики речевой ситуации — количество собеседников, тип обстановки и цель общения. Виды общения классифицируют по разным основаниям: По способу осуществления: устное, письменное или смешанное (например, голосовые сообщения в мессенджерах). По форме взаимодействия: монологическое и диалогическое. Диалог является наиболее распространённой формой коммуникации и преобладает в устном общении. Монологические формы передачи информации характерны в основном для письменного общения в книжных стилях речи. По составу коммуникантов: межличностное, групповое и массовое. Задание 6. Эффективность общения. ответ: Эффективное общение — это передача информации нужному адресату и получение желаемой обратной связи путем воздействия и привлечения внимания. Общение — это не только получение самой информации, но и понимание намерений, стоящих за ней. Полный смысл сообщения следует передавать с использованием всех навыков эффективной коммуникации, включая устные, невербальные или письменные. Эффективное общение — это единственная вещь, которая может быть действительно важна для всех людей, обитающих в обществе. Не думать об эффективном общении в то время когда

		общаешься, это все равно, что переходить дорогу в оживленном месте не смотря по сторонам. Эффективное общение: способствует взаимопониманию; направляет поток информации в нужное русло; помогает людям преодолеть барьеры для проведения открытой дискуссии; стимулирует собеседников предпринимать действия для достижения поставленных целей; передает информацию, поощряя сотрудников думать по-новому и действовать более эффективно. Основные правила эффективного общения: Концентрируйте внимание на говорящем, его сообщении. Уточняйте, правильно ли вы поняли как общее содержание принимаемой информации, так и ее детали. Сообщайте другой стороне в перефразированной форме смысл принятой информации. В процессе приема информации не перебивайте говорящего, не давайте советы, не критикуйте, не подводите итог, не отвлекайтесь на подготовку ответа. Это можно сделать после получения информации и ее уточнения. Добивайтесь, чтобы вас услышали и поняли. Соблюдайте последовательность сообщения информации. Не убедившись в точности принятой партнером информации, не переходите к новым сообщениям. Поддерживайте атмосферу доверия, взаимного уважения, проявляйте эмпатию к собеседнику. Используйте невербальные средства коммуникации: частый контакт глаз; кивание головы в знак понимания и другие, располагающие к конструктивному диалогу приемы. Для эффективного общения необходимо знать некоторые приемы, т.к. многие из них действуют на уровне подсознания. Несколько приемов для эффективного общения: " Правило трех двадцати ": 20 сек. вас оценивают. 20 сек. как и что вы начали говорить. 20 см улыбки и обаяния. 6 правил Глеба Жеглова: Проявлять искренний интерес к собеседнику. Улыбаться. Запомнить имя человека и не забывать время от времени повторять его в разговоре. Уметь слушать.

		Вести разговор в кругу интересов вашего собеседника. Относиться к нему с уважением. Как увеличить полезность контакта: Быть наблюдательным; Сделать комплимент; Говорить о проблемах собеседника. Правила эффективного общения по Блэку: Всегда настаивать на правде. Строить сообщения просто и понятно. Не приукрашивать, не набивать цену. Помнить, что 1/2 аудитории – женщины. Делать общение увлекательным, не допускать скуки и обыденности. Контролировать форму общения, не допускать экстравагантности. Не жалеть времени на выяснение общего мнения. Помнить о необходимости непрерывного общения и выяснения общего мнения. Стараться быть убедительным на каждом этапе общения. Как результат вы получите: Формальный контакт перерастает в нормальное человеческое общение. Вы завоюете собеседника. Вы повысите вашу самооценку. Задание 7. Типы речи. Признаки текста. Виды речевой деятельности. Функционально-смысловые типы текстов. ответ: Типы речи (функционально-смысловые типы речи) — это способы изложения информации в зависимости от их основной коммуникативной цели. В русском языке выделяют три типа речи: повествование, описание, рассуждение. Признаки текста: Выраженность. Текст всегда выражен в устной или письменной форме. Отграниченность (автономность). Каждый текст, даже самый небольшой, имеет чёткие границы — начало и конец. Связность. Языковые единицы, образующие текст, связаны между собой в определённом порядке. Виды речевой деятельности: Разговорная речь служит для непосредственного общения, когда человек делится с окружающими своими мыслями или чувствами, обменивается информацией по бытовым вопросам. Научный стиль используется для описания явлений, предметов, их названия и объяснения.

		Официально-деловой стиль применяется для сообщения, информирования в официальной обстановке (сфере законодательства, делопроизводства, административно-правовой деятельности). Публицистический стиль используется для средств массовой информации (печатные издания, новостные тексты), рекламной и агитационной информации. Функционально-смысловые типы текстов: Повествование — последовательный рассказ о событиях. Описание — словесное изображение чего-то или кого-то: пейзаж, портрет, интерьер и т. п.. Рассуждение — последовательное изложение мыслей, умозаключений; приведение аргументов, оценка, выражение отношения. Задание 8 Понятие речевой коммуникации. Типологии коммуникации на разных основаниях: по цели, по массовости, по содержанию. ответ: Речевая коммуникация — это процесс общения людей, представленный в широком смысле как организованный разговор, беседа, а также в качестве любого взаимодействия, имеющее цель осуществления обмена различной информацией. Типология речевой коммуникации может быть проведена по разным основаниям, например: По условиям общения: прямое (непосредственное) общение с активной обратной связью (диалог) и с пассивной обратной связью (письменное распоряжение). опосредованное общение (выступление на телевидении, в СМИ). По количеству участников: монолог (речь одного человека). диалог (речь двух людей). полилог (речь нескольких человек). По цели общения: информирование. убеждение (включая побуждение, объяснение и т. п.). развлечение. По характеру ситуации: деловое общение (доклад, лекция, дискуссия и т. п.). бытовое общение (разговоры с близкими людьми и т. д.). Задание 9. Понятие профессиональной коммуникации.

		Метаязыки профессиональных коммуникаций. ответ: Профессиональная коммуникация — это система общения в определённой области профессиональной деятельности, опирающаяся на её специфику, знания, условия реализации и структуру профессионального взаимодействия. Метаязык профессиональной коммуникации — это узкоспециализированный язык второго плана, нацеленный на удовлетворение коммуникативных потребностей ограниченной группы пользователей. Метаязык обслуживает замкнутую социально-профессиональную группу, и от характера общественно осознанных типичных условий общения зависит выбор и организация языковых средств выражения в профессиональной речи. Например, в сфере бизнеса в качестве основы взаимодействия выступает коммерческий обмен продуктами как материального, так и интеллектуального характера, а предметом общения является предпринимательство в области производства и реализации товара, оказания услуг, финансов, маркетинга, логистики и т. д. Задание 10. Профессиональное общение как составляющая коммуникативной компетентности. Виды общения. ответ: Профессиональное общение — это социально важная совместная деятельность на основании профессиональных компетенций, которая подразумевает скоординированность действий, принятие и понимание каждым её участником специфики, целей и задач данной работы, собственной роли и собственных возможностей по её осуществлению. Профессиональное общение как составляющая коммуникативной компетентности — это владение принятыми в данной профессии приёмами профессионального общения. Виды профессионального общения: Деловое. Это процесс обмена информацией и взаимодействия между партнёрами, направленный на решение конкретной задачи или реализацию определённой цели. Основные формы делового общения — деловая и воспитательная беседы, деловые переговоры, совещания, публичные выступления и т.п.. Управленческое. Предполагает взаимодействие в рамках управления персоналом организации. Юридическое. Направлено на взаимодействие в

		рамках юридических процедур. Педагогическое. Осуществляется в рамках обучения и воспитания. Каждое из этих видов общения можно разделить на прямое, осуществляемое при непосредственном контакте, и косвенное, когда между партнёрами существует пространственно-временная дистанция. Задание 11. Основные коммуникационные функции языка: общение, сообщение, воздействие (волеуководительная). ответ: Основные коммуникационные функции языка: Общение. (обмен сообщениями). Сообщение. (Изложение какой-то мысли или информации). Воздействие (волеуководительная функция). (Попытка с помощью речевого убеждения изменить поведение воспринимающего человека.) Коммуникативная функция языка связана с тем, что язык, прежде всего, является средством общения людей. Он позволяет одному индивиду — говорящему — выражать свои мысли, а другому — воспринимающему — понимать их, то есть как-то реагировать, принимать к сведению, соответственно менять свое поведение или свои мысленные установки Задание 12. Морально-нравственные (этические) основы профессиональной коммуникации. Корпоративная этика. ответ: Морально-нравственные (этические) основы профессиональной коммуникации включают в себя этику делового общения — свод неофициальных правил взаимодействия членов профессионального коллектива друг с другом. К ключевым принципам такой этики относятся, например: использование имени собеседника при разговоре; доброжелательность и умение выслушать собеседника; уважение личных качеств всех членов коллектива; объективное отношение к каждому сотруднику с учётом принципа равноправия; справедливое распределение ролей для выполнения общей задачи; аккуратность в плане обещаний. Корпоративная этика — это система моральных

		принципов и норм нравственного поведения, оказывающих регулирующее воздействие на отношения внутри одной организации и на взаимодействие с другими организациями. Она включает в себя две подсистемы: Моральные и этические ценности организации и её приоритеты в развитии. Нормы и правила поведения сотрудников организации в формальных и неформальных ситуациях. Некоторые основополагающие ценности корпоративной этики: Компетентность и профессионализм. Субъекты корпоративной этики должны обладать качественным образованием, опытом работы, умением принимать взвешенные и ответственные решения. Честность и непредвзятость. Это фундамент деятельности организации, её деловой репутации. В организации не допускается конфликта между личными интересами и профессиональной деятельностью. Ответственность — гарантия качества деятельности организации. Уважение человеческой личности. Работники организации имеют право на честное и справедливое отношение к ним, независимо от расы, языка, политических и религиозных убеждений, половой, национальной и культурной принадлежности. Задание 13. Нормативный аспект культуры речи. Акцентологические и орфоэпические нормы. ответ: Нормативный аспект культуры речи предполагает владение языковыми нормами, то есть знание правил использования языковых единиц в литературной речи. Акцентологические нормы регулируют выбор вариантов размещения ударного слога. Например, следует произносить: позвонИт, звонИшь, нельзя: позвОнит, звОнись. Орфоэпические нормы связаны с правильным произношением. Так, нормативными являются следующие произносительные особенности: редукции гласных [о], [а], [э] в безударных слогах, позиционное озвончение и оглушение согласных (рю[гз]ак, ду[пк]и), произнесение сочетаний ЧТ и ЧН как [шт] / [шн] ([шт]обы, коне[шн]о) и проч.. Овладеть нормами ударения и исправить допускаемые ошибки можно, пользуясь специальными справочниками и словарями.

		Задание 14. «Лексические нормы русского языка» ответ: Лексические нормы русского языка — это правила использования слов в речи в соответствии с их лексическим значением и с учётом их лексической сочетаемости и стилистической окраски. Основные аспекты лексических норм: Соблюдение точности речи. Предполагает соответствие между смысловым содержанием лексем и обозначаемыми ими явлениями действительности и понятиями. Использование средств выразительности. Опирается на умения грамотно и уместно использовать богатые выразительные возможности языка. Примеры нарушений лексических норм: Смещение паронимов. Путаница слов, близких по звучанию, но различных по значению. Например: «представить» и «предоставить». Употребление плеоназмов. Словосочетаний, в которых одно из двух слов является лишним, потому что его значение совпадает со значением другого, рядом стоящего слова. Например: «памятный сувенир» (сувенир — подарок на память). 1 Речевая избыточность. Проявляется в тавтологии (повтор в узком контексте однокоренных слов) и в речевой недостаточности (бедность словаря и пропуск значимых слов, важных для понимания смысла высказывания). Чтобы избежать лексических ошибок, можно проверить используемые слова по словарям или вдумчиво перечитывать написанное. 15. «Грамматика. Синтаксические нормы русского языка» ответ: Синтаксические нормы русского языка — это правила построения словосочетаний и предложений. Они регулируют: Построение отдельных словосочетаний (присоединение определений, приложений, дополнений к главному слову). Построение целых предложений (порядок слов в предложении, согласование подлежащего и сказуемого, употребление однородных членов, причастного и деепричастного оборотов, связь между частями сложного предложения). Некоторые аспекты синтаксических норм: Порядок слов в предложении. В русском языке он

		относительно свободный, но произвольная расстановка слов может привести к нарушению логических связей между словами и изменению смыслового содержания всего высказывания. Согласование подлежащего и сказуемого. Сказуемое ставится в той же форме, что и подлежащее (в том же роде, лице и числе). Согласование определения с определяемым словом. Определяемое слово ставится в том роде, падеже и числе, которые предписывает главное слово. Употребление однородных членов. Однородными членами не могут быть слова, не состоящие в родовидовых отношениях и не принадлежащие к разным понятийным классам. Задание 16. Пунктуационные и орфографические нормы. ответ: Орфографические нормы — это нормы правописания, которые закреплены в словарях. Нужная орфограмма всегда выбирается с учётом лексической и грамматической характеристики слова (часть речи, лексическое значение, морфема, грамматическая категория слова). Пунктуационные нормы — это нормы постановки знаков препинания. Например, перед сочинительными противительными союзами всегда ставится запятая (Я любил её, но так и не решил в этом признаться). Иногда от постановки знака будет зависеть смысл предложения. Классический пример — «казнить нельзя помиловать». Задание 17. Эффективность речевой коммуникации. Подготовка публичного выступления. ответ: Эффективность речевой коммуникации зависит от уместности речи. Это качество определяет эффективность сообщения и меру его воздействия на слушателя в конкретной обстановке общения. Подготовка публичного выступления включает несколько этапов: Докоммуникативный. На этом этапе нужно определить тему, цель и задачи выступления, оценить обстановку и аудиторию. Это поможет соответствовать ожиданиям слушателей, заинтересовать их сообщением и быть информативным и убедительным оратором. Подготовка текста. На этом этапе оратор анализирует источники и ищет материалы по теме, продумывает композицию выступления, отбирает средства выражения, стилистически

		правит и редактирует текст. Выступление должно со ответствовать классической композиционной схеме: вступление — основная часть — заключение. Коммуникативный. На этом этапе речь произносится вслух перед аудиторией. К требованиям к публичным выступлениям относятся: со ответствие внешнего вида оратора обстановке и целям общения, грамотная речь достаточного уровня громкости и силы, увлечённость оратора предметом речи, хорошая осведомлённость в теме, учёт обстановки общения и потребностей аудитории, использование наглядных средств и иллюстративного материала для привлечения внимания, постоянный контакт с аудиторией, оценка её состояния и реакции на сообщаемый материал. Посткоммуникативный. На этом этапе происходит оценка выступления, выявляются его сильные и слабые стороны, анализируется результативность и типичные ошибки, допущенные оратором. Задание 18. Деловое письмо. Общие требования, предъявляемые к документу: Общие функции документа. ответ: Общие требования, предъявляемые к документам, включают со ответствие правовым нормам и возможность использовать их как доказательство достоверности каких-либо фактов. Чтобы документ имел юридическую силу, его текст не должен противоречить нормативно-правовым актам и содержать достоверную информацию, со ответствующую действительности. Также важны требования к правильному оформлению документа: отсутствие или неправильное оформление реквизитов может привести к тому, что документ не будет иметь юридической значимости. К юридически значимым относятся подпись, дата документа, печать, гриф утверждения документа, регистрационный номер документа. Общие функции документов: Информационная. В документе фиксируются факты, события, явления практической и мыслительной деятельности человека. Организационная. С помощью документа обеспечивается воздействие на коллективы людей для организации и координации их деятельности. Коммуникативная. Документ выступает в качестве средства связи между общественными

		структурами и индивидами, он не просто информирует, но и интегрирует общественное сознание, способствует созданию единого общественного мнения, выработке коллективных реакций, консолидации всего общества. Юридическая. Документ несёт юридическую функцию, поскольку его содержание используется в качестве доказательства при рассмотрении спорных вопросов. Кумулятивная. Это способность документа накапливать, концентрировать, собирать и упорядочивать информацию с целью её сохранения для нынешнего и грядущего поколений. Задание 19. Деловое письмо. Правила оформления документов. ответ: Правила оформления делового письма включают следующие пункты: Обязательные реквизиты. Логотип и полное наименование компании, справочный адрес организации, адрес получателя, адрес электронной почты, контактные телефоны, дату и место составления, краткое содержание, включая заголовок письма, обращение к адресату, текстовую часть, подпись руководителя, сведения об исполнителе, отметки о прикреплённых копиях (приложениях) и об их количестве. Структура. Если письмо адресовано конкретному человеку, в обращении нужно указать его имя и отчество. Начать обращение можно со слов «Уважаемый», «Дорогой» и т. п.. Если имя адресата неизвестно или их несколько, обращение нужно написать во множественном числе. Текстовая часть. Её следует разделить на три логических блока: Вступление. Даются все необходимые начальные сведения, обозначается причина и цели написания документа. Основная часть. Отражается суть вопроса и требования (задачи) к адресату. Излагать суть вопроса следует последовательно и логически обоснованно. Приводятся рассуждения, объяснения и доказательства. Заключение. Резюме вышесказанного в письме. Излагаются конкретные просьбы и требования, делаются выводы. Размер шрифта. Как указано в ГОСТ, при оформлении делового письма используют кегль 12, 13 или 14. Простой шрифт. Не стоит использовать

		вычурные, специализированные шрифты. Самый распространённый шрифт для деловых писем — Times New Roman. Интервал. Текст письма допустимо писать с межстрочным интервалом 1 или 1,5. Оформлять деловые документы следует в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.97-2016. Задание 20. Деловое письмо. Общие требования к содержанию текста документа. ответ: Некоторые общие требования к содержанию текста делового письма: Достоверность и объективность содержания. Любое высказанное в письме суждение или оценку нужно подтвердить достоверными примерами и ссылками. Полнота информации. Текст должен содержать все необходимые начальные сведения, обозначаться причина и цели написания документа. Лаконичность. Изложение должно быть экономным, без речевой избыточности — слов и выражений, не несущих дополнительного смысла. Нейтральность тона. Следует избегать слов и словосочетаний с ярко выраженной эмоциональной окраской. Точность и ясность изложения. Текст должен быть точным, ясным и понятным. Последовательность и логичность. Суть вопроса следует излагать последовательно и обоснованно, приводить рассуждения, объяснения и доказательства. Задание 21. Деловое письмо. Заявление. Определение заявления как вида деловой бумаги. ответ: Деловые письма — самый распространенный вид документов предприятия (организации, учреждения), используемых для нужд переписки по весьма широкому кругу вопросов. Деловое письмо — это краткий (как правило, не более 1—2 страниц) документ, касающийся одного вопроса (или нескольких тесно взаимосвязанных между собой вопросов) и предназначенный для осуществления оперативного информационного обмена между предприятиями (организациями, учреждениями), их структурными подразделениями (должностными лицами). Заявление — это письменная просьба о чём-либо, адресованная организации, учреждению,

		предприятию или должностному лицу. Например, заявление об освобождении от занятий в школе, о приёме на учёбу в колледж, на работу. Заявление можно написать от руки или распечатать на листе А4. В некоторых случаях нужно заполнять специальный бланк. Например, при подаче документов на загранпаспорт либо на <u>регистрацию ИП</u>. Даже если вы набираете заявление на компьютере, после распечатки обязательно поставьте собственноручную подпись. Без неё документ считается недействительным. Общие требования к письменным обращениям изложены в Федеральном законе № 59 «О порядке рассмотрения обращений граждан Российской Федерации». Исходя из него, а также из деловой практики, заявление состоит из пяти реквизитов: Сведения об адресате и заявителе. Наименование документа. Формулировка просьбы или предложения. Дата подачи. Подпись. Задание 22. Деловое письмо Автобиография. Происхождение слова "автобиография". Определение автобиографии. ответ: Автобиография — это документ, в котором человек последовательно описывает свою жизнь. Происхождение слова: слово греческого происхождения, состоит из трёх частей: autos — «сам», bios — «жизнь», graphō — «пишу». Определение: автобиография — это сочинение, в котором автор излагает историю своей собственной жизни. Автобиография — это документ, в котором человек последовательно описывает свою жизнь. Существуют две разновидности автобиографии: автобиография — официальный документ и автобиография — литературное произведение. Как деловой документ автобиография состоит обычно из следующих элементов: наименование (заголовки) документа; фамилия, имя, отчество; дата рождения (число, месяц, год); место рождения (село, город, район, область, республика и т.д.); родители (их полное имя и отчество, чем занимаются); образование (когда, где и какую школу и другие учебные заведения окончил);

		прохождение службы в армии (для военнообязанных); трудовая деятельность (где, кем и когда работал и занимаемая должность в настоящее время); состав семьи (где и кем работают или где учатся члены семьи); поощрения, награждения (если имеются); подпись (справа); дата (слева). В деловом контексте автобиография служит дополнительным средством оценки кандидата на должность, помогает получить более полное представление о кандидате на должность. Задание 23. Деловое письмо. Определение. ответ: Деловое письмо — это краткий документ, касающийся одного вопроса или нескольких тесно взаимосвязанных между собой вопросов. Он предназначен для оперативного информационного обмена между предприятиями, организациями, учреждениями, их структурными подразделениями или должностными лицами. Деловое письмо может выполнять следующие функции: Передача информации. Позволяет официально, с полной юридической силой и выполнением доказательной функции, передать сведения от одной организации другой. Сопровождение пакета документов. Фиксирует отправку конкретного списка документов и его приём адресатом. Представительские функции. Показывает вовлечённость организации или её руководства в значимое для адресата событие. К этой разновидности относятся письма-извинения, поздравления, соболезнования, благодарности и т. д. Задание 24. Деловое письмо. Доверенность. Определение доверенности. Характеристика документа. ответ: Доверенность — документ, который подтверждает полномочия представителя действовать от лица другого человека (доверителя). Согласно Гражданскому кодексу Российской Федерации (ГК РФ), доверенностью признаётся письменное уполномочие, выдаваемое одним лицом другому лицу или другим лицам для представительства перед третьими лицами. По доверенности можно передать разные

		полномочия: представлять интересы в суде, получить документы, провести сделку и т. д.. Доверенность выдаётся только в письменной форме (устных доверенностей быть не может). В ряде случаев необходимо нотариальное удостоверение доверенности (например, для совершения сделок, требующих нотариального удостоверения, для подачи заявлений о государственной регистрации прав или сделок). Юристы выделяют несколько видов доверенностей: Разовые (одному лицу на одно конкретное действие). Специальные (одному лицу на несколько однородных действий). Общие/генеральные (одному лицу на совершение всех действий, связанных с работой компании или имуществом гражданина). Безотзывная (выдача таких доверенностей допускается только в предпринимательских отношениях для исполнения или обеспечения исполнения обязательств). Если есть реквизиты доверенности, её подлинность и срок действия можно проверить на сайте Федеральной нотариальной палаты Задание 25. Деловое письмо. Расписка. Определение расписки. ответ: Расписка — это документ, где написано, кто, на каких условиях и сколько передал денег; надо ли их вернуть и когда. Если возникнет спор, расписка будет доказательством, что одна сторона передала деньги, а вторая их получила. Обычно расписками пользуются физлица без статуса ИП при расчетах между собой, но есть еще две ситуации, когда пригодится этот документ: Когда ИП передает наличные деньги другому человеку и не обязан применить ККТ на эту операцию. Поскольку ИП не используют расходные кассовые ордера, передачу можно зафиксировать распиской. Если представитель организации передал деньги физлицу без статуса ИП. Например, когда работник получил деньги из кассы под отчет или на карту, а потом на них снял жилье в командировке. Заверять расписку у нотариуса не обязательно. Но если расписка заверена, больше вероятности, что суд примет ее как доказательство. Виды расписок

		Есть два вида расписок: обычная рукописная; нотариально заверенная. Обычная рукописная. Для подтверждения подлинности желательно пригласить двух свидетелей, которые поставят свои подписи и контактные данные, а затем смогут подтвердить достоверность подписи. Нотариально заверенная. Нотариально заверенная расписка дает дополнительные гарантии, если придется обращаться в суд. Должник не сможет утверждать, что документ подписал под давлением или его ввели в заблуждение. Как составить расписку Расписку всегда пишет тот, кому передали деньги. Как оформить. Расписку можно написать в свободной форме, установленного образца нет. Главное — из бумаги должно быть понятно, кто дал определенное количество денег, а кто их получил. Чтобы не было разночтений, нужно указать: паспортные данные обеих сторон; сумму, которую одна сторона передала другой; условия возврата, если деньги нужно вернуть. Задание 26. Коммуникативные техники ведения диалога. Невербальные сигналы в общении. ответ: Некоторые коммуникативные техники ведения диалога: Эхо-техника. Повторение отдельных слов или словосочетаний без каких бы то ни было изменений. Уточнение. Нужно попросить уточнить все, даже самые мелкие подробности. Паузы. Они дают возможность подумать, осмыслить, осознать, добавить что-то к рассказу. Сообщение о восприятии. Это возможность сообщить собеседнику, что вы поняли, что он вам сказал, его эмоции и состояние. Развитие мысли. Нужно подхватить и продвинуть далее ход основной идеи или мысли собеседника. Невербальные сигналы в общении включают мимику, тон и высоту голоса, жестикуляцию, а также соблюдение личного пространства и физического расстояния. Некоторые из них могут передать важную информацию, которую невозможно выразить словами: Зрительный контакт. Он способен помочь определить, насколько человек внимателен. Тон голоса. Может намекнуть на эмоциональное состояние собеседника.

		Поза. Может продемонстрировать, насколько человек заинтересован и вовлечён в разговор. Задание 27. Речь как показатель социального статуса говорящего. ответ: Речь может служить показателем социального статуса говорящего по следующим параметрам: Соблюдение орфоэпических норм. Более образованный и интеллигентный индивид отличается от того, кто слабо владеет нормами литературного ударения и произношения. Лексикон человека, разнообразие, богатство и выразительность его словаря. Существуют специальные лексические единицы, которые маркируют принадлежность индивида к социальным «низам» (просторечие), деклассированным элементам (арго, мат), профессиональным группам (профессиональные жаргоны). Следование грамматическим нормам. Отношение говорящего или пишущего к их строгому или нестрогому соблюдению определяется не только уровнем речевой подготовки, но и характером протекания коммуникации и распределением ролей между её участниками. Общий уровень речевой культуры. В каждом обществе существует свой «набор» формул вежливости, а также стандартных приёмов речевого поведения в той или иной ситуации. Навыки невербального общения. Они сопровождают устную его форму и свидетельствуют о сформированности базовых коммуникативных умений. Речевой репертуар человека складывается в течение всей его жизни в со ответствии с социальным статусом, которым он обладает, и набором социальных ролей, которые ему приходится исполнять. Задание 28. Устная публичная речь. Подготовка речи. ответ: Подготовка устной публичной речи включает несколько этапов: Определение темы и цели выступления. Название выступления должно быть ясным, чётким и по возможности кратким. Оценка аудитории. Важно учесть образовательный уровень, познавательные интересы, пол, возраст слушателей, их отношение к теме и к оратору. Подбор материала. Для выступления можно

		использовать несколько источников: официальные документы, научную и научно-популярную литературу, статьи газет и журналов, передачи радио и телевидения, справочную литературу, результаты социологических опросов. Составление плана. Исходя из цели и интересов аудитории, нужно сформулировать тезисы, подобрать к ним убедительные аргументы и наглядные примеры, а потом выстроить материал в логической последовательности. Репетиция. 1Следует повторять выступление полностью, со всеми деталями, пока не будет уверенно владеть им от начала до конца. Наиболее распространённая структура устного выступления — трёхчастная, включающая в себя вступление, основную часть и заключение. Цель вступления — заинтересовать аудиторию, привлечь внимание слушателей к теме выступления. В основной части раскрывается заявленная тема, а в заключении проводится краткий итоговый анализ сказанного и делаются выводы. Задание 30. Оратор и аудитория. Виды аргументов. ответ: Виды аргументов в риторике: Аргументация к логосу — наиболее корректная, подразумевает наличие тезисов и утверждений в речи, основанных на действительных обстоятельствах положения дел. Аргументация к этосу — подразделяется на два вида: к авторитету и к личности. Аргументы к пафосу — апеллирование чувствами аудитории. Оратор прибегает к аргументации с целью вызвать симпатию к собственной персоне или представленной им информации для последующего принятия озвученных тезисов. Оратор в выступлении может совмещать все виды аргументов. Задание 31. Техника речи и ее составляющие. Понятие о дикции, темпе, интонационных и голосовых возможностях выступающего. ответ: Техника речи — это совокупность характеристик звучащей речи, её голосовой, дыхательной, дикционной и интонационной составляющей. Основные составляющие техники речи: Дыхание. Лежит в основе речи, так как звуки речи образуются именно при выдохе. Важно учиться дышать и развивать свой дыхательный

		потенциал. Дикция. Заключается в способности отчётливо произносить звуки, слоги и слова. Чистота звучания речи зависит от правильной и активной работы артикуляционного аппарата. Интонация. Подразумевает эмоционально-экспрессивную окрашенность голоса, способствующую выражению в речи говорящего его чувств и намерений. Хороший оратор должен уметь владеть интонацией, делать логические акценты, повышать и понижать громкость голоса, тон или темп речи, а также делать необходимые паузы. Темп речи. Это скорость речи, то время, за которое произносится текст. Важно уметь не только придерживаться нормального темпа (примерно 120 слов в минуту), но и варьировать скорость речи в зависимости от содержания. Понятие о голосовых возможностях выступающего: оратор должен уметь владеть своим голосом: говорить достаточно громко для того, чтобы его было хорошо слышно, менять силу звука («громко» — «тихо») для создания особого сценического эффекта речи, заботиться о том, чтобы голос был приятным (не крикливым, не сиплым) Задание 32. Словесное оформление публичного выступления. Богатство и выразительность речи. ответ: Словесное оформление публичного выступления предполагает подготовку к непосредственному изложению текста по законам красноречия. На этом этапе нужно обратить внимание на изобразительные возможности языка и явления, «засоряющие» речь. Первые необходимо развивать, а вторых — избегать. Для богатства и выразительности речи в публичном выступлении можно использовать: Структуру текста. Нужно разбить выступление на логические части и соблюдать паузы между ними. Сложноподчинённые предложения. Также можно применять вводные слова и риторические вопросы. Пословицы, поговорки и сравнения. Ещё один вариант — приводить примеры из жизни. Повторы. Но не стоит прибегать к этой методике слишком часто. При выстраивании текста не стоит злоупотреблять книжными словами, терминами, заимствованиями. Чем проще речь, тем яснее

		мысль. Задание 33. Текст как продукт и как процесс речевой деятельности ответ: Текст можно рассматривать и как продукт, и как процесс речевой деятельности. 5 Как продукт текст — это речевое произведение, группа предложений, объединённых в целое темой и основной мыслью. Он характеризуется единством темы, замысла, основной мысли и смысловой законченностью. Как процесс текст можно рассматривать с позиций динамического подхода: текст — это коммуникативная единица, создаваемая цепочкой расчленённых во времени речевых действий. Таким образом, текст возникает и существует только в процессе общения, это речевая единица, воплощение коммуникативного акта. Основные признаки текста как продукта речевой деятельности: общая тема и идея, связь предложений по смыслу и грамматически, единство слога и стиля. Задание 34. Виды общения ответ: Существует множество теорий, где рассматриваются виды общения. Если за критерий берется содержание процесса, то мы можем выделить следующие виды: Материальное общение – обмен предметами деятельности Когнитивное общение – обмен знаниями Эмоциональное общение – обмен эмоциональными состояниями Мотивационное общение – обмен всеми составляющими мотивационной сферы личности Деятельностное общение – обмен действиями Отличия видов общения Общение может быть: материальным, когнитивным, кондиционным, деятельностным, мотивационным. Каждый вид подразумевает под собой различное содержание. Материальное направлено на создание какого-либо реального продукта, когнитивное способствует передачи информации, помогает в расширении кругозора. Кондиционное заключается в воздействии сторон друг на друга психологически для получения определенного результат Задание 35. Невербальное общение. ответ: Невербальное общение — это коммуникационное

		взаимодействие между индивидами без использования слов, то есть передача информации или влияние друг на друга через образы, интонации, жесты, мимику, пантомимику, изменение мизансцены общения. Основные средства невербального общения: Кинесика. К ней относят мимику, жесты, позу, движения головы и тела, осанку, движение глаз и зрительный контакт. Такесика. К такому невербальному общению относят прикосновения, в том числе рукопожатия, объятия, поцелуи и похлопывания. Хронемика. Это способ невербального общения, который базируется на отношении ко времени. Функции невербального общения: Дополняющая. Невербальные сигналы подкрепляют и уточняют речь, подтверждают и дублируют смысл сказанного. Опровергающая. Невербальная информация спонтанна: в отличие от словесной речи, её сложно контролировать. Поэтому иногда она противоречит вербальным сведениям. Замещающая. Невербальные сигналы заменяют речь (кивок головой вместо ответа «да», объятие вместо слов поддержки). Регулирующая. Невербалика помогает направлять и координировать словесный диалог. Задание 36. Корпоративная этика. ответ: Корпоративная этика — это система моральных принципов и правил, которые определяют, как сотрудники организации должны вести себя на работе. Она способствует формированию эффективного и гармоничного рабочего окружения, где каждый член команды уважает и ценит друг друга, а также стремится к общему успеху. Основные принципы корпоративной этики: — уважение к коллегам и клиентам; — честность во всех деловых взаимоотношениях; — ответственность за свои действия и решения; — справедливость в отношении всех сотрудников; — соблюдение конфиденциальности и защиты личной информации; — безупречное поведение в социальных сетях. Нарушение корпоративной этики может иметь серьёзные последствия для организации, включая ухудшение рабочей атмосферы, потерю доверия сотрудников и клиентов, а также юридические последствия.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине:

ОЦ.05 Возрастная анатомия, физиология и гигиена

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы

по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ № 968 от 11.11.2022 г.
- одобрен Педагогическим советом № 1 от 25.04.2024 г.

Разработчик ФОС: к.б.н., доцент Мартыканова Д. С.

1 Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу курса «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

2. Объекты оценивания – результаты освоения МДК

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения междисциплинарного курса (МДК) в со ответствии с ФГОС специальности «Физическая культура» и рабочей программой междисциплинарного курса «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»:

знания:

- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;
- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
- методы работы в профессиональной и смежных сферах;
- структуру плана для решения задач;
- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности.
- медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры;
- характеристика типичных нарушений и особенностей развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп;
- методические особенности проведения уроков адаптивной физической культуры с учётом типичных нарушений и особенностей развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп;
- классификация, направленность и педагогические возможности средств и методов адаптивного физического воспитания применительно к урочным формам занятий адаптивной физической культурой;
- методика поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп;
- методические основы воспитания физических качеств и способностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп;
- техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении учебных занятий по адаптивной физической культуре;
- возможности урока адаптивной физической культуры в воспитании обучающихся.

умения:

- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;
- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;
- определять этапы решения задачи;
- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;
- составлять план действия;
- определять необходимые ресурсы;
- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;
- реализовывать составленный план;
- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника).
- методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;
- применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы;
- использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков адаптивной физической культуры;
- обучать технике физических упражнений, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;
- осуществлять направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;
- дозировать физическую нагрузку, исходя, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;
- использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного
- процесса;
- формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями;
- использовать в воспитании обучающихся возможности урока адаптивной физической культуры;

- подбирать и использовать на занятиях спортивное и специализированное оборудование и инвентарь;
- обучать приёмам страховки и самостраховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках адаптивной физической культуры.

Навыки и/или опыт деятельности:

- проведения учебных занятий по адаптивной физической культуре в соответствии с их разновидностями, программными требованиями, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**:

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

3. Формы контроля и оценки результатов освоения МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемы е разделы	Код контролиру емой компетенци и	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции		
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 5	ОК 01 ОК 02 ОК 08	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10	
	ОК 01 ОК 02 ОК 08	Ситуационная задача	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5	
	ОК 01 ОК 02 ОК 08	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5	
	макс:			20	
	МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 5.	ОК 01 ОК 02 ОК 08	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10

	ОК 01 ОК 02 ОК 08	Ситуационная задача	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
	ОК 01 ОК 02 ОК 08	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	2 3 4 5
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по курсу «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена по курсу «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 01 ОК 02 ОК 08	ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий	0 – 14 15 – 32 33 – 42

	Средний Высокий	43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ОК 01 ОК 02 ОК 08	Знания: - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности. - медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры; - характеристика типичных нарушений и особенностей развития обучающихся с ограниченными	Задание: составить и защитить презентацию на практических работах. Темы презентаций: 1. Оплодотворение. Характеристика эмбрионального периода развития организма. Роль плаценты. 3. Влияние наследственности и окружающей среды на рост и развитие ребенка. 4. Закономерности роста и развития детского организма. 5. Общая характеристика типов тканей. 6. Строение скелета и его возрастные особенности. 7. Роль двигательной активности в развитии и совершенствовании физиологических систем организма. 8. Осанка, ее виды, формирование осанки у школьников. 9. Специфический и неспецифический иммунитет. Клеточный и гуморальный иммунитет, формирование иммунной системы у детей. 10. Лейкоциты, их виды, функции, возрастные особенности. 11. Большой и малый круги кровообращения, их особенности у плода. - Классификация сосудов, взаимосвязь их строения с выполняемой функцией. 12. Строение сердца, фазы сердечной деятельности, возрастные особенности строения и функционирования сердечно-сосудистой системы у детей разного возраста. 13. Обмен белков и его особенности у детей и подростков. 14. Обмен жиров, особенности у детей и подростков. 15. Обмен углеводов, возрастные особенности у детей и подростков. 16. Витамины, их физиологическое значение, нормы потребления. 17. Половое созревание организма. 18. Строение и функции щитовидной железы. 19. Строение и функции гипофиза. 20. Строение и функции поджелудочной железы.

	возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - методические особенности проведения уроков адаптивной физической культуры с учётом типичных нарушений и особенностей развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - классификация, направленность и педагогические возможности средств и методов адаптивного физического воспитания применительно к урочным формам занятий адаптивной физической культурой; методика поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп;	21.Строение и функции надпочечников. 22.Строение и функции половых желез. 23.Строение и функции кожи, возрастные особенности. Гигиена одежды и обуви. 24.Строение и функции спинного мозга, возрастные особенности. 25.Строение и функции продолговатого мозга, возрастные особенности. 26.Строение и функции мозжечка, его роль в формировании двигательной активности, возрастные особенности. 27.Строение и функции среднего мозга, возрастные особенности. 28.Строение и функции промежуточного мозга, возрастные особенности. 29.Строение и функции больших полушарий головного мозга, возрастные особенности. 30.Типологические особенности высшей нервной деятельности детей. 31.Физиологическая роль эмоций. 32.Биологические основы памяти. Требования к оформлению презентаций -Соблюдайте единый стиль оформления; -Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; -Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки). -На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста; -Для фона и текста используйте контрастные цвета. Предпочтительнее, если фон светлый, а текст темный; -Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования). -Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде; -Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде. -Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов; -Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации; -Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание. -Первый слайд – это титульный слайд, на

	- методические основы воспитания физических качеств и способностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении учебных занятий по адаптивной физической культуре; возможности урока адаптивной физической культуры в воспитании обучающихся; Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; -определять этапы решения задачи; -выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия;	котором представлены: сверху полное наименование ОУ, название работы по центру; ФИО автора после названия работы справа. -На последнем слайде указывается: источники, список литературы, глоссарий и т.д. -Оптимальный объем. Объем презентации не должен быть менее 8-10 слайдов и не более 20 слайдов. Зрительный ряд из большого числа слайдов вызывает утомление, отвлекает от сути рассматриваемой темы. Исключения составляют презентации, предназначенные для длительной демонстрации ознакомительного характера с большим количеством визуального материала. В этом случае объем презентации - из расчета не менее чем 1 мин. на один слайд, а на слайды, содержащие ключевые моменты и основополагающие понятия - по 2 мин. Основные пункты презентации: 1. Тема 2. Основные понятия 3. Графики, рисунки, диаграммы 4. Примеры 5. Возрастные особенности у человека

	- определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; - оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника). - методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - применять современные образовательные	

	технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; - использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков адаптивной физической культуры; - обучать технике физических упражнений, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - осуществлять направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений	

	и особенностей развития; - дозировать физическую нагрузку, исходя, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса; - формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями; использовать в воспитании обучающихся возможности урока адаптивной	

	физической культуры; подбирать и использовать на занятиях спортивное и специализированное оборудование и инвентарь; - обучать приёмам страховки и самостраховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках адаптивной физической культуры. Навыки и/или опыт деятельности: проведения учебных занятий по адаптивной физической культуре в со ответственности с их разновидностями, программными требованиями, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития.	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Ситуационные задачи

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ситуационные задачи
ОК 01 ОК 02 ОК 08	Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; - выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;	Задача №1: У 10-летнего мальчика начались боли в спине после длительного сидения за столом. Какие меры можно предпринять для улучшения его положения? ответ: 1. Регулярные перерывы для разминки и растяжки спины. 2. Проверка и коррекция позы за столом, использование эргономичной мебели. 3. Занятия спортом для укрепления мышц спины. Задача №2: У девочки 13 лет начались менструации, и она часто жалуется на боли внизу живота. Какие меры помогут облегчить ее состояние? ответ:

	составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; - оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника). - методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - применять современные образовательные	1. Применение теплого компресса на нижнюю часть живота. 2. Употребление теплых напитков и пищи, которая способствует снижению боли. 3. Регулярные умеренные физические упражнения для уменьшения дискомфорта. Задача №3: У подростка начались проблемы с акне на лице, что может вызвать у него негативные эмоции. Какие меры помогут справиться с этой проблемой? ответ: 1. Регулярное умывание лица мягкими моющими средствами. 2. Избегание сильных моющих средств и агрессивных косметических продуктов. 3. Правильное питание, избегание переедания жирной и сладкой пищи.

	технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы; - использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков адаптивной физической культуры; - обучать технике физических упражнений, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - осуществлять направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей	

	развития; - дозировать физическую нагрузку, исходя, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса; - формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями; использовать в воспитании обучающихся возможности урока адаптивной физической культуры; подбирать и использовать на	

	занятиях спортивное и специализированное оборудование и инвентарь; - обучать приемам страховки и само страховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках адаптивной физической культуры. Навыки и/или опыт деятельности: проведения учебных занятий по адаптивной физической культуре в со ответственности с их разновидностями, программными требованиями, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития.	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Ситуационные задачи	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и

		уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 01 ОК 02 ОК 08	Знания: - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности. - медико-биологические и психологические основы построения	Задание 1. Онтогенез – это: а) индивидуальное развитие организма от оплодотворения яйцеклетки до смерти; б) индивидуальное развитие от рождения до смерти; в) период эмбрионального развития; г) индивидуальное развитие от зачатия до рождения. Задание 2. Постоянство внутренней среды организма называют: а) онтогенезом; б) гомеостазом; в) филогенезом; г) фагоцитозом. Задание 3. Явление акселерации характеризуют: а) увеличением массы тела; б) увеличением длины тела; в) ускорением психического развития; г) ускорением морфофункционального развития и созревания. Задание 4. Явление акселерации – это пример: а) гетерохронности; б) гармоничности; в) надежности; г) системогенеза. Задание 5. Понятие функциональной системы в физиологию ввел: а) Анохин; б) Павлов; в) Ухтомский; г) Маркосян. Задание 6. Ткань – это:

	частных методик адаптивной физической культуры; - характеристика типичных нарушений и особенностей развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - методические особенности проведения уроков адаптивной физической культуры с учётом типичных нарушений и особенностей развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - классификация, направленность и педагогические возможности средств и методов адаптивного физического воспитания применительно к урочным формам занятий адаптивной физической	а) совокупность клеток, имеющих одинаковое строение и происхождение; б) совокупность клеток определенного строения, выполняющие определенные функции; в) совокупность клеток сходного строения, выполняющих определенные функции, и межклеточное вещество; г) совокупность клеток единого происхождения и межклеточное вещество. Задание 7. К внутренней среде относят: а) кровь; б) лимфу; в) секрет желез; г) тканевую жидкость. Задание 8. В переводе термин «гуморальный» означает: а) жидкостный; б) нервный; в) лимфатический; г) кровяной. Задание 9. Увлажнение, согревание и очищение воздуха происходит: а) в носовой полости; б) в гортани; в) носоглотке; г) трахее. Задание 10. Образование первичной мочи происходит в: а) канальцах нефрона; б) почечных дольках; в) капсуле нефрона; г) почечных лоханках. Задание 11. Дать ответ на вопрос: Какое значение имеет амилаза в пищеварительной системе? Правильный ответ: Амилаза является ферментом, который разрушает углеводы (крахмал и гликоген) на простые сахара для их усвоения организмом. Она начинает процесс расщепления углеводов в полости рта. Задание 12. Что такое адаптация в физиологии и какие виды адаптации существуют? Правильный ответ: Адаптация в физиологии означает способность организма приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды. Существует

	культурой; методика поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - методические основы воспитания физических качеств и способностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении учебных занятий по адаптивной физической культуре; возможности урока адаптивной физической культуры в воспитании обучающихся; Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном	физиологическая адаптация (например, приспособление к высокогорью) и морфологическая адаптация (изменения в структуре организма для лучшей адаптации). Задание 13. Дать ответ на вопрос: Что такое скелет человека? Правильный ответ: Скелет человека представляет собой внутреннюю опорную систему, состоящую из 206 костей. Он обеспечивает поддержку тела, защиту внутренних органов, обеспечивает движение и участвует в производстве крови. Скелет состоит из двух основных частей: аппендикулярного скелета (включающего конечности) и туловища (включающего череп, позвоночник и рёбра). Кости соединены суставами, что позволяет выполнять разнообразные движения. Кроме того, скелет является хранилищем для кальция и других минералов, необходимых для поддержания здоровья костей и органов. Задание 14. Перечислите три стадии развития скелета. Правильный ответ: В развитии скелета человека выделяют три стадии: перепончатую, хрящевую и костную. Задание 15. Какие типы дыхания вам известны. Правильный ответ: грудной тип дыхания (вдох-выдох производится преимущественно грудной клеткой и участия мышц грудной клетки) брюшной тип дыхания (вдох-выдох производится преимущественно путём уплощения диафрагмы со вспомогательным участием мышц брюшной стенки). Задание 16. Особенности дыхания детей младшего школьного возраста. Правильный ответ: У детей младшего возраста спокойное дыхание – диафрагмальное. Это связано с особенностями строения грудной клетки. Рёбра расположены под большим углом к позвоночнику, поэтому сокращение межреберных мышц менее эффективно изменяет объём грудной полости. Энергетическая стоимость дыхания ребенка гораздо выше, чем у взрослого.

	и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; -определять этапы решения задачи; -выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; - оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника). - методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм	Задание 17. Особенности ЧСС у детей. Правильный ответ: В связи с особенностями нервной регуляции сердца и высокой интенсивности обмена веществ, частота сердечных сокращений у детей значительно выше, чем у взрослого, и только примерно к 15 годам частота сердечных сокращений становится, как у взрослого человека. Уменьшение частоты сердечных сокращений (ЧСС) с возрастом ребенка связано непосредственно с началом влияния блуждающего нерва на сердце. Кроме того, у детей заметны половые различия ЧСС. Так, у мальчиков ЧСС ниже, чем у девочек. Задание 18. Гуморальная регуляция – это: Правильный ответ: один из эволюционно ранних механизмов регуляции процессов жизнедеятельности в организме, осуществляемый через жидкие среды организма (кровь, лимфу, тканевую жидкость, слюну) с помощью гормонов, выделяемых клетками, органами, тканями. Задание 19. Нейрон – это: Правильный ответ: основная структурная и функциональная (то есть элементарная) единица нервной ткани. Его отличительной чертой являются множественные отростки. Нейроны всегда имеют только одно ядро. Задание 20. Строение нервной системы. Правильный ответ: Нервная система человека часто делится на центральную нервную систему (ЦНС) и периферическую нервную систему (ПНС). Центральная состоит из головного и спинного мозга. ПНС состоит из всех других нервов и нейронов, которые не лежат в пределах ЦНС. Преобладающее большинство нервов принадлежит ПНС. Задание 21. Установите последовательность расположите

	занятий, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;	следующие части тела в порядке, через который проходит пищеварительный канал, начиная с момента приема пищи:					
	- применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы;	а) Желудок б) Тонкий кишечник в) Глотка г) Пищевод д) Толстый кишечник					
	- использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков адаптивной физической культуры;	Запишите со ответствующую последовательность слева направо					
	- обучать технике физических упражнений, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре,	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>					
		Правильный ответ:					
		<table><tr><td>в</td><td>г</td><td>а</td><td>б</td><td>д</td></tr></table>	в	г	а	б	д
	в	г	а	б	д		
		Задание 22.					
		Установите последовательность Фазы клеточного дыхания в правильной последовательности:					
	а) Гликолиз б) Цитриновый цикл в) Электронный транспорт						
	Запишите соответствующую последовательность слева направо						
	<table><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>						
	Правильный ответ:						
	<table><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td></tr></table>	а	б	в			
а	б	в					
	Задание 23.						
	Установите последовательность процессов пищеварения углеводов:						
	а) Гидролиз полисахаридов б) Абсорбция моносахаридов в) Ферментативное расщепление дисахаридов						
	Запишите со ответствующую последовательность слева направо						
	<table><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>						
	Правильный ответ:						
	<table><tr><td>в</td><td>а</td><td>б</td></tr></table>	в	а	б			
в	а	б					
	Задание 24.						
	Установите последовательность Расположите следующие этапы правильного мытья рук в правильной последовательности:						
	а) Нанесение мыла и воды б) Тщательное натираание всех поверхностей рук						

	возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;	в) Промывание рук под чистой проточной водой г) Вытирание рук полотенцем или использование сушилки для рук Запишите со ответствующую последовательность слева направо											
	- осуществлять направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;	<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>а</td><td>б</td><td>в</td><td>г</td></tr></table>					а	б	в	г			
	а	б	в	г									
	- дозировать физическую нагрузку, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития;	Задание 25. Укажите правильную последовательность действий при кашле или чихании для предотвращения распространения инфекций: а) Прикрывание рта и носа локтем или тканью б) Мытье рук после кашля или чихания в) Использование одноразовых салфеток или салфеток для лица г) Обработка поверхностей, с которыми контактировали руки после кашля или чихания. Запишите со ответствующую последовательность слева направо											
		<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>а</td><td>в</td><td>б</td><td>г</td></tr></table>					а	в	б	г			
	а	в	б	г									
		Задание 26. Укажите правильную последовательность прохождения воздуха по дыхательным путям: 1) бронхи 2) гортань 3) легкие 4) носовая полость 5) трахея 6) носоглотка Запишите со ответствующую последовательность слева направо											
		<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>4</td><td>6</td><td>2</td><td>5</td><td>1</td><td>3</td></tr></table>							4	6	2	5	1
4	6	2	5	1	3								
	Задание 27. Установите последовательность процесса прохождения звука в ухе: 1) среднее ухо 2) наружное ухо												

	характера нарушений и особенностей развития;	3) внутреннее ухо							
	- использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса;	4) слуховой нерв							
	- формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями; использовать в воспитании обучающихся возможности урока адаптивной физической культуры;	Запишите со ответствующую последовательность слева направо							
	подбирать и использовать на занятиях спортивное и специализированное оборудование и инвентарь;	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>							
	- обучать приёмам страховки и самостраховки,	Правильный ответ:							
		<table><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>4</td></tr></table>	2	1	3	4			
	2	1	3	4					
		Задание 28.							
		Установите последовательность процесса прохождения лучей через прозрачную среду глаза:							
	1) сетчатка								
	2) луч света								
	3) зрачок								
	4) стекловидное тело								
	5) задняя камера глаза								
	6) хрусталик								
	7) передняя камера глаза								
	8) роговица								
	Запишите со ответствующую последовательность слева направо								
	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>								
	Правильный ответ:								
	<table><tr><td>2</td><td>8</td><td>7</td><td>3</td><td>5</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td></tr></table>	2	8	7	3	5	6	4	1
2	8	7	3	5	6	4	1		
	Задание 29.								
	Установите последовательность процесса прохождения пищи по ЖКТ:								
	1) тонкий кишечник								
	2) желудок								
	3) пищевод								
	4) 12-перстная кишка								
	Запишите со ответствующую последовательность слева направо								
	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>								
	Правильный ответ:								
	<table><tr><td>3</td><td>2</td><td>4</td><td>1</td></tr></table>	3	2	4	1				
3	2	4	1						
	Задание 30.								
	Укажите правильную последовательность звеньев рефлекторной дуги:								
	1) чувствительное (афферентное) звено								
	2) эффектор								
	3) рецептор								
	4) центральное звено								

	обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках адаптивной физической культуры.	5) эфферентное звено								
		Запишите со ответствующую последовательность слева направо								
		<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>								
		Правильный ответ:								
		<table><tr><td>3</td><td>1</td><td>4</td><td>5</td><td>2</td></tr></table>	3	1	4	5	2			
		3	1	4	5	2				
		Задание 31.								
		Установите со ответствие								
		<table><tr><td>Форменный элемент крови</td><td>Функции</td></tr><tr><td>А) эритроцит</td><td>1) вырабатывают антитела</td></tr><tr><td>Б) лейкоцит</td><td>2) свертывание крови</td></tr><tr><td>В) тромбоцит</td><td>3) регенеративная функция</td></tr></table>	Форменный элемент крови	Функции	А) эритроцит	1) вырабатывают антитела	Б) лейкоцит	2) свертывание крови	В) тромбоцит	3) регенеративная функция
Форменный элемент крови	Функции									
А) эритроцит	1) вырабатывают антитела									
Б) лейкоцит	2) свертывание крови									
В) тромбоцит	3) регенеративная функция									
Запишите выбранные цифры под со										
ответствующими буквами:										
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В							
А	Б	В								
Правильный ответ:										
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr></table>	А	Б	В	3	1	2				
А	Б	В								
3	1	2								
Задание 32.										
Установите со ответствие										
<table><tr><td>Сенсорная система</td><td>Рецепторы</td></tr><tr><td>А) зрительная</td><td>1) Палочки</td></tr><tr><td>Б) слуховая</td><td>2) Сухожильные рецепторы Гольджи</td></tr><tr><td>В) двигательная</td><td>3) Кортиев орган</td></tr><tr><td>Г) соматосенсорная</td><td>4) Волосковые чувствительные клетки</td></tr></table>	Сенсорная система	Рецепторы	А) зрительная	1) Палочки	Б) слуховая	2) Сухожильные рецепторы Гольджи	В) двигательная	3) Кортиев орган	Г) соматосенсорная	4) Волосковые чувствительные клетки
Сенсорная система	Рецепторы									
А) зрительная	1) Палочки									
Б) слуховая	2) Сухожильные рецепторы Гольджи									
В) двигательная	3) Кортиев орган									
Г) соматосенсорная	4) Волосковые чувствительные клетки									
Запишите выбранные цифры под со										
ответствующими буквами:										

		<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>1</td><td>3</td><td>2</td><td>4</td></tr></table> Задание 33. Установите со ответствие <table><tr><td>Тип ВНД</td><td>Взаимоотношения между сигнальными системами</td></tr><tr><td>А) средний</td><td>1) Преобл дание первой сигнальной системы над второй</td></tr><tr><td>Б) мыслительный</td><td>2) Преобладание второй сигнальной системы над первой</td></tr><tr><td>В) гениальный</td><td>3) Преобладание и первой, и второй сигнальных систем</td></tr><tr><td>Г) художественный</td><td>4) Уравновешенная деятельность двух сигнальных систем</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>4</td><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> Задание 34. Установите со ответствие <table><tr><td>Тип ВНД</td><td>Темперамент</td></tr><tr><td>А) Сильный подвижный неуравновешенный</td><td>1) Меланхолик</td></tr></table>	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	1	3	2	4	Тип ВНД	Взаимоотношения между сигнальными системами	А) средний	1) Преобл дание первой сигнальной системы над второй	Б) мыслительный	2) Преобладание второй сигнальной системы над первой	В) гениальный	3) Преобладание и первой, и второй сигнальных систем	Г) художественный	4) Уравновешенная деятельность двух сигнальных систем	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	4	2	3	1	Тип ВНД	Темперамент	А) Сильный подвижный неуравновешенный	1) Меланхолик
А	Б	В	Г																																													
А	Б	В	Г																																													
1	3	2	4																																													
Тип ВНД	Взаимоотношения между сигнальными системами																																															
А) средний	1) Преобл дание первой сигнальной системы над второй																																															
Б) мыслительный	2) Преобладание второй сигнальной системы над первой																																															
В) гениальный	3) Преобладание и первой, и второй сигнальных систем																																															
Г) художественный	4) Уравновешенная деятельность двух сигнальных систем																																															
А	Б	В	Г																																													
А	Б	В	Г																																													
4	2	3	1																																													
Тип ВНД	Темперамент																																															
А) Сильный подвижный неуравновешенный	1) Меланхолик																																															

		<table border="1"><tr><td>(безудержный)</td><td></td></tr><tr><td>Б) Сильный уравновешенный подвижный</td><td>2) Флегматик</td></tr><tr><td>В) Сильный уравновешенный инертный</td><td>3) Сангвиник</td></tr><tr><td>Г) Слабый тип</td><td>4) Холерик</td></tr></table>	(безудержный)		Б) Сильный уравновешенный подвижный	2) Флегматик	В) Сильный уравновешенный инертный	3) Сангвиник	Г) Слабый тип	4) Холерик
(безудержный)										
Б) Сильный уравновешенный подвижный	2) Флегматик									
В) Сильный уравновешенный инертный	3) Сангвиник									
Г) Слабый тип	4) Холерик									

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
4	3	2	1

Задание 35.
Установите со ответствие
По признаку активности гимнастические
упражнения классифицируют.

Характеристика	Название
А) пищеварение, вы аботка желудочного сока для разложен я пищи	1) Селезенка
Б) участвует в иммунной системе, уничтожает старые кровяные клетки	2) Мозг
В) пе еносят кровь по организму, обеспечивают поставку кислорода и питательных веществ	3) Желудок
Г) контролирует мыш ы и органы, обрабатывает информацию, правляет поведением и мыслями	4) Сосуды

		Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами:								
		<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В	Г				
		А	Б	В	Г					
		Правильный ответ:								
		<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>3</td><td>1</td><td>4</td><td>2</td></tr></table>	А	Б	В	Г	3	1	4	2
		А	Б	В	Г					
		3	1	4	2					
		Задание 36. Установите со ответствие								
		<table><tr><td>Описание функции</td><td>Вид систе ы</td></tr><tr><td>А) обмен газами, оступление кислорода и удаление углекислого газа</td><td>1) Репродуктивная система</td></tr><tr><td>Б) обработка информации, контроль мышц и органов, регуляция повед ния</td><td>2) Дыхательная система</td></tr><tr><td>В) производство половых клеток, размножение</td><td>3) Эндокринная систем</td></tr><tr><td>Г) выработк гормонов, регуляция различных функций организма</td><td>4) Центральная нервная система</td></tr></table>	Описание функции	Вид систе ы	А) обмен газами, оступление кислорода и удаление углекислого газа	1) Репродуктивная система	Б) обработка информации, контроль мышц и органов, регуляция повед ния	2) Дыхательная система	В) производство половых клеток, размножение	3) Эндокринная систем
Описание функции	Вид систе ы									
А) обмен газами, оступление кислорода и удаление углекислого газа	1) Репродуктивная система									
Б) обработка информации, контроль мышц и органов, регуляция повед ния	2) Дыхательная система									
В) производство половых клеток, размножение	3) Эндокринная систем									
Г) выработк гормонов, регуляция различных функций организма	4) Центральная нервная система									
Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами:										
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В	Г						
А	Б	В	Г							
Правильный ответ:										
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>2</td><td>4</td><td>1</td><td>3</td></tr></table>	А	Б	В	Г	2	4	1	3		
А	Б	В	Г							
2	4	1	3							
Задание 37. Установите со ответствие:										
<table><tr><td>Отдел ЦНС</td><td>Функция</td></tr><tr><td>А) Таламус</td><td>1) осуществление регуляции деятельности пищеварительной и</td></tr></table>	Отдел ЦНС	Функция	А) Таламус	1) осуществление регуляции деятельности пищеварительной и						
Отдел ЦНС	Функция									
А) Таламус	1) осуществление регуляции деятельности пищеварительной и									

			дыхательной систем;
Б) Средний мозг		2)	осуществление сухожильных рефлексов;
В) Продолговатый мозг		3)	коллектор всех афферентных путей;
Г) Спинной мозг		4)	осуществление ориентировочных рефлексов

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
3	4	1	2

Задание 38.

Установите со ответствие:

Структура нервной системы	Определение
А) Нейрон	1) отросток нервной клетки, покрытый оболочками
Б) Синапс	2) пучок нервных волокон, покрытый сверху общей соединительнотканной оболочкой
В) Нервное волокно	3) анатомо - гистологическая единица нервной системы;
Г) Нерв	4) место контакта двух нейронов между собой

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

		<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td></tr></table> Задание 39. Установите со ответствие: <table><tr><td>Рефлексы</td><td>Отдел ЦНС</td></tr><tr><td>А) Условный рефлекс</td><td>1) спинной мозг</td></tr><tr><td>Б) Глотательный рефлекс</td><td>2) мозжечок</td></tr><tr><td>В) Рефлекс правильной координации движений</td><td>3) продолговатый мозг</td></tr><tr><td>Г) Коленный рефлекс</td><td>4) кора больших полушарий</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>4</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr></table> Задание 40. Установите со ответствие: <table><tr><td>Вид рефлекса</td><td>Рефлекс</td></tr><tr><td>А) Защитный рефлекс</td><td>1) слюноотделение</td></tr><tr><td>Б) Пищеварительный рефлекс</td><td>2) кашель</td></tr><tr><td>В) Рефлекс спинного мозга</td><td>3) глотание</td></tr></table>	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	3	4	1	2	Рефлексы	Отдел ЦНС	А) Условный рефлекс	1) спинной мозг	Б) Глотательный рефлекс	2) мозжечок	В) Рефлекс правильной координации движений	3) продолговатый мозг	Г) Коленный рефлекс	4) кора больших полушарий	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	4	3	2	1	Вид рефлекса	Рефлекс	А) Защитный рефлекс	1) слюноотделение	Б) Пищеварительный рефлекс	2) кашель	В) Рефлекс спинного мозга	3) глотание
А	Б	В	Г																																																	
А	Б	В	Г																																																	
3	4	1	2																																																	
Рефлексы	Отдел ЦНС																																																			
А) Условный рефлекс	1) спинной мозг																																																			
Б) Глотательный рефлекс	2) мозжечок																																																			
В) Рефлекс правильной координации движений	3) продолговатый мозг																																																			
Г) Коленный рефлекс	4) кора больших полушарий																																																			
А	Б	В	Г																																																	
А	Б	В	Г																																																	
4	3	2	1																																																	
Вид рефлекса	Рефлекс																																																			
А) Защитный рефлекс	1) слюноотделение																																																			
Б) Пищеварительный рефлекс	2) кашель																																																			
В) Рефлекс спинного мозга	3) глотание																																																			

		<table><tr><td>Г) Рефлекс продолговатого мозга</td><td>4) мочеиспускание</td></tr></table>	Г) Рефлекс продолговатого мозга	4) мочеиспускание						
		Г) Рефлекс продолговатого мозга	4) мочеиспускание							
		Запишите выбранные цифры под со								
		ответствующими буквами:								
		<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В	Г				
		А	Б	В	Г					
Правильный ответ:										
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td></tr></table>	А	Б	В	Г	2	1	4	3		
А	Б	В	Г							
2	1	4	3							

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	ответ на вопрос экзаменационного билета
ОК 01 ОК 02 ОК 08	Знания: - актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном	1. Опорно-двигательный аппарат. Краткая характеристика. Правильный ответ: Опорно-двигательный аппарат человека является единой системой, состоящей из костей, суставов, связок, мышц, их нервных образований. Опорно-двигательный аппарат обеспечивает опору тела и возможность передвигаться в пространстве. Также с его помощью возможно движение отдельных частей тела и органов, а также их защита. 2. Перечислите три стадии развития скелета. Правильный ответ: В развитии скелета человека выделяют три стадии: перепончатую, хрящевую и костную.

	и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - методы работы в профессиональной и смежных сферах; - структуру плана для решения задач; - порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности. - медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры; - характеристика типичных нарушений и особенностей развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - методические особенности проведения уроков адаптивной физической культуры с учётом типичных нарушений и особенностей	3. Какие типы дыхания вам известны. Правильный ответ: грудной тип дыхания (вдох-выдох производится преимущественно грудной клеткой и участия мышц грудной клетки) брюшной тип дыхания (вдох-выдох производится преимущественно путём уплощения диафрагмы со вспомогательным участием мышц брюшной стенки). 4. Особенности дыхания детей младшего школьного возраста. Правильный ответ: У детей младшего возраста спокойное дыхание – диафрагмальное. Это связано с особенностями строения грудной клетки. Ребра расположены под большим углом к позвоночнику, поэтому сокращение межреберных мышц менее эффективно изменяет объем грудной полости. Энергетическая стоимость дыхания ребенка гораздо выше, чем у взрослого. 5. Особенности ЧСС у детей. Правильный ответ: В связи с особенностями нервной регуляции сердца и высокой интенсивности обмена веществ, частота сердечных сокращений у детей значительно выше, чем у взрослого, и только примерно к 15 годам частота сердечных сокращений становится, как у взрослого человека. Уменьшение частоты сердечных сокращений (ЧСС) с возрастом ребенка связано непосредственно с началом влияние блуждающего нерва на сердце. Кроме того, у детей заметны половые различия ЧСС. Так, у мальчиков ЧСС ниже, чем у девочек. 6. Гуморальная регуляция – это: Правильный ответ: один из эволюционно ранних механизмов регуляции процессов жизнедеятельности в организме, осуществляемый через жидкие среды организма (кровь, лимфу, тканевую жидкость, слюну) с помощью гормонов, выделяемых клетками, органами, тканями. 7. Нейрон – это: Правильный ответ: основная структурная и функциональная (то есть элементарная) единица нервной ткани. Его

	развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - классификация, направленность и педагогические возможности средств и методов адаптивного физического воспитания применительно к урочным формам занятий адаптивной физической культурой; методика поэтапного обучения двигательным умениям и навыкам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - методические основы воспитания физических качеств и способностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов разных нозологических групп; - техника	отличительной чертой являются множественные отростки. Нейроны всегда имеют только одно ядро. 8. Строение нервной системы. Правильный ответ: Нервная система человека часто делится на центральную нервную систему (ЦНС) и периферическую нервную систему (ПНС). Центральная состоит из головного и спинного мозга. ПНС состоит из всех других нервов и нейронов, которые не лежат в пределах ЦНС. Преобладающее большинство нервов принадлежит ПНС. 9. Перечислите меры укрепления иммунитета у детей. Правильный ответ: 1. Закаливание. Основные методы — контрастные обливания, обтирания, воздушные и солнечные ванны. 2. Организация питания. В рационе не должно быть перекосов в сторону каких-либо нутриентов. 3. режим дня. 4. Физическая активность. 5. Витаминотерапия. 10. Профилактика переутомления у школьников. Правильный ответ: Для предупреждения переутомления необходимо наладить режим дня ребенка, полностью исключить недосыпание, уменьшить нагрузку, правильно организовать смену умственного труда и отдыха, увеличить пребывание на свежем воздухе.

	безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении учебных занятий по адаптивной физической культуре; возможности урока адаптивной физической культуры в воспитании обучающихся; Умения: - распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; -определять этапы решения задачи; -выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; - определять необходимые ресурсы; - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;	

	реализовывать составленный план; - оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника). - методически грамотно использовать совокупность специфических и общепедагогических средств, методов, приёмов обучения и организационных условий проведения урочных форм занятий, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - применять современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые	

	образовательные ресурсы; - использовать различные способы организации обучающихся с целью оптимального решения задач уроков адаптивной физической культуры; - обучать технике физических упражнений, исходя из требований программного материала по адаптивной физической культуре, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - осуществлять направленное воспитание физических качеств и способностей, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их	

	физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - дозировать физическую нагрузку, исходя, исходя из содержания программного материала, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера нарушений и особенностей развития; - использовать общепедагогические средства, методы и приёмы для создания положительной учебной мотивации, стимулирования деятельности обучающихся, выстраивания педагогически целесообразных взаимоотношений между участниками образовательного процесса; - формировать у обучающихся устойчивый интерес и потребность в	

	занятиях физическими упражнениями; использовать в воспитании обучающихся возможности урока адаптивной физической культуры; подбирать и использовать на занятиях спортивное и специализированное оборудование и инвентарь; - обучать приёмам страховки и самостраховки, обеспечивать соблюдение необходимых требований охраны труда на уроках адаптивной физической культуры. Навыки и/или опыт деятельности: проведения учебных занятий по адаптивной физической культуре в со ответствии с их разновидностями, программными требованиями, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера	

	нарушений особенностей развития.	и	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОЦ.06 Проектная и исследовательская деятельность в профессиональной сфере

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствении с:

– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01 Физическая культура,

код, наименование специальности/направления подготовки
утвержденный приказом Министерство просвещения РФ от 11 ноября 2022г.

– учебным планом специальности/направления подготовки 49.02.01 Физическая культура, педагог по физической культуре и спорту

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС преподаватель Ахметшина Н.М.

степень, звание, фамилия, имя, отчество

1. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств (ФОС)** предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Проектная и исследовательская деятельность в профессиональной сфере

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО __49.02.01__ Физическая культура «Педагог по физической культуре и спорту».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в со соответствии с ФГОС профессии/специальности **49.02.01 Физическая культура:**

Знает:

- логику исследования,
- структуру и этапы выполнения учебно-исследовательской работы;
- способы и принципы обоснования актуальности темы исследования;
- характеристику исследовательских методов;
- компоненты методологического аппарата исследования;
- основные виды учебно-исследовательской деятельности студентов колледжа;
- способы фиксации изученного материала;
- понятие о педагогическом эксперименте, виды и этапы проведения эксперимента;
- способы интерпретации результатов и формулирования выводов по теме исследования;
- основные формы представления данных: описание, таблицы, схемы, графики, диаграммы и т.п.;
- требования к оформлению и представлению результатов работы;
- порядок и процедуру защиты выпускной квалификационной работы.
- теоретические аспекты педагогического проектирования.
- структура педагогического проекта.
- технологию педагогического проектирования.

Умеет:

- анализировать исследовательские работы с точки зрения логики исследования;
- обосновывать актуальность темы исследования;
- определять методы для организации собственного исследования;
- определять методологический аппарат исследования;
- разрабатывать план учебно-исследовательской работы;
- выделяет понятийно-категориальный аппарат исследования;
- работать с психолого-педагогической, методической, нормативной литературой по проблеме исследования;
- использовать элементы педагогического эксперимента в собственном исследовании;

- обобщать и анализировать результаты исследования;
- оформлять учебно-исследовательскую работу;
- использовать приемы защиты результатов исследования.
- разрабатывать педагогический проект.
- оформлять педагогический проект.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **общих компетенций**:

ОК-1 - Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК-2 - Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК-3 - 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-4 - Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.	ОК-1 ОК-2 ОК-3 ОК-4	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК-1 ОК-2 ОК-3 ОК-4	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	макс:			20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ОК-1 ОК-2 ОК-3 ОК-4	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10

	ОК-1 ОК-2 ОК-3 ОК-4	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК-1 ОК-2 ОК-3 ОК-4	Зачет (устный или письменный ответ на вопросы билета)	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50

Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
<i>ОК-1</i> <i>ОК-2</i> <i>ОК-3</i> <i>ОК-4</i>	Знает: – логику исследования, – структуру и этапы выполнения учебно-исследовательской работы; – способы и принципы обоснования актуальности темы исследования; – характеристику исследовательских методов; – компоненты методологического аппарата исследования; – основные виды учебно-исследовательской деятельности студентов колледжа; – способы фиксации изученного материала; – понятие о	Задание: составить и защитить презентацию на практических работах. Темы презентаций: 1. Определение методологического аппарата исследования. Логическая схема взаимосвязи методологического аппарата исследования 2. Технология сбора и анализа информации по актуальной теме исследования 3. Обоснование актуальности темы исследования. Анализ литературных источников. 4. Формулировка объекта, предмета, цели, гипотезы и составление предварительного плана исследования 5. Сбор и первичная систематизация эмпирического материала 6. Составление программы опытно-экспериментальной работы при организации исследования по теме 7. Интерпретация, оформление, представление результатов и формулирование выводов исследования.

	педагогическом эксперименте, виды и этапы проведения эксперимента; – способы интерпретации результатов и формулирования выводов по теме исследования; – основные формы представления данных: описание, таблицы, схемы, графики, диаграммы и т.п.; – требования к оформлению и представлению результатов работы; – порядок и процедуру защиты выпускной квалификационной работы. – теоретические аспекты педагогического проектирования. – структура педагогического проекта. - технологию педагогического проектирования. Умеет: - анализировать исследовательские работы с точки зрения логики исследования; – обосновывать актуальность темы исследования; – определять методы для организации собственного	8.Составление библиографического описания, составление тезисов и запись цитаты. Анализ литературных источников. 9. Наблюдение и анализ видеозаписи процедуры защиты дипломной работы. Просмотр видеороликов. требованиями последнего ГОСТ. 10.Виды педагогических проектов в практике адаптивной физической культуры. 11.Разработка проектов личностного и профессионального роста. 12.Разработка учебных проектов. 13.Разработка социально-педагогических и досуговых проектов. 14.Практика оценки результатов проектной деятельности. 15.Организационно-деятельностная игра по педагогическому проектированию. Требования к оформлению презентаций -Соблюдайте единый стиль оформления; -Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; -Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки). -На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста; -Для фона и текста используйте контрастные цвета. Предпочтительнее, если фон светлый, а текст темный; -Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования). -Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на

	исследования; – определять методологический аппарат исследования; – разрабатывать план учебно-исследовательской работы; – выделяет понятийно-категориальный аппарат исследования; – работать с психолого-педагогической, методической, нормативной литературой по проблеме исследования; – использовать элементы педагогического эксперимента в собственном исследовании; – обобщать и анализировать результаты исследования; – оформлять учебно-исследовательскую работу; – использовать приемы защиты результатов исследования. – разрабатывать педагогический проект. - оформлять педагогический проект.	слайде; -Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде. -Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов; -Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации; -Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание. -Первый слайд – это титульный слайд, на котором представлены: сверху полное наименование ОУ, название работы по центру; ФИО автора после названия работы справа. -На последнем слайде указывается: источники, список литературы, глоссарий и т.д. -Оптимальный объем. Объем презентации не должен быть менее 8-10 слайдов и не более 20 слайдов. Зрительный ряд из большого числа слайдов вызывает утомление, отвлекает от сути рассматриваемой темы. Исключения составляют презентации, предназначенные для длительной демонстрации ознакомительного характера с большим количеством визуального материала. В этом случае объем презентации - из расчета не менее чем 1 мин. на один слайд, а на слайды, содержащие ключевые моменты и основополагающие понятия - по 2 мин. Основные пункты презентации: 1. Тема 2. Актуальность 3. Объект 4. Предмет 5. Цель 6. Результаты 7. Выводы 8. Список литературы.

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
OK-1 OK-2 OK-3 OK-4	Знает: – логику исследования, – структуру и этапы выполнения учебно-исследовательской работы; – способы и принципы обоснования актуальности темы исследования; – характеристику исследовательских методов; – компоненты методологического аппарата исследования; – основные виды учебно-исследовательской деятельности студентов колледжа; – способы фиксации изученного	Задание 1. Выберите вариант ответа Во введении необходимо отразить... 1) полученные результаты; 2) актуальность темы; 3) источники, по которым написана работа. Задание 2. 7. Выберите вариант ответа Стиль научного текста предполагает только... 1) прямой порядок слов; 2) усиление информационной роли слова к концу предложения; 3. выражение личных чувств и использование средств образного письма. Задание 3. 8. Выберите вариант ответа Выводы содержат... 1) только конечные результаты без доказательств; 2) результаты с обоснованием и аргументацией; 3) кратко повторяют весь ход работы. Задание 4. 9. Выберите вариант ответа Основная цель проектной работы... 1) получение прибыли; 2) разработка новых идей; 3) решение конкретной проблемы или достижение определенной цели; 4) повышение квалификации участников.

	материала; – понятие о педагогическом эксперименте, виды и этапы проведения эксперимента; – способы интерпретации результатов и формулирования выводов по теме исследования; – основные формы представления данных: описание, таблицы, схемы, графики, диаграммы и т.п.; – требования к оформлению и представлению результатов работы; – порядок и процедуру защиты выпускной квалификационной работы. – теоретические аспекты педагогического проектирования. – структура педагогического проекта. - технологию педагогического проектирования. Умеет: - анализировать исследовательские работы с точки зрения логики исследования; – обосновывать актуальность темы исследования; – определять методы	Задание 5. Выберите вариант ответа Какой из следующих этапов не является частью проектного цикла? 1) инициация проекта; 2) планирование; 3) реализация; 4) конкуренция. Задание 6. Выберите вариант ответа Какой метод наиболее часто используется для оценки рисков в проектной работе? 1) SWOT-анализ; 2) мозговой штурм; 3) метод критической цепи; 4) диаграмма Ганта. Задание 7. Курсовая работа решает задачи: 1) Краткое изложение полученных выводов. 2) Самостоятельный анализ концепций по изучаемой проблеме. 3) Определение актуальности, объекта и предмета исследования. 4) Все варианты верны. Задание 8. Краткая характеристика печатного издания с точки зрения содержания, назначения, формы: 1) Рецензия. 2) Цитата. 3) Аннотация. 4) Все варианты верны. Задание 9. Самая краткая запись прочитанного, отражающая последовательность изложения текста: 1) Конспект 2) План 3) Реферат 4) Тезис Задание 10. Положение, отражающее смысл значительной части текста: 1) Тезис 2) Конспект 3) План 4) Аннотация Задание 11. 1. Установите последовательность Основные этапы выполнения исследовательской работы включают: 1) Презентация результатов – представление

	для организации собственного исследования; – определять методологический аппарат исследования; – разрабатывать план учебно- исследовательской работы; – выделяет понятийно- категориальный аппарат исследования; – работать с психолого- педагогической, методической, нормативной литературой по проблеме исследования; – использовать элементы педагогического эксперимента в собственном исследовании; – обобщать и анализировать результаты исследования; – оформлять учебно- исследовательскую работу; – использовать приемы защиты результатов исследования. – разрабатывать педагогический проект. - оформлять педагогический проект.	результатов исследования на конференциях или публикация в научных журналах. 2) Определение темы и формулировка проблемы – выбор актуальной темы и четкое определение исследовательского вопроса. 3) Сбор данных – проведение опросов, интервью или экспериментов для получения необходимой информации. 4) Анализ данных – обработка и интерпретация собранных данных. 5) Обзор литературы – изучение существующих исследований для понимания контекста и выявления пробелов в знаниях. 6) Выбор методов исследования – определение подходящих методов для сбора и анализа данных. 7) Написание отчета – оформление результатов в виде научной статьи или диссертации. Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>2</td><td>5</td><td>6</td><td>3</td><td>4</td><td>7</td><td>1</td></tr></table> Задание 12. Установите последовательность Процесс решения задачи включает в себя основные этапы: 1) Разработка стратегии – выбор методов и подходов для решения задачи; 2) Проверка результата – оценка полученного решения на предмет его эффективности и правильности; 3) Постановка задачи – четкое определение проблемы, которую необходимо решить; 4) Анализ информации – сбор и анализ данных, относящихся к задаче, для лучшего понимания контекста; 5) Реализация решения – выполнение выбранной стратегии и применение методов на практике; 6) Корректировка – при необходимости внесение изменений в решение на основе полученных результатов. Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>3</td><td>4</td><td>1</td><td>5</td><td>2</td><td>6</td></tr></table> Задание 13.								2	5	6	3	4	7	1							3	4	1	5	2	6
2	5	6	3	4	7	1																						
3	4	1	5	2	6																							

	Установите последовательность Структурные компоненты учебного реферата: 1) Основная часть 2) Список литературы 3) Оглавление 4) Заключение 5) Введение Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>3</td><td>5</td><td>1</td><td>2</td><td>4</td></tr></table> Задание 14. Установите последовательность Структурные компоненты научного аппарата: 1) Цель 2) Объект 3) Гипотеза 4) Предмет 5) Задачи Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>2</td><td>4</td><td>1</td><td>5</td><td>3</td></tr></table> Задание 15. Установите последовательность Этапы работы над проектом: 1) Планирование 2) Рефлексия 3) Проблематизация 4) Целеполагание 5) Реализация плана Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>3</td><td>4</td><td>1</td><td>5</td><td>2</td></tr></table> Задание 16. Установите последовательность Алгоритм составления конспекта: 1) Сформулируй кратко главную мысль каждой части в виде заголовка; выпиши все заголовки (пункты плана) на левой стороне листа (нумеруя их римскими цифрами) 2) Прочитай текст целиком						3	5	1	2	4						2	4	1	5	3						3	4	1	5	2
3	5	1	2	4																											
2	4	1	5	3																											
3	4	1	5	2																											

		3) Раздели развернутый лист тетради на две неравные части – слева будет записываться план, справа конспект 4) В каждой части выдели факты, цифры, выводы, уточняющие главную мысль 5) Проверь сделанную работу. Если нужно, исправь, уточни заголовки 6) Выдели в нем логически законченные части. (Помни, что каждая часть не обязательно состоит из одного абзаца) 7) Кратко перескажи главную мысль, а если это трудно, процитируй текст источника, заключая его в кавычки. Основные положения конспекта выписывай на правой стороне листа – против соответствующих заголовков (нумеруя арабскими цифрами) Запишите _____ со _____ ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>3</td><td>2</td><td>6</td><td>1</td><td>4</td><td>7</td><td>5</td></tr></table> Задание 17. Установите последовательность Части письменного отчета учебного проекта: 1) Основная часть (теоретическая) 2) Источники информации 3) Введение 4) Практико-ориентированная часть 5) Приложения 6) Выводы 7) Паспорт проекта 8) Тезариус Запишите _____ со _____ ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>7</td><td>3</td><td>1</td><td>4</td><td>6</td><td>2</td><td>8</td><td>5</td></tr></table> Задание 18. Установите последовательность Структурные компоненты учебного реферата: 1) При чтении определить и отметить в тексте смысловые границы, т.е. те места, где кончается одна мысль и начинается другая. 2) Просмотреть текст, убедиться в правильности установления границ смены и точности формулировок 3) Прочитать весь текст, осмыслить 4) Каждому выделенному фрагменту дать									3	2	6	1	4	7	5									7	3	1	4	6	2	8	5
3	2	6	1	4	7	5																											
7	3	1	4	6	2	8	5																										

		название, которое будет пунктом плана Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>3</td><td>1</td><td>4</td><td>2</td></tr></table> Задание 19. Установите последовательность Алгоритм составления плана: 1) Раздели текст на смысловые части 2) Воспроизведи (перескажи) текст по составленному плану 3) Запиши пункты плана 4) Выдели ключевые слова 5) Продумай возможные варианты продолжения текста и план к нему 6) Прочти текст 7) Выдели идею каждой части 8) Определи основную идею Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>6</td><td>8</td><td>4</td><td>1</td><td>7</td><td>3</td><td>2</td><td>5</td></tr></table> Задание 20. Установите последовательность Алгоритм составления плана: 1) Внимательно прочти текст. 2) Определи ключевые понятия. 3) Раздели материал на части, выдели главную мысль части. 4) Визуализируй конспект. 5) Выдели главную идею. 6) Прочти текст второй раз. 7) Сформулируй тезисы конспекта. 8) Запиши главные мысли в форме плана. Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>1</td><td>5</td><td>3</td><td>8</td><td>6</td><td>7</td><td>2</td><td>4</td></tr></table> Задание 21. Установите со ответствие Основные типы исследовательских работ в академической среде					3	1	4	2									6	8	4	1	7	3	2	5									1	5	3	8	6	7	2	4
3	1	4	2																																							
6	8	4	1	7	3	2	5																																			
1	5	3	8	6	7	2	4																																			

		<table><tr><th>Описание</th><th>Типы</th></tr><tr><td>А) фокусируются на разработке и проверке теорий</td><td>1) обзорные статьи</td></tr><tr><td>Б) направлены на решение практических задач</td><td>2) теоретические исследования</td></tr><tr><td>В) основаны на сборе и анализе данных</td><td>3) эмпирические исследования</td></tr><tr><td>Г) систематический анализ существующих исследований по определенной теме</td><td>4) прикладные исследования</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>2</td><td>4</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> Задание 22. Установите со ответствие Методы исследования, которые чаще всего используются в социальных науках <table><tr><th>Описание</th><th>Методы</th></tr><tr><td>А) для глубокого понимания мнений и чувств респондентов</td><td>1) наблюдение</td></tr><tr><td>Б) для изучения поведения в естественной среде</td><td>2) опросы</td></tr><tr><td>В) для сбора количественных данных</td><td>3) интервью</td></tr><tr><td>Г) для детального анализа конкретных случаев или явлений</td><td>4) кейс-стадии</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ:	Описание	Типы	А) фокусируются на разработке и проверке теорий	1) обзорные статьи	Б) направлены на решение практических задач	2) теоретические исследования	В) основаны на сборе и анализе данных	3) эмпирические исследования	Г) систематический анализ существующих исследований по определенной теме	4) прикладные исследования	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	2	4	3	1	Описание	Методы	А) для глубокого понимания мнений и чувств респондентов	1) наблюдение	Б) для изучения поведения в естественной среде	2) опросы	В) для сбора количественных данных	3) интервью	Г) для детального анализа конкретных случаев или явлений	4) кейс-стадии	А	Б	В	Г				
Описание	Типы																																													
А) фокусируются на разработке и проверке теорий	1) обзорные статьи																																													
Б) направлены на решение практических задач	2) теоретические исследования																																													
В) основаны на сборе и анализе данных	3) эмпирические исследования																																													
Г) систематический анализ существующих исследований по определенной теме	4) прикладные исследования																																													
А	Б	В	Г																																											
А	Б	В	Г																																											
2	4	3	1																																											
Описание	Методы																																													
А) для глубокого понимания мнений и чувств респондентов	1) наблюдение																																													
Б) для изучения поведения в естественной среде	2) опросы																																													
В) для сбора количественных данных	3) интервью																																													
Г) для детального анализа конкретных случаев или явлений	4) кейс-стадии																																													
А	Б	В	Г																																											

		А	Б	В	Г
		3	1	2	4

Задание 23.
Установите со ответствие
Ключевые аспекты анализа данных в
исследовательской работе

Описание	Аспекты анализа данных
А) оценка точности и достоверности полученных результатов, чтобы убедиться в их значимости	1) проверка надежности и валидности
Б) использование графиков и таблиц для наглядного представления результатов	2) выбор методов анализа
В) анализ полученных данных в контексте исследовательских вопросов и гипотез	3) визуализация данных
Г) применение статистических или качественных методов в зависимости от типа данных	4) интерпретация результатов

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
1	3	4	2

Задание 24.
Установите со ответствие

Термин	Определение
А) Логика	1) Форма организации научного знания, способствующая организации новой идеи
Б) Гипотеза	2) Предложение, положение

			о чем рассуждают или которое разъясняют.
	В) Тема	3) Осознанный образ предвосхищаемого результата, на достижение которого направлена деятельность человека	
	Г) Цель	4) Наука о формах, законах и методах познавательной деятельности	

Запишите выбранные цифры под
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
4	1	2	3

Задание 25.
Установите со ответствие

Термин	Определение
А) Проблема	1) Понятие, фиксирующее реальное событие или результат деятельности.
Б) Задача	2) Сложный теоретический или практический вопрос, требующий разрешения.
В) Идея	3) Данная в опред ленных условиях цель деятельности, которая должна быть достигнута путем преобразования этих условий.
Г) Факт	4) Одна из форм человеческого познания, которая возникает в результате попыток разума выйти за пределы чувственного опыта.

		Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>1</td></tr></table> Задание 26. Установите со ответствие <table><tr><th>Термин</th><th>Определение</th></tr><tr><td>А) Анализ</td><td>1) Мысленное отвлечение какого – либо свойства или признака предмета от других его признаков, свойств, связей для более глубокого изучения</td></tr><tr><td>Б) Синтез</td><td>2) Объединение результатов анализа в общей системе исследования, предмет воссоздается как система связей и взаимодействий с выделением наиболее существенных из них</td></tr><tr><td>В) Метод абстрагирования</td><td>3) Мысленное выделение отдельных частей, связей на основе расчленения целого</td></tr><tr><td>Г) Метод идеализации</td><td>4) Создается понятие об реально несуществующих объектах, однако эти идеализированные объекты служат моделями, позволяющими гораздо глубже и полнее выявить некоторые связи и закономерности во многих реальных объектах</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами:	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	2	3	4	1	Термин	Определение	А) Анализ	1) Мысленное отвлечение какого – либо свойства или признака предмета от других его признаков, свойств, связей для более глубокого изучения	Б) Синтез	2) Объединение результатов анализа в общей системе исследования, предмет воссоздается как система связей и взаимодействий с выделением наиболее существенных из них	В) Метод абстрагирования	3) Мысленное выделение отдельных частей, связей на основе расчленения целого	Г) Метод идеализации	4) Создается понятие об реально несуществующих объектах, однако эти идеализированные объекты служат моделями, позволяющими гораздо глубже и полнее выявить некоторые связи и закономерности во многих реальных объектах
А	Б	В	Г																									
А	Б	В	Г																									
2	3	4	1																									
Термин	Определение																											
А) Анализ	1) Мысленное отвлечение какого – либо свойства или признака предмета от других его признаков, свойств, связей для более глубокого изучения																											
Б) Синтез	2) Объединение результатов анализа в общей системе исследования, предмет воссоздается как система связей и взаимодействий с выделением наиболее существенных из них																											
В) Метод абстрагирования	3) Мысленное выделение отдельных частей, связей на основе расчленения целого																											
Г) Метод идеализации	4) Создается понятие об реально несуществующих объектах, однако эти идеализированные объекты служат моделями, позволяющими гораздо глубже и полнее выявить некоторые связи и закономерности во многих реальных объектах																											

		<table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> <td>В</td> <td>Г</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> <td>В</td> <td>Г</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>4</td> </tr> </table> Задание 27. Установите со ответствие <table border="1"> <tr> <th>Термин</th> <th>Определение</th> </tr> <tr> <td>А) Метод конкретизации</td> <td>1) Целенаправленное и систематическое восприятие особенностей протекания изучаемого явления или процесса и их специфических изменений.</td> </tr> <tr> <td>Б) Метод моделирования</td> <td>2) Он заключается в мысленной реконструкции, воссоздании предмета на основе вычисленных ранее абстракций</td> </tr> <tr> <td>В) Наблюдение</td> <td>3) Метод, разновидностями которого являются: интервью, анкетирование при котором отсутствует живой контакт с опрашиваемыми</td> </tr> <tr> <td>Г) Опрос</td> <td>4) Открывает возможность переноса информации, добытой при использовании модели по аналогии на прототип</td> </tr> </table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> <td>В</td> <td>Г</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> <td>В</td> <td>Г</td> </tr> </table>	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	3	2	1	4	Термин	Определение	А) Метод конкретизации	1) Целенаправленное и систематическое восприятие особенностей протекания изучаемого явления или процесса и их специфических изменений.	Б) Метод моделирования	2) Он заключается в мысленной реконструкции, воссоздании предмета на основе вычисленных ранее абстракций	В) Наблюдение	3) Метод, разновидностями которого являются: интервью, анкетирование при котором отсутствует живой контакт с опрашиваемыми	Г) Опрос	4) Открывает возможность переноса информации, добытой при использовании модели по аналогии на прототип	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г
А	Б	В	Г																																					
А	Б	В	Г																																					
3	2	1	4																																					
Термин	Определение																																							
А) Метод конкретизации	1) Целенаправленное и систематическое восприятие особенностей протекания изучаемого явления или процесса и их специфических изменений.																																							
Б) Метод моделирования	2) Он заключается в мысленной реконструкции, воссоздании предмета на основе вычисленных ранее абстракций																																							
В) Наблюдение	3) Метод, разновидностями которого являются: интервью, анкетирование при котором отсутствует живой контакт с опрашиваемыми																																							
Г) Опрос	4) Открывает возможность переноса информации, добытой при использовании модели по аналогии на прототип																																							
А	Б	В	Г																																					
А	Б	В	Г																																					

		2	4	1	3

Задание 28.
Установите со ответствие

Термин	Определение
А) Беседа	1) Метод, позволяющий глубоко познать психологические особенности личности человека, характер, уровень его знаний, интересов, мотивов действий и поступков
Б) Изучение результатов деятельности	2) процесс получения оценки чего-либо, на основе мнения экспертов, с целью последующего принятия решения или выбора
В) Метод экспертного оценивания	3) включает в себя анализ и описание научных результатов, которые содержат новые знания или решения и зафиксированы на любом информационном носителе
Г) Метод обобщения	4) Заключается в том, что по заранее заданной форме берутся письменные отзывы, а затем сопоставляются полученные оценки

Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
1	3	2	4

Задание 29.
Установите со ответствие

		<table><tr><th>Термин</th><th>Определение</th></tr><tr><td>А) Доклад</td><td>1) Это учебная научно – исследовательская работа студента, которая выполняется им на протяжении всего курса под руководством научного руководителя и оформляется по определенным правилам, а затем защищается студентом в присутствии комиссии</td></tr><tr><td>Б) Реферат</td><td>2) Это итоговая аттестационная научная работа студента, выполненная им на выпускном курсе, оформленная в письменном виде с соблюдением необходимых требований представленная по окончании обучения к защите. перед государственной аттестационной комиссией</td></tr><tr><td>В) Курсовая работа</td><td>3) Устное сообщение на какую- либо тему, сделанное публично, т.е. в присутствии слушателей, зрителей</td></tr><tr><td>Г) Выпускная квалификационная работа</td><td>4) Краткое изложение в письменной форме определенного научного материала, содержания книги, учения, научной проблемы</td></tr></table>	Термин	Определение	А) Доклад	1) Это учебная научно – исследовательская работа студента, которая выполняется им на протяжении всего курса под руководством научного руководителя и оформляется по определенным правилам, а затем защищается студентом в присутствии комиссии	Б) Реферат	2) Это итоговая аттестационная научная работа студента, выполненная им на выпускном курсе, оформленная в письменном виде с соблюдением необходимых требований представленная по окончании обучения к защите. перед государственной аттестационной комиссией	В) Курсовая работа	3) Устное сообщение на какую- либо тему, сделанное публично, т.е. в присутствии слушателей, зрителей	Г) Выпускная квалификационная работа	4) Краткое изложение в письменной форме определенного научного материала, содержания книги, учения, научной проблемы
Термин	Определение											
А) Доклад	1) Это учебная научно – исследовательская работа студента, которая выполняется им на протяжении всего курса под руководством научного руководителя и оформляется по определенным правилам, а затем защищается студентом в присутствии комиссии											
Б) Реферат	2) Это итоговая аттестационная научная работа студента, выполненная им на выпускном курсе, оформленная в письменном виде с соблюдением необходимых требований представленная по окончании обучения к защите. перед государственной аттестационной комиссией											
В) Курсовая работа	3) Устное сообщение на какую- либо тему, сделанное публично, т.е. в присутствии слушателей, зрителей											
Г) Выпускная квалификационная работа	4) Краткое изложение в письменной форме определенного научного материала, содержания книги, учения, научной проблемы											
Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами:												

		<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td></tr></table> Задание 30. Установите со ответствие <table><tr><th>Термин</th><th>Определение</th></tr><tr><td>А) Цель</td><td>1) это научно-состоятельное предположение, предвидение его хода и результата; совокупность теоретически обоснованных предположений, истинность которых подлежит проверке.</td></tr><tr><td>Б) Гипотеза</td><td>2) это процесс или явление, являющиеся причиной возникновения проблемной ситуации и выбранные для исследования</td></tr><tr><td>В) Объект</td><td>3) это свойства или отношения объекта исследования, познание которых важно для теоретических или практических проблем</td></tr><tr><td>Г) Предмет</td><td>4) это обоснованное представление об общих конечных или промежуточных результатах научного поиска</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr></table> Задание 31.	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	3	4	1	2	Термин	Определение	А) Цель	1) это научно-состоятельное предположение, предвидение его хода и результата; совокупность теоретически обоснованных предположений, истинность которых подлежит проверке.	Б) Гипотеза	2) это процесс или явление, являющиеся причиной возникновения проблемной ситуации и выбранные для исследования	В) Объект	3) это свойства или отношения объекта исследования, познание которых важно для теоретических или практических проблем	Г) Предмет	4) это обоснованное представление об общих конечных или промежуточных результатах научного поиска	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	4	1	2	3
А	Б	В	Г																																									
А	Б	В	Г																																									
3	4	1	2																																									
Термин	Определение																																											
А) Цель	1) это научно-состоятельное предположение, предвидение его хода и результата; совокупность теоретически обоснованных предположений, истинность которых подлежит проверке.																																											
Б) Гипотеза	2) это процесс или явление, являющиеся причиной возникновения проблемной ситуации и выбранные для исследования																																											
В) Объект	3) это свойства или отношения объекта исследования, познание которых важно для теоретических или практических проблем																																											
Г) Предмет	4) это обоснованное представление об общих конечных или промежуточных результатах научного поиска																																											
А	Б	В	Г																																									
А	Б	В	Г																																									
4	1	2	3																																									

		Какие критерии могут быть признаками актуальности темы исследования? ответ: - общий интерес к проблеме со стороны ученых, педагогов и тренеров; - наличие потребности практики обучения, воспитания и тренировки в разработке вопроса на данном этапе; - необходимость разработки темы в связи с местными, национальными, климатическими и другими условиями. Задание 32. Что является целью исследования? ответ: Цель исследования – это мысленное предвосхищение (прогнозирование) будущего результата, к чему мы стремимся по завершению работы. Удачно сформулированная цель уточняет проблему. Целью исследования в курсовых и бакалаврских работах могут быть: разработка методики спортивной тренировки, методика воспитания физических качеств юных спортсменов и т.д. Задание 33. Почему важен обзор литературы на этапе подготовки исследования? ответ: Обзор литературы важен, потому что: - позволяет понять текущее состояние знаний по теме и выявить пробелы, которые можно заполнить; - помогает сформулировать гипотезы и исследовательские вопросы на основе существующих данных; - служит основой для выбора методов исследования, основываясь на том, что уже было сделано; - обеспечивает теоретическую рамку, которая может быть использована для интерпретации результатов. Задание 34. Почему важно правильно формулировать задачу на первом этапе? ответ: Правильная формулировка задачи важна, потому что: - она определяет направление всего процесса решения и помогает сосредоточиться на ключевых аспектах проблемы; - четко сформулированная задача позволяет избежать недопонимания и разночтений в команде;

		- она служит основой для разработки эффективных стратегий и методов решения, что повышает вероятность успешного исхода. Задание 35. Дайте определение понятию проект. ответ: Проект — это комплекс действий, необходимых, чтобы получить запланированный результат в установленные сроки с использованием определённых ресурсов. Задание 36. Дайте определение понятию проектирование. ответ: Проектирование — это процесс создания проекта, то есть прототипа, прообраза предполагаемого или возможного объекта, состояния. Задание 37. Дайте определение понятию цитата. ответ: Цитата — это дословная выдержка из какого-либо текста или чьей-либо речи. Задание 38. Дайте определение понятию реферат. ответ: Реферат — краткий доклад или презентация по определённой теме, где собрана информация из одного или нескольких источников. Задание 39. Дайте определение понятию доклад. ответ: Доклад — это публичное, развёрнутое сообщение по какой-либо теме, основанное на уже имеющихся научных исследованиях. Задание 40. Дайте определение понятию рецензия. ответ: Рецензия на научную работу — это критический отзыв, который раскрывает положительные и отрицательные аспекты работы и содержит рекомендации по устранению ошибок.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания

Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК-1 ОК-2 ОК-3 ОК-4	Знает: – логику исследования, – структуру и этапы выполнения учебно-исследовательской работы; – способы и принципы обоснования актуальности темы исследования; – характеристику исследовательских методов; – компоненты методологического аппарата исследования; – основные виды	1. Отличие проектной деятельности от исследовательской деятельности. ответ: Отличие проектной деятельности от исследовательской заключается в следующих аспектах: Цель. Цель проектной деятельности — реализация проектного замысла. Цель исследовательской деятельности — уяснения сущности явления, истины, открытие новых закономерностей. Направленность. Проектная деятельность направлена на решение конкретной проблемы, на достижение оптимальным способом заранее запланированного результата. Исследовательская деятельность ориентирована на получение нового знания о мире и доказательство истинности этого знания. Наличие гипотезы. Исследование подразумевает выдвижение гипотез и теорий, их экспериментальную и теоретическую проверку. Проекты могут быть и без исследования (творческие, социальные,

	учебно-исследовательской деятельности студентов колледжа; – способы фиксации изученного материала; – понятие о педагогическом эксперименте, виды и этапы проведения эксперимента; – способы интерпретации результатов и формулирования выводов по теме исследования; – основные формы представления данных: описание, таблицы, схемы, графики, диаграммы и т.п.; – требования к оформлению и представлению результатов работы; – порядок и процедуру защиты выпускной квалификационной работы. – теоретические аспекты педагогического проектирования. – структура педагогического проекта. - технологию педагогического проектирования. Умеет: - анализировать исследовательские	информационные). Этапы. Проектная и исследовательская деятельности отличаются своими этапами. Проектная деятельность предполагает составление чёткого плана проводимых изысканий, а исследование изначально должно быть свободной, не регламентированной какими-либо внешними установками. Результат. Результатом проектной деятельности является продукт, который влияет на ситуацию, относительно которой возник замысел. Результатом исследовательской деятельности является знание (заранее неизвестное) и доказательство истинности этого знания. 2. Категории научного исследования. ответ: Парадигма. Это мысленный образ объекта исследования, принимаемый большинством учёных. Задаёт направления для исследований и объяснения существующих проблем. Анализ. Разделение объекта исследования на составные части. Синтез. Объединение разных частей объекта во что-то новое. Индукция. Умозаключение от частного к общему. Дедукция. Умозаключение от общего к частному. Принцип. Основное, исходное положение какой-либо теории, учения, науки. Гипотеза. Научное предположение, выдвигаемое для объяснения каких-либо явлений. Концепция. Система взглядов на что-либо, основная мысль, когда определяются цели и задачи исследования и указываются пути его ведения. 3. Объект и предмет исследования. Гипотеза исследования. ответ: Объект исследования — это сфера (область) поиска, это вся совокупность свойств, которая подвергается исследованию. Такими объектами могут быть системы, явления, процессы (воспитание, образование, развитие, формирование личности, коллектива). Обычно название объекта исследования содержится в ответе на вопрос: что рассматривается. Предмет исследования — это ограниченный аспект сферы поиска внутри объекта; процессы протекания или реализации изучаемых явлений, совокупность элементов, связей, отношений. Предмет исследования — это то,

	работы с точки зрения логики исследования; – обосновывать актуальность темы исследования; – определять методы для организации собственного исследования; – определять методологический аппарат исследования; – разрабатывать план учебно-исследовательской работы; – выделяет понятийно-категориальный аппарат исследования; – работать с психолого-педагогической, методической, нормативной литературой по проблеме исследования; – использовать элементы педагогического эксперимента в собственном исследовании; – обобщать и анализировать результаты исследования; – оформлять учебно-исследовательскую работу; – использовать приемы защиты результатов исследования. – разрабатывать	на что направлено внимание исследователя и что является содержанием научного изучения, рассмотрения, познания и разрешения. Обычно название предмета исследования содержится в ответе на вопрос: что изучается. Гипотеза исследования — это предположение, выдвигаемое для объяснения какого-либо явления, которое не подтверждено и не опровергнуто. Гипотеза — это предполагаемое решение проблемы. Она определяет главное направление научного поиска и является основным методологическим инструментом, организующим весь процесс исследования. 4. Достоверность полученных результатов исследования. ответ: Достоверность результатов исследования — это комплекс доказательств точности и со ответственности материалов и результатов конкретной научной работы, подтверждающие полезность и эффективность проделанного труда с приведением убедительных доказательств. Степень достоверности может быть различной и определяется свойствами используемых в работе научных и других инструментов, которые перед началом использования проходят предварительную проверку на точность. Для определения достоверности необходимо использовать в работе официальные статистические данные в области конкретной научной проблемы, что позволит объективно сравнить полученные результаты с имеющимися зафиксированными научными сведениями. Методы проверки степени достоверности включают: Аналитические. Подразумевают подробный анализ проведённых научных экспериментов на соответствие различным критериям в зависимости от специфики анализируемой научной проблемы. Экспериментальные. Подразумевают использование специализированных инструментов с учётом их погрешностей и условий, в которых проводятся научные опыты. Подтверждённые практикой методы. Позволяют сопоставить теорию и практику, определяя в итоге полезность исследования, достоверность, точность и соответствие существующим нормам. Также для подтверждения достоверности применяется верификация, позволяющая оценить несколько исследований на схожую

	педагогический проект. - оформлять педагогический проект.	тему и сделать объективные выводы. 5. Научная новизна. ответ: Научная новизна — это оригинальность и уникальность результатов исследования, которые не были ранее опубликованы или неизвестны в научной литературе. Научная новизна отражает личный вклад автора в развитие отрасли. В широком смысле это значит, что он должен найти, обосновать или применить нечто принципиально новое. Научная новизна может выражаться в следующих аспектах: нестандартный метод решения задачи; нетрадиционное определение известного понятия; оригинальная классификация объектов исследования; впервые применённая методика; подтверждение собственной гипотезы; предложения по совершенствованию объекта; построение модели. Научная новизна отличает настоящую научную работу от банального реферата. Это не пересказ уже известного, а предложение собственных идей с опорой на предыдущие исследования. 6. Методы исследований: теоретические и эмпирические. ответ: Теоретические методы исследований используют имеющиеся данные об объекте для проведения логического анализа и выявления закономерностей. Они имеют дело не с конкретными объектами, а с обобщёнными идеями (понятиями). Некоторые теоретические методы: Теоретический анализ. Предполагает выделение и обсуждение отдельных сторон, признаков, отличительных черт, параметров явлений и процессов. Абстрагирование. Это отвлечение от каких-либо свойств изучаемых объектов и выделение тех качеств, которые исследуются именно в заданном направлении. Аксиоматический метод. С самого начала задаётся набор начальных положений, не требующих доказательств. Из них по конкретным правилам строится система выводных суждений. Идеализация. Это мысленное создание понятий об объектах, не существующих в природе, но для которых есть прототипы в настоящем мире. Индукция и дедукция. Индукция — это

		рассуждение от частного к общему, а дедукция, наоборот, базируется на получении вывода при рассуждении от общего к частному. Восхождение от отвлечённого к конкретному. Данный метод представляет собой форму перемещения научного знания, закон отображения реальности в мышлении. Эмпирические методы исследований предполагают прямое взаимодействие субъекта с объектом, направленное на выявление конкретных свойств (цвет, размер, запах и другие). Познание происходит посредством наблюдения за объектом и получения информации с помощью органов чувств и специальных приборов (микроскоп, телескоп, термометр). К эмпирическим методам относят: Наблюдение. Изучение конкретных объектов и их свойств путём восприятия зрительными и слуховыми каналами рецепции или с помощью приборов согласно плану, программе исследования. Измерение. Изучение объектов путём выявления их точных количественных характеристик, в со ответствении с определёнными эталонными мерами. Описание. Фиксирование в тексте результатов наблюдения и измерения объектов. Эксперимент. Искусственное создание различных условий, в которых объект проявляет свои свойства, с целью их фиксации и изучения. 7. Курсовая работа – основа ВКР. Понятие ВКР. Виды ВКР. Структура, требования к оформлению и защите. ответ: Курсовая работа может стать основой выпускной квалификационной работы (ВКР). Идеи и накопленные материалы курсовой работы берутся за основу или за отправную точку исследования. Обучающийся может использовать основной текст курсовой работы в качестве одного из разделов ВКР, производя в нём необходимые изменения. ВКР — это итоговая аттестационная, самостоятельная научно-исследовательская работа обучающегося, выполненная им на выпускном курсе, оформленная в письменном виде с соблюдением необходимых требований и представленная к защите перед государственной аттестационной комиссией. Виды ВКР:

		Бакалаврская работа. Представляет собой законченное исследование, в котором анализируется одна из теоретических и (или) практических проблем в области профессиональной деятельности. Рекомендуемый объём ВКР бакалавра — 30–40 страниц (без учёта приложений). Дипломная работа (дипломный проект). Научно-практическое исследование преимущественно аналитического характера в предметной области обучения специальности. Рекомендуемый объём ВКР специалиста: 50–60 страниц (без учёта приложений). Магистерская диссертация. Самостоятельное и логически завершённое исследование, связанное с решением задач того вида деятельности, к которой готовится магистрант (научно-исследовательской, педагогической, организационно-управленческой, аналитической, проектно-экономической и др.). Рекомендуемый объём ВКР магистра — 70–90 страниц (без учёта приложений). Структура ВКР включает: Титульный лист. Содержит сведения об авторе и вузе, где выполнялась работа. Оглавление. Включает в себя все разделы. Текст работы, состоящий из введения, основных глав и заключения. Список используемой литературы, приведённый в алфавитном порядке. Список используемых сокращений и терминов. Приложения, включающие в себя таблицы, графики, схемы и иллюстрации. Требования к оформлению: выпускные квалификационные работы обучающихся оформляются в соответствии с требованиями нормативно-технической документации (ЕСКД, ЕСТД, ЕСПД, ГОСТ), а также программой государственной итоговой аттестации. Для защиты ВКР в государственную экзаменационную комиссию представляют пакет документов, который включает пояснительную записку, справку из системы «Антиплагиат» о результатах проверки ВКР на объём заимствований, отзыв руководителя ВКР на работу обучающегося и рецензию (при наличии). Основная цель ВКР — это проведение анализа и обобщение имеющегося теоретического или практического материала, нахождение перспективных вариантов его применения и

		перспективы дальнейшего исследования. 8.Правила переработки информации: цитирование, составление плана, аннотация, тезисы. Цитирование. Правила оформления цитат ответ: Правила переработки информации: Составление плана. Нужно прочесть весь текст, чтобы осмыслить его в целом. При повторном чтении следует определить и отметить в тексте смысловые границы, то есть те места, где заканчивается одна мысль и начинается другая. Каждому выделенному фрагменту нужно дать название, которое и будет пунктом плана. Затем следует просмотреть текст ещё раз, чтобы убедиться в правильности установления границ смены мыслей и точности формулировок. Цитирование. Цитата должна быть неразрывно связана с текстом (служить доказательством или подтверждением выдвинутых автором положений). Цитата приводится в кавычках, точно по тексту первоисточника: с теми же знаками препинания и в той же грамматической форме. Пропуск слов, предложений, абзацев при цитировании обозначается многоточием. При цитировании каждая цитата должна сопровождаться указанием на источник (библиографическая ссылка). Аннотация. Аннотация — сжатая, краткая характеристика книги (статьи или сборника), её содержания и назначения. В аннотации перечисляются главные вопросы, проблемы первичного текста, иногда характеризуются его структура, композиция. Как правило, аннотация состоит из простых предложений. Тезисы. Тезисы — кратко сформулированные основные положения доклада, научной статьи. В тезисах логично и кратко излагается данная тема. Каждый тезис, составляющий обычно отдельный абзац, освещает отдельную микротему. 9. Тезисы. Виды тезисов, последовательность написания тезисов. ответ: Тезисы — это кратко сформулированные основные положения, главные мысли научного труда, доклада, статьи, курсовой или дипломной работы. Виды тезисов: По авторству. Для составления можно обращаться к публикациям других авторов или к тексту собственного научного труда.

		По месту представления. Конференционные тезисы предназначены для представления на научных конференциях, семинарские — для выступлений на семинарах и мастер-классах. По форме представления. Текстовые тезисы представлены в виде текстового документа, постерные — используются для постерных сессий, мультимедийные — включают презентации, видео и другие формы мультимедийного контента. По содержанию. Теоретические тезисы фокусируются на теоретических основах исследования, концепциях и моделях, экспериментальные — основаны на проведённых экспериментах и содержат данные об их результатах, прикладные — ориентированы на практическое применение результатов исследования и особенности использования разработанных методик или технологий в реальных условиях. По сложности. Тезисы могут быть простыми, средними и сложными. Простые дают поверхностную информацию о труде, средние — более глубокие знания, а в сложных необходимо описать всю суть работы с примерами и исследованиями. Последовательность написания тезисов: Определение типа тезисов и их структуры. Нужно определиться, на каких мероприятиях тезисы будут представлены (конференция, семинар, международные сессии). Чёткое очертание цели работы и результатов, которых хочется добиться благодаря выступлению. Продумывание названия работы с учётом направления исследования и темы, которой посвящена конференция. Составление тезисов с учётом структуры для каждого типа. Перечтение составленного материала, если нужно — дополнение или уточнение его. Проверка текста: возможно, появятся новые идеи, которые стоит включить в текст. Также при написании тезисов можно придерживаться следующего плана: ознакомиться с текстом, определить в нём смысловые части и найти ключевые мысли в каждой из них, написать план, кратко назвать смысловые части, прочитать каждый пункт составленного плана, выделив те, которые, с точки зрения автора, не выступают в роли основных, то есть могут сократиться, и в со

		ответствии с планом (при опоре на текст) кратко записать основные положения, которые несёт в себе каждая из частей. 10. Конспектирование. Правила написания конспекта. ответ: Не начинайте записывать материал с первых слов преподавателя, сначала выслушайте его мысль до конца и постарайтесь понять её. В конспекте обязательно выделяются отдельные части. Необходимо разграничивать заголовки, подзаголовки, выводы, обособлять одну тему от другой. Создавайте записи с использованием принятых условных обозначений. Конспектируя, обязательно употребляйте разнообразные знаки (их называют сигнальными). Не забывайте об аббревиатурах (сокращённых словах), знаках равенства и неравенства, больше и меньше. При конспектировании лучше пользоваться повествовательными предложениями, избегать самостоятельных вопросов. Вопросы уместны на полях конспекта. Не старайтесь зафиксировать материал дословно, при этом часто теряется главная мысль, к тому же такую запись трудно вести. Отбрасывайте второстепенные слова, без которых главная мысль не теряется. Если в лекции встречаются непонятные вам термины, оставьте место, после занятий уточните их значение у преподавателя.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает

		на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

**ОЦ.07 Информатика и информационно-коммуникационные технологии
в профессиональной деятельности**

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань

2024

380

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11 ноября 2022г. № 968 (зарегистрирован в Минюст России от 19 декабря 2022г. № 71643).

- одобрен Педагогическим советом № 1 от 28.08.2023

І. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в со ответствии с ФГОС профессии/специальности по специальности 49.02.01 Физическая культура и рабочей программой дисциплины «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности»:

умения:

- применять современные технические средства обучения, контроля и оценки уровня физического развития, основанные на использовании компьютерных технологий;
- создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информацию различного типа с помощью современных информационных технологий;
- использовать информационные ресурсы и системы сети Интернет для поиска информации, необходимой для решения профессиональных задач.

знания:

- основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых) с помощью современных программных средств;
- назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих общих и профессиональных компетенций:

Код	Наименование результата обучения
ОК 2	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
ПК 2.4.	Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции

МОДУЛЬ СЕМЕСТР 1.	1	ОК 02, ПК2.4	Собеседование, практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	8 и менее 9– 12 13 – 16 17 – 20
МОДУЛЬ СЕМЕСТР 2.	2	ОК 02, ПК2.4	Собеседование, практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	8 и менее 9– 12 13 – 16 17 – 20
макс:					20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:					40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:					10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:					50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 02, ПК2.4	тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован	0 – 14 15 – 32

	Низкий Средний Высокий	33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Собеседование

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК 02		1. Какова роль информационных технологий в управлении физкультурно-спортивной организацией? ответ: Информационные технологии играют ключевую роль в эффективном управлении физкультурно-спортивной организацией. Они позволяют автоматизировать многие процессы, такие как учет и анализ результатов тренировок и соревнований, составление расписаний, ведение баз данных спортсменов, тренеров и инвентаря, планирование и управление финансами. Информационные системы обеспечивают сбор, хранение, обработку и предоставление актуальной информации для принятия управленческих решений. Кроме того, они способствуют улучшению коммуникации и взаимодействия между различными подразделениями организации. 2. Какие информационные технологии применяются при подготовке спортсменов? ответ: В подготовке спортсменов широко используются следующие информационные технологии: - Системы видеоанализа техники движений, которые позволяют детально изучать и корректировать технику выполнения упражнений;

		- Системы биомеханического анализа, дающие возможность оценивать кинематические и динамические характеристики движений; - Системы физиологического мониторинга, отслеживающие различные показатели организма спортсмена во время тренировок и соревнований; - Экспертные системы, помогающие в разработке тренировочных программ и планировании подготовки; - Мобильные приложения для ведения дневника тренировок, контроля нагрузок и восстановления. 3. Как используются информационные технологии в судействе и проведении соревнований? ответ: Информационные технологии широко применяются в судействе и проведении спортивных соревнований. 3. Каковы возможности использования ИТ в научно-методическом обеспечении спорта? ответ: Информационные технологии открывают широкие возможности для научно-методического обеспечения спорта: - Автоматизированные системы сбора и анализа данных о тренировочном процессе, состоянии спортсменов, соревновательной деятельности; - Экспертные системы, использующие накопленные знания для разработки оптимальных тренировочных программ и методик; - Системы моделирования и прогнозирования, позволяющие оценивать эффективность тренировок и перспективы роста спортивных результатов; - Базы данных по различным аспектам спортивной подготовки (техника, тактика, физическая, психологическая, медико-биологическая подготовка); - Системы дистанционного обучения и консультирования спортсменов и тренеров. 5. Как используются информационные технологии в медико-биологическом сопровождении спорта? ответ: Информационные технологии играют важную роль в медико-биологическом сопровождении спорта: - Автоматизированные системы сбора, хранения и анализа медицинских данных о состоянии здоровья, физической подготовленности и функциональных возможностей спортсменов; - Диагностические комплексы, использующие

		современные методы исследований (ЭКГ, ЭЭГ, МРТ, ультразвуковая диагностика и др.) для оценки состояния организма спортсмена; - Автоматизированные системы контроля и коррекции тренировочных нагрузок, восстановительных мероприятий и фармакологического обеспечения; - Экспертные системы, помогающие специалистам в принятии решений по медицинскому сопровождению спортсменов; - Телемедицинские технологии для удаленного взаимодействия врачей и тренеров, а также консультирования спортсменов. Применение данных технологий повышает качество медико-биологического контроля и оптимизирует процесс подготовки спортсменов.
ПК 2.4		1. Какие информационные технологии используются в спортивной реабилитации и восстановлении? ответ: В спортивной реабилитации и восстановлении широко применяются следующие информационные технологии: - Роботизированные и компьютеризированные тренажерные комплексы для восстановления двигательных функций; - Виртуальная и дополненная реальность, используемые в реабилитационных программах для мотивации и вовлечения спортсменов; - Биологическая обратная связь, основанная на мониторинге физиологических параметров для контроля и коррекции восстановительных процессов; - Телемедицинские технологии для удаленного взаимодействия специалистов и контроля за ходом реабилитации; - Экспертные системы, помогающие в разработке и оптимизации реабилитационных программ на основе накопленных знаний. 2. Как используются информационные технологии в спортивном менеджменте и маркетинге? ответ: Информационные технологии широко применяются в спортивном менеджменте и маркетинге: - Системы управления спортивными организациями, автоматизирующие планирование, учет, отчетность и другие управленческие процессы; - Базы данных, содержащие информацию о спортсменах, командах, соревнованиях, инфраструктуре, спонсорах и других объектах управления; - Аналитические системы, позволяющие

		проводить глубокий анализ данных для принятия обоснованных управленческих решений; - CRM-системы для эффективного взаимодействия с болельщиками, спонсорами и другими заинтересованными сторонами; - Системы продажи билетов и абонементов, организации онлайн-трансляций, мобильные приложения для взаимодействия с болельщиками; - Интернет-маркетинг и социальные медиа для продвижения бренда, повышения лояльности и вовлечения аудитории 3. Какие информационные технологии используются для организации спортивных мероприятий? ответ: В организации спортивных мероприятий активно используются следующие информационные технологии: - Автоматизированные системы регистрации участников, ведения базы данных спортсменов и формирования итоговых протоколов; - Интегрированные информационные системы, обеспечивающие взаимодействие различных служб (судейская, медицинская, техническая, охрана и др.); - Информационные табло, электронные системы подсчета очков и определения результатов; - Системы онлайн-трансляций, позволяющие обеспечить широкое освещение мероприятия в Интернете; - Мобильные приложения для болельщиков, предоставляющие актуальную информацию о ходе соревнований, расписании, результатах; - Интернет-сайты и социальные сети для информационного, рекламного и маркетингового сопровождения мероприятий. 4. Как применяются информационные технологии в спортивном образовании и подготовке кадров? ответ: Информационные технологии широко используются в спортивном образовании и подготовке кадров: - Электронные учебно-методические комплексы, включающие интерактивные учебные материалы, тесты, задания; - Системы дистанционного обучения, позволяющие организовывать онлайн-курсы, вебинары, виртуальные лаборатории; - Мультимедийные и симуляционные технологии, обеспечивающие наглядность и интерактивность обучения; - Образовательные порталы и электронные

		библиотеки, предоставляющие доступ к учебным и методическим материалам; - Экспертные системы, помогающие в разработке образовательных программ и персонализации обучения; - Электронные системы тестирования и оценки знаний, умений и компетенций обучающихся. 5. Какие перспективные информационные технологии могут быть использованы в физической культуре и спорте? ответ: К перспективным информационным технологиям, которые могут быть использованы в физической культуре и спорте, относятся: - Технологии искусственного интеллекта (ИИ) и машинного обучения, способные анализировать большие данные о спортсменах и тренировочном процессе для выявления скрытых закономерностей и оптимизации подготовки; - Носимые датчики и "умная" экипировка, позволяющие в режиме реального времени отслеживать физиологические параметры, биомеханические характеристики движений и другие показатели спортсменов; - Технологии виртуальной и дополненной реальности, открывающие новые возможности для тренировок, реабилитации и организации соревнований; - "Интернет вещей" и технологии бесконтактного взаимодействия, которые могут быть использованы для автоматизации управления спортивными объектами, повышения безопасности и комфорта; - Технологии блокчейна для обеспечения прозрачности и неизменности данных в области спорта (результаты, контракты, антидопинговые тесты и др.). Внедрение этих перспективных технологий позволит значительно повысить эффективность физкультурно-спортивной деятельности.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.

	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы. Оценка «удовлетворительно» – если обучающийся правильно выполнил 2–3 задания в отведенное время.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок. Оценка «хорошо» – если обучающийся правильно выполнил 4 задания в отведенное время.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время. Оценка «отлично» – если обучающийся правильно выполнил 5 заданий в отведенное время.

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК 02		Использование сервисов, предоставляемых сетью Интернет. Изучение поисковых механизмов сети Интернет. Поиск текстового материала в сети Интернет. Работа в сети Интернет с использованием современных технологий. Поиск изображений в сети Интернет. Обработка текстового материала полученного сиз сети Интернет. Использование возможностей сети Интернет для решения стандартных задач профессиональной деятельности на основе информационной культуры с применением информационно-коммуникационных технологий. Поиск информации на сайтах сайтов для проведения анализа и обобщения важных проблем современного развития физической культуры и спорта. Создание личного аккаунта в сети Интернет. Отправка писем с использованием различных возможностей электронной почты.

		Корректировка профиля в электронной почте. Настройка почтового ящика под свои нужды. Использование возможностей электронной почты для решения практических задач. Использование основных требований информационной безопасности при обработке входящих писем.
ПК 2.4		Поиск официального сайта программы Team Viewer. Программы без установки. Подключение к удаленному компьютеру средствами Team Viewer и управление им. Обмен файлами между компьютерами. Организация конференции Team Viewer. Общая структура языка HTML. Практические навыки, которые могут ускорить процесс проектирования web- сайтов. Понятия тегов и атрибутов, escape-последовательностей, правила записи команд. Цветовые спецификации языка. Базовые теги HTML, позволяющие формировать абзацы, устанавливать стили выделения и форматирования текста. Изучение приёмов и принципов создания HTML-страниц. Наполнение содержимого веб-страницы посредством приложения Блокнот. Атрибуты тега <BODY>. Тег управления шрифтом . Команды для создания заголовков, списков, разделителей. Изучение возможностей создания списков в средствах HTML. Создание нумерованных списков. Создание маркированных списков. Работа со сложными списками в Web-странице.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.

		Оценка «удовлетворительно» – если обучающийся правильно выполнил 2–3 задания в отведенное время.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок. Оценка «хорошо» – если обучающийся правильно выполнил 4 задания в отведенное время.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время. Оценка «отлично» – если обучающийся правильно выполнил 5 заданий в отведенное время.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестирование										
ОК 02,		Задание 1. Установите последовательность. Расположите этапы проектирования и внедрения информационной системы управления физкультурно-спортивной организацией в правильной последовательности: А) Разработка технического задания В) Опытная эксплуатация и корректировка системы С) Анализ требований и формирование концепции D) Внедрение и обучение персонала Е) Техническое и программное проектирование Запишите со ответствующую последовательность букв слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>С</td><td>А</td><td>Е</td><td>D</td><td>В</td></tr></table> Задание 2. Установите последовательность. Расположите этапы планирования и подготовки спортсмена с использованием информационных технологий в правильной последовательности: А) Сбор и анализ данных о состоянии спортсмена						С	А	Е	D	В
С	А	Е	D	В								

		В) Разработка индивидуальной тренировочной программы С) Мониторинг и корректировка тренировочного процесса Д) Постановка целей и задач на предстоящий цикл Е) Выбор методик и средств тренировочного воздействия Запишите со ответствующую последовательность букв слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>D</td><td>A</td><td>E</td><td>B</td><td>C</td></tr></table> Задание 3. Установите правильную последовательность действий при организации и проведении спортивных соревнований с применением информационных технологий: А) Регистрация и допуск участников В) Демонстрация результатов на информационных табло С) Подготовка и распечатка протоколов соревнований Д) Настройка электронных систем судейства и хронометража Е) Формирование финального протокола и награждение Запишите со ответствующую последовательность букв слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>A</td><td>D</td><td>B</td><td>C</td><td>E</td></tr></table> Задание 4. Установите последовательность. 1) Расположите основные этапы научно-методического обеспечения подготовки спортсменов с применением информационных технологий в правильной последовательности: А) Сбор и систематизация данных о тренировочном процессе В) Разработка рекомендаций и коррекция тренировочных программ С) Анализ и моделирование тренировочной и соревновательной деятельности Д) Формирование баз данных по различным аспектам спортивной подготовки Е) Выбор и применение методик диагностики состояния спортсменов Запишите со ответствующую последовательность букв слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>						D	A	E	B	C						A	D	B	C	E					
D	A	E	B	C																							
A	D	B	C	E																							

		ответ: <table border="1"> <tr> <td>E</td> <td>A</td> <td>C</td> <td>D</td> <td>B</td> </tr> </table> Задание 5. Установите последовательность/ Установите правильную последовательность этапов медико-биологического сопровождения спортсменов с использованием информационных технологий: А) Автоматизированный сбор и хранение медицинских данных В) Интегрированный анализ данных и выявление отклонений С) Планирование и реализация медико- восстановительных мероприятий D) Проведение комплексных медицинских обследований Е) Выдача рекомендаций тренерам и спортсменам Запишите со ответствующую последовательность букв слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> ответ: <table border="1"> <tr> <td>D</td> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> <td>E</td> </tr> </table> Задание 6. Установите со ответствие между компонентами информационной системы управления физкультурно-спортивной организацией и их описанием: 1. Подсистема планирования и учета 2. Подсистема мониторинга и анализа 3. Подсистема оперативного управления 4. Подсистема взаимодействия с внешней средой А) Ведение баз данных спортсменов, тренеров, инвентаря, финансов и др. В) Сбор, обработка и визуализация данных о тренировочной и соревновательной деятельности С) Автоматизация документооборота, составление расписаний, организация спортивных мероприятий D) Взаимодействие с болельщиками, спонсорами, органами управления спортом Впишите в приведённую в ответе таблицу под каждой буквой со ответствующий решению номер. <table border="1"> <tr> <td>A</td> <td>B</td> <td>C</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	E	A	C	D	B						D	A	B	C	E	A	B	C	D				
E	A	C	D	B																					
D	A	B	C	E																					
A	B	C	D																						

		ответ:			
		A	B	C	D
		1	2	3	4

Задание 7.

Соотнесите информационные технологии, применяемые при подготовке спортсменов, с их назначением:

1. Системы видеоанализа техники движений
2. Системы биомеханического анализа
3. Системы физиологического мониторинга
4. Экспертные системы
5. Мобильные приложения

А) Оценка кинематических и динамических характеристик движений

В) Изучение и коррекция техники выполнения упражнений

С) Контроль показателей организма спортсмена во время тренировок

Д) Разработка тренировочных программ и планирование подготовки

Е) Ведение дневника тренировок, контроль нагрузок и восстановления

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

A	B	C	D	E

ответ:

A	B	C	D	E
2	1	3	4	5

Задание 8.

Установите соответствие между информационными технологиями, используемыми в судействе и проведении соревнований, и их назначением:

1. Системы видеоповторов и фотофиниша
2. Электронные системы судейства
3. Автоматизированные системы регистрации
4. Информационные табло
5. Онлайн-трансляции и статистика

А) Объективное определение результатов

В) Интеграция с табло и информационными системами

С) Регистрация участников, ведение протоколов

- D) Отображение актуальной информации о ходе соревнований
 E) Широкое освещение соревнований в Интернете

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, со ответствующем буквам:

A	B	C	D	E

ответ:

A	B	C	D	E
1	2	3	4	5

Задание 9.

Соотнесите возможности использования информационных технологий в научно-методическом обеспечении спорта с их описанием:

1. Автоматизированные системы сбора и анализа данных
 2. Экспертные системы
 3. Системы моделирования и прогнозирования
 4. Базы данных по аспектам спортивной подготовки
 5. Системы дистанционного обучения
- A) Разработка оптимальных тренировочных программ и методик
 B) Оценка эффективности тренировок и перспектив спортивных результатов
 C) Накопление и предоставление знаний по различным аспектам подготовки
 D) Организация онлайн-консультирования спортсменов и тренеров
 E) Сбор и анализ данных о тренировочном процессе и соревновательной деятельности

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, со ответствующем буквам:

A	B	C	D	E

		ответ:				
		A	B	C	D	E
		2	3	4	5	1

Задание 10.

Установите со ответствие между информационными технологиями, используемыми в медико-биологическом сопровождении спорта, и их назначением:

1. Автоматизированные медицинские системы 2. Диагностические комплексы

3. Системы контроля и коррекции тренировочных нагрузок

4. Экспертные системы

5. Телемедицинские технологии

А) Оценка состояния здоровья и функциональных возможностей спортсменов

В) Помощь специалистам в принятии решений по медицинскому сопровождению

С) Удаленное взаимодействие врачей и тренеров, консультирование спортсменов

Д) Сбор, хранение и анализ медицинских данных о спортсменах

Е) Управление восстановительными мероприятиями и фармакологическим обеспечением

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, со ответствующем буквам:

A	B	C	D	E

ответ:

A	B	C	D	E
2	4	5	1	3

Задание 11.

Какая из перечисленных задач наиболее важна при управлении физкультурно-спортивной организацией с использованием информационных технологий?

А) Автоматизация документооборота

В) Сбор и анализ данных о тренировочном процессе

С) Ведение баз данных спортсменов и инвентаря

Д) Организация онлайн-продажи билетов

		Задание 12. Какая информационная технология наиболее эффективна для объективной оценки техники выполнения упражнений спортсменами? А) Системы биологической обратной связи В) Экспертные системы для планирования тренировок С) Системы видеоанализа техники движений D) Мобильные приложения для ведения дневника тренировок Задание 13. Какая информационная технология применяется для повышения точности и объективности судейства на спортивных соревнованиях? А) Информационные табло В) Системы видеоповторов и фотофиниша С) Автоматизированные системы регистрации участников D) Онлайн-трансляции соревнований Задание 14. Какая информационная технология наиболее востребована в научно-методическом обеспечении спорта? А) Дистанционное обучение тренеров В) Экспертные системы для разработки тренировочных программ С) Базы данных по различным аспектам спортивной подготовки D) Системы моделирования и прогнозирования спортивных результатов Задание 15. Какая информационная технология играет ключевую роль в медико-биологическом сопровождении спорта? А) Телемедицинские технологии В) Роботизированные тренажерные комплексы С) Автоматизированные медицинские системы D) Системы виртуальной реальности
ПК 2.4		Задание 1. Установите последовательность. Расположите основные этапы реабилитации и восстановления спортсменов с применением информационных технологий в правильной последовательности: А) Разработка индивидуальной программы реабилитации В) Контроль и корректировка восстановительных мероприятий С) Оценка функционального состояния и выявление ограничений D) Применение реабилитационных технологий

		(роботизированные тренажеры, VR и др.) Е) Анализ эффективности восстановительных мероприятий Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>С</td><td>А</td><td>Д</td><td>В</td><td>Е</td></tr></table> Задание 2. Установите последовательность. Установите правильную последовательность использования информационных технологий в спортивном менеджменте и маркетинге: А) Сбор и анализ данных для принятия управленческих решений В) Разработка стратегии продвижения спортивного бренда С) Автоматизация управленческих процессов в спортивной организации Д) Внедрение CRM-систем для взаимодействия с заинтересованными сторонами Е) Организация онлайн-продаж билетов и абонементов Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>С</td><td>А</td><td>Д</td><td>В</td><td>Е</td></tr></table> Задание 3. Установите последовательность. Расположите этапы организации и проведения спортивных мероприятий с использованием информационных технологий в правильной последовательности: А) Формирование информационного сопровождения мероприятия В) Настройка и интеграция информационных систем различных служб С) Регистрация участников и ведение базы данных Д) Демонстрация результатов соревнований на информационных табло Е) Обеспечение онлайн-трансляций и освещения мероприятия в Интернете Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>С</td><td>В</td><td>Д</td><td>А</td><td>Е</td></tr></table> Задание 4. Установите правильную						С	А	Д	В	Е						С	А	Д	В	Е						С	В	Д	А	Е
С	А	Д	В	Е																												
С	А	Д	В	Е																												
С	В	Д	А	Е																												

		последовательность применения информационных технологий в спортивном образовании и подготовке кадров: А) Разработка электронных учебно-методических комплексов В) Организация дистанционного обучения и виртуальных лабораторий С) Внедрение систем тестирования и оценки знаний обучающихся Д) Создание образовательных порталов и электронных библиотек Е) Использование мультимедийных и симуляционных технологий Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Е</td><td>В</td><td>Д</td><td>С</td></tr></table>								А	Е	В	Д	С
А	Е	В	Д	С										
		Задание 5. Установите последовательность/ Расположите перспективные информационные технологии, которые могут быть использованы в физической культуре и спорте, в порядке их возрастающей сложности реализации: А) Носимые датчики и "умная" экипировка В) Технологии виртуальной и дополненной реальности С) Технологии искусственного интеллекта и машинного обучения Д) "Интернет вещей" и технологии бесконтактного взаимодействия Е) Технологии блокчейна для обеспечения прозрачности данных Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>А</td><td>В</td><td>Д</td><td>С</td><td>Е</td></tr></table>								А	В	Д	С	Е
А	В	Д	С	Е										
		Задание 6. Соотнесите информационные технологии, используемые в спортивной реабилитации и восстановлении, с их описанием: 1. Роботизированные и компьютеризированные тренажеры 2. Виртуальная и дополненная реальность 3. Системы биологической обратной связи 4. Телемедицинские технологии 5. Экспертные системы А) Контроль и коррекция восстановительных процессов												

- В) Разработка и оптимизация реабилитационных программ
 С) Восстановление двигательных функций
 D) Удаленный контроль и взаимодействие специалистов
 E) Мотивация и вовлечение спортсменов в реабилитацию

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

A	B	C	D	E

ответ:

A	B	C	D	E
3	5	1	4	2

Задание 7.

Установите соответствие между информационными технологиями, используемыми в спортивном менеджменте и маркетинге, и их назначением:

1. Системы управления спортивными организациями
 2. Аналитические системы
 3. CRM-системы
 4. Системы продажи билетов и абонементов
 5. Интернет-маркетинг и социальные медиа
- А) Взаимодействие с болельщиками, спонсорами и другими заинтересованными сторонами
 B) Автоматизация планирования, учета, отчетности и других управленческих процессов
 C) Анализ данных для принятия обоснованных управленческих решений
 D) Продвижение бренда, повышение лояльности и вовлечение аудитории
 E) Организация продаж и онлайн-доступа к спортивным мероприятиям

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

A	B	C	D	E

		ответ: <table><tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td><td>D</td><td>E</td></tr><tr><td>3</td><td>1</td><td>2</td><td>5</td><td>4</td></tr></table> Задание 8. Соотнесите информационные технологии, используемые для организации спортивных мероприятий, с их назначением: 1. Автоматизированные системы регистрации участников 2. Интегрированные информационные системы 3. Информационные табло и электронные системы подсчета 4. Системы онлайн-трансляций 5. Мобильные приложения для болельщиков А) Обеспечение взаимодействия различных служб В) Ведение базы данных спортсменов и формирование протоколов С) Отображение результатов и хода соревнований D) Широкое освещение и информирование о мероприятии Е) Предоставление актуальной информации болельщикам Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table><tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td><td>D</td><td>E</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td><td>D</td><td>E</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> Задание 9. Установите соответствие между применением информационных технологий в спортивном образовании и подготовке кадров и их описанием: 1. Электронные учебно-методические комплексы 2. Системы дистанционного обучения 3. Мультимедийные и симуляционные технологии 4. Образовательные порталы и электронные	A	B	C	D	E	3	1	2	5	4	A	B	C	D	E						A	B	C	D	E	2	1	3	4	5
A	B	C	D	E																												
3	1	2	5	4																												
A	B	C	D	E																												
A	B	C	D	E																												
2	1	3	4	5																												

		библиотеки 5. Электронные системы тестирования и оценки A) Наглядное и интерактивное обучение B) Обеспечение доступа к учебным материалам C) Организация онлайн-курсов, вебинаров, виртуальных лабораторий D) Включают интерактивные учебные материалы, тесты, задания E) Автоматизированная оценка знаний, умений и компетенций Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, со ответствующем буквам: <table border="1"><tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td><td>D</td><td>E</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td><td>D</td><td>E</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>5</td></tr></table> Задание 10. Соотнесите перспективные информационные технологии, которые могут быть использованы в физической культуре и спорте, с их описанием: 1. Технологии искусственного интеллекта и машинного обучения 2. Носимые датчики и "умная" экипировка 3. Технологии виртуальной и дополненной реальности 4. "Интернет вещей" и технологии бесконтактного взаимодействия 5. Технологии блокчейна A) Отслеживание физиологических параметров и биомеханических характеристик в режиме реального времени B) Автоматизация управления спортивными объектами и повышение безопасности C) Анализ больших данных для оптимизации подготовки спортсменов D) Новые возможности для тренировок, реабилитации и организации соревнований E) Обеспечение прозрачности и неизменности данных в спортивной сфере Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, со ответствующем буквам:	A	B	C	D	E						A	B	C	D	E	3	4	2	1	5
A	B	C	D	E																		
A	B	C	D	E																		
3	4	2	1	5																		

		<table><tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td><td>D</td><td>E</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td><td>D</td><td>E</td></tr><tr><td>2</td><td>4</td><td>1</td><td>3</td><td>5</td></tr></table> Задание 11. Какая информационная технология наиболее эффективна для реабилитации и восстановления спортсменов? A) Экспертные системы для разработки реабилитационных программ B) Биологическая обратная связь для контроля восстановления C) Роботизированные тренажерные комплексы D) Телемедицинские технологии для удаленного сопровождения Задание 12. Какая информационная технология является ключевой для спортивного менеджмента и маркетинга? A) CRM-системы для взаимодействия с заинтересованными сторонами B) Системы продажи билетов и абонементов C) Аналитические системы для принятия управленческих решений D) Интернет-маркетинг и социальные медиа Задание 13. Какая информационная технология наиболее важна для организации и проведения спортивных соревнований? A) Информационные табло B) Автоматизированные системы регистрации участников C) Системы онлайн-трансляций D) Мобильные приложения для болельщиков Задание 14. Какая информационная технология наиболее значима для спортивного образования и подготовки кадров? A) Электронные учебно-методические комплексы B) Мультимедийные и симуляционные технологии C) Системы дистанционного обучения D) Электронные системы тестирования и	A	B	C	D	E						A	B	C	D	E	2	4	1	3	5
A	B	C	D	E																		
A	B	C	D	E																		
2	4	1	3	5																		

		оценки Задание 15. Какая перспективная информационная технология имеет наибольший потенциал для использования в физической культуре и спорте? А) Носимые датчики и "умная" экипировка В) Технологии виртуальной и дополненной реальности С) Технологии искусственного интеллекта и машинного обучения Д) Технологии блокчейна

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
тестирование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОЦ.08 Математические методы решения профессиональных задач

(код и наименование УД)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствии с
Федеральным государственным образовательным стандартом среднего
профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура,
утвержденный приказом Министерство просвещения РФ № 968 от 11.11.2022 г.
- одобрен Педагогическим советом № 1 от 25.04.2024 г.

Разработчик ФОС: Салихов А.Ш.

1 Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Фондов оценочных средств (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу курса «Математические методы решения профессиональных задач».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Математические методы решения профессиональных задач».

2. Объекты оценивания – результаты освоения МДК УД

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения междисциплинарного курса (МДК) в со ответствии с ФГОС специальности «физическая культура» и рабочей программой дисциплины «Математические методы решения профессиональных задач»:

знания:

- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;
- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах;
- структуру плана для решения задач;
- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;
- приемы структурирования информации;
- формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации, порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств;
- сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности;
- преемственные образовательные программы дошкольного, начального общего и основного общего образования;
- пути достижения образовательных результатов;
- образовательные запросы общества и государства в области обучения обучающихся.

умения:

- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;
- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи;
- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;
- составлять план действия;
- определять необходимые ресурсы; реализовывать составленный план;
- определять задачи для поиска информации;
- определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска;
- структурировать получаемую информацию;
- выделять наиболее значимое в перечне информации;
- оценивать практическую значимость результатов поиска;

- оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;
- использовать современное программное обеспечение;
- использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач;
- формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста;
- осуществлять мониторинг и анализ современных психолого-педагогических и методических ресурсов для профессионального роста в области организации обучения обучающихся;
- проектировать траекторию профессионального роста.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**:

ОК 1. – Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1 СЕМЕСТР 3.	ОК 01	Проверочная работа Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	8 и менее 9– 12 13 – 16 17 – 20
МОДУЛЬ 2 СЕМЕСТР 3.	ОК 01	Проверочная работа Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	8 и менее 9– 12 13 – 16 17 – 20
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по курсу дисциплины в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по курсу дисциплины оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 01	Устный опрос	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Не зачтено	Не аттестован
51 – 65	зачтено	Низкий уровень
66 – 84	зачтено	Средний уровень
85 – 100	зачтено	Высокий уровень

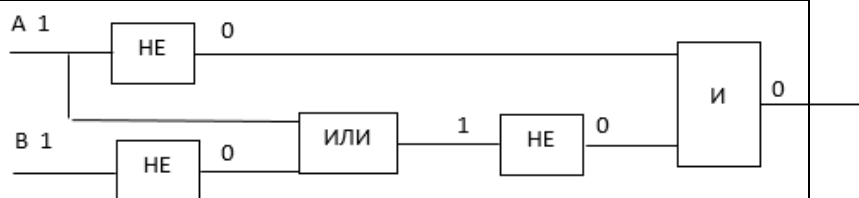
II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Проверочные работы

Оцениваем ая компетенц ия	Оцениваемый индикатор	Проверочные работа																																			
ОК 01	Знания: актуальн ый профессиональн ый и социальн ый контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональн ом и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональн ой и смежных областях; методы работы в профессиональн ой и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональн ой деятельности номенклатура информационны х источников, применяемых в профессиональн ой деятельности;	Тема: Элементы теории множеств и математической логики Вариант 1 Сколько простых высказываний в составном выражении? Запиши эти высказывания с помощью переменных. Запиши на языке алгебры логики выражение и определи в каком случае оно истинно: «Даша, Маша и Наташа дежурят в классе». Дано выражение $\bar{A} \wedge (\bar{B} \vee A)$. Постройте для него а) таблицу истинности б) схему с одним из наборов из таблицы в) упрости его с указанием закона или правила. Вариант 2 Сколько простых высказываний в составном выражении? Запиши эти высказывания с помощью переменных. Запиши на языке алгебры логики выражение и определи в каком случае оно ложно: «Мы летом поедem в лагерь или останemся дома». Дано выражение $A \wedge (\bar{A} \wedge \bar{B})$ Постройте для него а) таблицу истинности б) схему с одним из наборов из таблицы в) упрости его с указанием закона или правила. ответы Вариант 1 A= «Даша дежурит в классе», B= «Маша дежурит в классе», C= «Наташа дежурит в классе». При A=1, B=1 и C=1 выражение истинно, т.к. $A \wedge B \wedge C = 1$ (конъюнкция) а) $\bar{A} \wedge (\bar{B} \vee A)$ <table><tr><th>A</th><th>B</th><th>$\bar{A}$</th><th>$\bar{B}$</th><th>$\bar{B} \vee A$</th><th>$\bar{A} \wedge (\bar{B} \vee A)$</th><th>F</th></tr><tr><td>0</td><td>0</td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td>0</td></tr><tr><td>0</td><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td>0</td><td>1</td><td>1</td></tr><tr><td>1</td><td>0</td><td>0</td><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td>0</td></tr><tr><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td>0</td><td>1</td><td>0</td><td>0</td></tr></table> б)	A	B	$\bar{A}$	$\bar{B}$	$\bar{B} \vee A$	$\bar{A} \wedge (\bar{B} \vee A)$	F	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0
A	B	$\bar{A}$	$\bar{B}$	$\bar{B} \vee A$	$\bar{A} \wedge (\bar{B} \vee A)$	F																															
0	0	1	1	1	0	0																															
0	1	1	0	0	1	1																															
1	0	0	1	1	0	0																															
1	1	0	0	1	0	0																															

приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности; преимущественные образовательные программы дошкольного, начального общего и основного общего образования; пути достижения образовательных результатов; образовательные запросы общества и государства в области обучения обучающихся

Умения: распознавать задачу и/или



в) $\bar{A} \wedge (\bar{B} \vee A) = \bar{A} \wedge (\bar{\bar{B}} \wedge \bar{A})$ (закон де Моргана) = $\bar{A} \wedge (B \wedge \bar{A})$ (закон двойного отрицания) = $\bar{A} \wedge \bar{A} \wedge B$ (правило ассоциативности) = $\bar{A} \wedge B$ (правило равносильности для логического умножения)

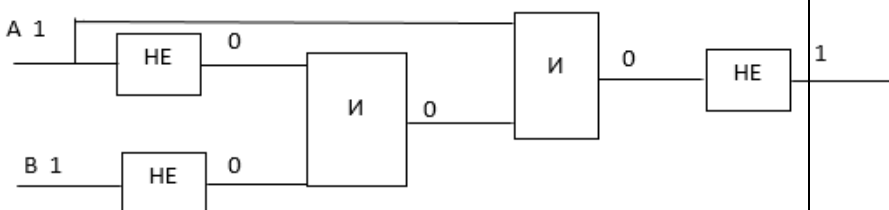
Вариант 2

1. A = «Мы летом поедem в лагерь», B = «Мы летом останемся дома». При A=0 и B=0 выражение ложно, т.к. $A \vee B = 0$ (дизъюнкция)

2. а) $\overline{A \wedge (\bar{A} \wedge \bar{B})}$

A	B	$\bar{A}$	$\bar{B}$	$\bar{A} \wedge \bar{B}$	$A \wedge (\bar{A} \wedge \bar{B})$	F
0	0	1	1	1	0	1
0	1	1	0	0	0	1
1	0	0	1	0	0	1
1	1	0	0	0	0	1

б)



в) $A \wedge (\bar{A} \wedge \bar{B}) = (A \wedge \bar{A}) \wedge \bar{B}$ (правило ассоциативности) = $0 \wedge \bar{B}$ (закон непротиворечия) = 0 (правило исключения констант) = 1 (инверсия) или $A \wedge (\bar{A} \wedge \bar{B}) = \bar{A} \vee \bar{A} \vee \bar{B}$ (закон де Моргана) = $\bar{A} \vee \bar{A} \vee \bar{B}$ (закон двойного отрицания) = $1 \vee \bar{B}$ (закон исключенного третьего) = 1 (правило исключения констант для логического сложения)

Тема: Приближенные вычисления

Вариант 1

1. При вычислении выражения $z = 5x - 2y$ данные в условии задачи значения $x = 100,3$ и $y = 15,2$ округлили до целых значений и получили $z = 5 \cdot 100 - 2 \cdot 15 = 470$. Найти абсолютную погрешность полученного результата.

2. Для вычисления площади стены измерили ее длину и ширину. Получили 897 см и 453 см. Округлив полученные результаты до 900 см и 450 см соответственно, вычислили площадь стены $S = 900 \cdot 450 = 405000$ (кв.

	проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; реализовывать составленный план; определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов	см.) Найти относительную погрешность полученного результата. Вариант 2 1. При вычислении выражения $z = 8x - 3y$ данные в условии задачи значения $x = 30,4$ и $y = 40,1$ округлили до целых значений и получили $z = 8 \cdot 30 - 3 \cdot 40 = 120$. Найти абсолютную погрешность полученного результата. 2. Известно, что ребра прямоугольного параллелепипеда равны 194 см, 105 см и 51 см. Для упрощения вычислений эти числа округлили до 200 см, 100 см и 50 см соответственно. Нашли объем $V = 200 \cdot 100 \cdot 50 = 1000000$ (куб. см). Найти относительную погрешность полученного результата. ответы <table border="1"> <thead> <tr> <th>№ задания</th><th>Вариант 1</th><th>Вариант 2</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td><td>1,9</td><td>3,5</td></tr> <tr> <td>2</td><td>0,01</td><td>0,1</td></tr> </tbody> </table>	№ задания	Вариант 1	Вариант 2	1	1,9	3,5	2	0,01	0,1
№ задания	Вариант 1	Вариант 2									
1	1,9	3,5									
2	0,01	0,1									

	поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационны х технологий для решения профессиональн ых задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональн ых задач формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в со ответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста; осуществлять мониторинг и анализ современных психолого- педагогических и методических ресурсов для профессиональн ого роста в области организации обучения обучающихся; проектировать траекторию профессиональн ого роста	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы. Оценка «удовлетворительно» – если обучающийся правильно выполнил 2–3 задания в отведенное время.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок. Оценка «хорошо» – если обучающийся правильно выполнил 4 задания в отведенное время.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время. Оценка «отлично» – если обучающийся правильно выполнил 5 заданий в отведенное время.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 01	Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;	Тема: Комбинаторика, элементы теории вероятностей и математической статистики Вариант 1 1. Код замка состоит из 4 цифр: 1, 2, 3, 4. Каждая цифра встречается ровно один раз. Какое максимальное количество замков с такими кодами возможно. а) 24; б) 4; в) 10;

	основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение	г) нет правильного варианта ответа.											
		2. В урне 30 шаров, имеющих номера: 1, 2, ..., 30. Из урны наугад вынимают один шар. Вероятность события A – «вынутый шар содержит цифру 7» – равна ...											
		а) $\frac{7}{10}$;											
		б) 30;											
		в) 3;											
		г) $\frac{1}{10}$.											
		3. В первой урне 6 белых и 2 черных шара, во второй – 5 белых и 4 черных. Из каждой урны вынули по одному шару. Вероятность того, что оба шара будут черными, равна....											
		а) $\frac{1}{4}$;											
		б) $\frac{4}{9}$;											
		в) $\frac{1}{9}$;											
г) $\frac{25}{36}$.													
4. Найти объем выборки, заданной статистическим распределением:													
	<table><tr><td>x_i</td><td>10</td><td>20</td><td>30</td><td>40</td><td>50</td></tr><tr><td>n_i</td><td>2</td><td>1</td><td>8</td><td>5</td><td>12</td></tr></table>	x_i	10	20	30	40	50	n_i	2	1	8	5	12
x_i	10	20	30	40	50								
n_i	2	1	8	5	12								
а) 150;													
б) 178;													
в) 1080;													
г) 28.													
5. Найти выборочное среднее для вариационного ряда:													
	<table><tr><td>x_i</td><td>1</td><td>4</td><td>8</td><td>10</td></tr><tr><td>n_i</td><td>2</td><td>2</td><td>5</td><td>1</td></tr></table>	x_i	1	4	8	10	n_i	2	2	5	1		
x_i	1	4	8	10									
n_i	2	2	5	1									
а) 15;													
б) 6;													
в) 2,3;													
г) нет правильного варианта ответа.													
Вариант 2													
1. Код замка состоит из 5 цифр: 2, 3, 5, 7, 9. Каждая цифра встречается ровно один раз. Какое максимальное количество замков с такими кодами возможно.													
а) 5;													
б) 26;													

	в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности; преимств енные образовательны е программы дошкольного, начального общего и основного общего образования; пути достижения образовательны х результатов; образовательны е запросы общества и государства в области обучения обучающихся. Умения: распознавать задачу и/или проблему в профессиональн ом и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно	в) 120;											
		г) нет правильного варианта ответа.											
		2. В урне 30 шаров, имеющих номера: 1, 2, ..., 30. Наугад вынутый шар имеет номер, больший 10, но меньший 23, с вероятностью, равной....											
		а) $\frac{13}{30}$;											
		б) $\frac{2}{5}$;											
		в) $\frac{11}{30}$;											
		г) $\frac{3}{5}$.											
		3. В первой урне 7 белых и 3 черных шара, во второй – 6 белых и 3 черных шара. Из каждой урны вынули по одному шару. Вероятность того, что оба вынутых шара будут черными, равна ...											
		а) $\frac{1}{10}$;											
		б) $\frac{19}{30}$;											
в) $\frac{1}{3}$;													
г) $\frac{3}{10}$.													
4. Найти объем выборки, заданной статистическим распределением:													
	<table><tr><td>x_i</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td></tr><tr><td>n_i</td><td>3</td><td>5</td><td>10</td><td>15</td><td>20</td></tr></table>	x_i	2	4	6	8	10	n_i	3	5	10	15	20
x_i	2	4	6	8	10								
n_i	3	5	10	15	20								
а) 406;													
б) 83;													
в) 53;													
г) 30.													
5. Найти выборочное среднее для вариационного ряда:													
	<table><tr><td>x_i</td><td>3</td><td>5</td><td>7</td><td>12</td></tr><tr><td>n_i</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>4</td></tr></table>	x_i	3	5	7	12	n_i	2	1	3	4		
x_i	3	5	7	12									
n_i	2	1	3	4									
а) 8;													
б) 6,75;													
в) 20;													
г) нет правильного варианта ответа.													
ответы:													
	<table><tr><td>№ задания</td><td>вариант ответа</td></tr></table>	№ задания	вариант ответа										
№ задания	вариант ответа												

искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; реализовывать составленный план; определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать		Вариант 1	Вариант 2																								
	1	а)	в)																								
	2	г)	б)																								
	3	в)	а)																								
	4	г)	в)																								
	5	б)	а)																								
	Тема: Итоговое тестирование. Задание 1. Расставьте этапы решения спортивной задачи в правильной последовательности: 1) Построение математической модели задачи 2) Сбор и анализ данных 3) Интерпретация полученных результатов 4) Решение математической модели Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td></tr></table> Задание 2. Определите правильную последовательность шагов при использовании метода оптимизации для решения спортивной задачи: 1) Проверка адекватности модели 2) Построение целевой функции с) Нахождение оптимального решения d) Сбор необходимых данных Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>4</td><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> Задание 3. Расставьте этапы использования симуляционного моделирования в спорте в правильном порядке: 1) Разработка концептуальной модели 2) Программная реализация модели 3) Верификация и валидация модели 4) Проведение экспериментов и анализ результатов Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr></table> Задание 4. Определите правильную последовательность применения теории игр для решения спортивной задачи: 1) Определение игроков и их стратегий 2) Построение матрицы выигрышей 3) Нахождение оптимальных стратегий							2	1	4	3					4	2	3	1					1	2	3	4
	2	1	4	3																							
4	2	3	1																								
1	2	3	4																								

различные цифровые средства для решения профессиональных задач формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в соответствии с уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста; осуществлять мониторинг и анализ современных психолого-педагогических и методических ресурсов для профессионального роста в области организации обучения обучающихся; проектировать траекторию профессионального роста.	4) Формализация задачи в терминах теории игр Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:				
	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
	ответ:				
	<table><tr><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr></table>	4	1	2	3
	4	1	2	3	
	Задание 5. Расставьте этапы использования регрессионного анализа для прогнозирования спортивных результатов в правильном порядке: 1) Построение регрессионной модели 2) Сбор и подготовка данных 3) Оценка качества и адекватности модели 4) Использование модели для прогнозирования Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:				
	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
	ответ:				
<table><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>4</td></tr></table>	2	1	3	4	
2	1	3	4		
Задание 6. Определите правильную последовательность применения метода главных компонент для анализа спортивных данных: 1) Выбор переменных для анализа 2) Вычисление корреляционной матрицы 3) Определение главных компонент 4) Интерпретация полученных результатов Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:					
<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>					
ответ:					
<table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr></table>	1	2	3	4	
1	2	3	4		
Задание 7. Расставьте этапы использования кластерного анализа для группировки спортсменов в правильном порядке: 1) Выбор метода кластеризации 2) Определение критериев и мер близости 3) Анализ и интерпретация полученных кластеров 4) Подготовка и нормализация данных Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:					
<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>					
ответ:					
<table><tr><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr></table>	4	2	1	3	
4	2	1	3		
Задание 8. Определите правильную последовательность применения дискриминантного анализа для классификации спортсменов: 1) Построение дискриминантных функций 2) Проверка значимости дискриминантных функций 3)					

		Интерпретация полученных результатов 4) Сбор и подготовка данных Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 20px;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">4</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">2</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">3</td> </tr> </table> Задание 9. Расставьте этапы использования метода Монте-Карло для моделирования спортивных событий в правильном порядке: 1) Определение вероятностных распределений 2) Генерация случайных чисел 3) Проведение многократных симуляций 4) Анализ и интерпретация полученных результатов Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 20px;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">2</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">3</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">4</td> </tr> </table> Задание 10. Определите правильную последовательность применения метода принятия решений для выбора оптимальной стратегии в спорте: 1) Определение альтернатив 2) Ранжирование альтернатив по критериям 3) Выбор оптимальной альтернативы 4) Определение критериев оценки Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 20px;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> </tr> </table> ответ: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">4</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">2</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">3</td> </tr> </table> Задание 11. Соотнесите математический метод с его описанием: <table style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">А) Оптимизация</td> <td style="width: 50%;">1) Поиск наилучшего решения по заданным критериям</td> </tr> <tr> <td>Б) Теория игр</td> <td>2) Моделирование стратегического взаимодействия соперников</td> </tr> <tr> <td>В) Симуляционное</td> <td>3) Построение и исследование имитационных моделей моделирование</td> </tr> </table> Впишите в приведённую в ответе таблицу под каждой буквой со ответствующий решению номер. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">А</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Б</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">В</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>					4	1	2	3					1	2	3	4					1	4	2	3	А) Оптимизация	1) Поиск наилучшего решения по заданным критериям	Б) Теория игр	2) Моделирование стратегического взаимодействия соперников	В) Симуляционное	3) Построение и исследование имитационных моделей моделирование	А	Б	В			
4	1	2	3																																			
1	2	3	4																																			
1	4	2	3																																			
А) Оптимизация	1) Поиск наилучшего решения по заданным критериям																																					
Б) Теория игр	2) Моделирование стратегического взаимодействия соперников																																					
В) Симуляционное	3) Построение и исследование имитационных моделей моделирование																																					
А	Б	В																																				

ответ:

А	Б	В
1	2	3

Задание 12. Установите соответствие между этапом решения спортивной задачи и его описанием:

- А) Построение математической модели 1) Анализ и интерпретация результатов
- Б) Решение математической модели 2) Формализация задачи в математических терминах
- В) Интерпретация полученных результатов 3) Применение математических методов для нахождения решения

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
2	3	1

Задание 13. Соотнесите статистический метод с его применением в спорте. ответ запишите в приведенную таблицу.

- А) Регрессионный анализ 1) Оценка взаимосвязи между различными спортивными показателями
- Б) Дискриминантный анализ 2) Классификация спортсменов по заданным характеристикам
- В) Кластерный анализ 3) Выявление однородных групп спортсменов

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

А	Б	С

ответ:

А	Б	С

1	2	3

Задание 14. Установите со ответствие между статистической концепцией и ее применением:

А) Гипотеза	1) Проверка значимости различий между группами спортсменов
Б) Доверительный интервал	2) Оценка неопределенности спортивных результатов
В) Статистический критерий	3) Формулирование предположений для проверки в спортивных исследованиях

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, со ответствующем буквам:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
3	2	1

Задание 15. Соотнесите этап статистического анализа спортивных данных с его описанием:

А) Сбор и подготовка данных	1) Обработка и организация исходных данных
Б) Оценка качества и достоверности полученных результатов	2) Интерпретация результатов
В) Выбор статистических методов	3) Определение подходящих статистических инструментов

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, со ответствующем буквам:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
2	3	1

Задание 16. Установите со ответствие между статистическим показателем и его применением в спорте:.

		А) Среднее значение 1) Характеристика эффективности спортсмена Б) Оценка разброса спортивных результатов 2) Коэффициент корреляции В) Стандартное отклонение 3) Определение взаимосвязи между спортивными показателями В таблице под каждой буквой укажите соответствующий номер. <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr></table> Задание 17. На рисунке показано изменение температуры воздуха на протяжении суток. По горизонтали указывается время суток, по вертикали — значение температуры в градусах Цельсия. А) Нулевая гипотеза 1) Проверка наличия разницы между тренировочными методиками Б) Альтернативная гипотеза 2) Предположение об отсутствии разницы между группами спортсменов Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table border="1"><tr><td>А</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>А</td><td>В</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td></tr></table> Задание 18. Установите соответствие между понятиями и их определениями: А) Абсолютная погрешность 1) Отношение абсолютной погрешности к истинному значению величины Б) Относительная погрешность 2) Разница между измеренным и истинным значением величины В) Систематическая погрешность 3) Ошибка, возникающая из-за несовершенства измерительных приборов или методик Г) Случайная погрешность 4) Ошибка, имеющая неслучайный постоянный характер Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:	А	Б	В				А	Б	В	2	1	3	А	В			А	В	2	1
А	Б	В																				
А	Б	В																				
2	1	3																				
А	В																					
А	В																					
2	1																					

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
2	1	3	4

Задание 19 Установите со ответствие между спортивными дисциплинами и особенностями измерений в них:

А) Легкая атлетика	1) Необходимость точного измерения времени с высокой дискретностью
Б) Плавание	2) Необходимость точного измерения длины дистанции и высоты снаряда
В) Гимнастика	3) Необходимость точного измерения массы спортивного снаряда
Г) Тяжелая атлетика	4) Необходимость точного измерения времени с учетом реакции спортсмена

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
2	1	4	3

Задание 20. Установите со ответствие между математическими методами и их применением в спорте:

А) Статистический анализ	1) Расчет оптимальной траектории движения спортивного снаряда
Б) Математическое моделирование	2) Оценка физической подготовленности спортсмена
В) Дифференциальные уравнения	3) Прогнозирование результатов соревнований
Г) Теория вероятностей	4) Оптимизация тренировочного процесса

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г

		2	1	4	3
		Задание 21. Какие из перечисленных математических методов применяются в спорте? A. Статистический анализ B. Теория вероятностей C. Дифференциальные уравнения D. Математическое моделирование Задание 22. При решении каких спортивных задач применяется статистический анализ? A. Оценка физической подготовленности спортсмена B. Определение оптимальной траектории движения спортивного снаряда C. Прогнозирование результатов соревнований D. Оптимизация тренировочного процесса Задание 23. Какая из перечисленных задач решается с помощью математического моделирования в спорте? A. Расчет оптимальной траектории движения спортивного снаряда B. Оценка физической подготовленности спортсмена C. Прогнозирование результатов соревнований D. Оптимизация тренировочного процесса Задание 24. Какие физические величины необходимо измерять при решении спортивных задач? A. Длина B. Масса C. Время D. Сила Задание 25. Какие особенности измерения длины характерны для легкой атлетики? A. Необходимость точного измерения с высокой дискретностью B. Необходимость точного измерения с учетом реакции спортсмена C. Необходимость точного измерения длины дистанции и высоты снаряда D. Необходимость точного измерения массы спортивного снаряда. Задание 26. Какие особенности измерения времени характерны для плавания? A. Необходимость точного измерения с высокой дискретностью B. Необходимость точного измерения с учетом реакции спортсмена C. Необходимость точного измерения длины дистанции и высоты снаряда D. Необходимость точного измерения массы спортивного снаряда. Задание 27. Какие задачи в спорте могут быть решены с помощью теории вероятностей? A. Прогнозирование результатов соревнований			

		В. Расчет оптимальной траектории движения спортивного снаряда С. Оценка физической подготовленности спортсмена D. Оптимизация тренировочного процесса. Задание 28. Решить уравнение: $5^{x+1} = 125$ A) 2; Б) 3; В) -2; Г) $-\frac{1}{2}$ Задание 29. Какие характеристики вероятностных событий важны при решении спортивных задач? A. Математическое ожидание В. Дисперсия С. Коэффициент вариации D. Коэффициент корреляции. Задание 30. Какие спортивные события могут быть описаны с помощью теории вероятностей? A. Попадание спортсмена в мишень В. Выигрыш/проигрыш в командных игровых видах спорта С. Преодоление дистанции за определенное время D. Установление рекорда Задания открытого типа с развернутым ответом. Задание 31. Объясните, как применяется статистический анализ для решения спортивных задач. ответ: Статистический анализ широко применяется в спорте для решения следующих задач: 1. Оценка физической подготовленности спортсмена. Статистические методы позволяют анализировать результаты контрольных испытаний, определять средние значения, стандартные отклонения и другие статистические характеристики, характеризующие уровень физической подготовленности. 2. Прогнозирование результатов соревнований. На основе анализа статистических данных о прошлых выступлениях спортсменов и команд можно строить прогнозные модели и оценивать вероятности достижения определенных спортивных результатов. 3. Оптимизация тренировочного процесса. Статистический анализ данных о динамике физических показателей спортсменов в ходе тренировок позволяет выявлять оптимальные тренировочные нагрузки и режимы для достижения целевых результатов. Задание 32. Раскройте роль математического моделирования в решении спортивных задач. ответ: Математическое моделирование играет важную роль в решении ряда спортивных задач: 1. Расчет оптимальной траектории движения спортивного снаряда. Математические модели, описывающие движение спортивных снарядов с учетом

		аэродинамических, гравитационных и других факторов, позволяют рассчитывать оптимальные параметры движения для достижения максимальных результатов. 2. Оценка физической подготовленности спортсмена. Математические модели, описывающие зависимость спортивных результатов от физических качеств, дают возможность оценивать уровень подготовленности спортсмена и прогнозировать его дальнейший рост. 3. Оптимизация тренировочного процесса. Математические модели тренировочной деятельности позволяют определять оптимальные режимы нагрузок, периоды отдыха и другие факторы для достижения максимальной эффективности подготовки спортсменов. Задание 33. Как применяются дифференциальные уравнения для решения спортивных задач? ответ: Дифференциальные уравнения используются в спорте для моделирования и анализа динамических процессов: 1. Расчет оптимальной траектории движения спортивного снаряда. Дифференциальные уравнения, описывающие движение снарядов с учетом сил сопротивления воздуха, силы тяжести и других факторов, позволяют рассчитывать оптимальные параметры запуска (начальная скорость, угол метания и т.д.) для достижения максимальных результатов. 2. Моделирование биомеханики движений спортсмена. Дифференциальные уравнения, описывающие движение частей тела спортсмена, используются для анализа техники выполнения спортивных упражнений и поиска оптимальных двигательных паттернов. 3. Оптимизация тренировочных нагрузок. Дифференциальные уравнения, моделирующие адаптацию организма к физическим нагрузкам, применяются для определения оптимальных объемов и интенсивности тренировок, предотвращения перетренированности. Задание 34 Объясните роль теории вероятностей в решении спортивных задач. ответ: Теория вероятностей играет важную роль в решении ряда спортивных задач: 1. Прогнозирование результатов соревнований. Применяя теорию вероятностей, можно оценивать вероятности достижения определенных спортивных результатов на основе анализа статистических данных о прошлых выступлениях спортсменов и команд. 2. Оптимизация тренировочного процесса. С помощью теории вероятностей можно оценивать риски травм и заболеваний спортсменов, а также определять оптимальные тренировочные нагрузки, при которых вероятность достижения целевых результатов будет максимальной.

		3. Анализ вероятности достижения рекордных результатов. Теория вероятностей позволяет оценивать вероятность установления новых рекордов в соревнованиях на основе статистических данных о динамике спортивных результатов. Задание 35. Как применяется математическое моделирование для расчета оптимальной траектории движения спортивного снаряда? ответ: Математическое моделирование широко применяется для расчета оптимальной траектории движения различных спортивных снарядов, таких как мяч, диск, копье, шар и др. Для этого используются математические модели, описывающие движение снаряда под действием различных сил: 1. Сила тяжести - описывается уравнениями классической механики. 2. Сила аэродинамического сопротивления - моделируется с помощью уравнений аэродинамики, учитывающих форму, скорость и ориентацию снаряда. 3. Другие силы (подъемная сила, сила Магнуса и др.) - также могут быть учтены в математической модели в зависимости от типа спортивного снаряда. Решая систему дифференциальных уравнений, описывающих движение снаряда под действием этих сил, можно рассчитать оптимальные параметры запуска (начальная скорость, угол метания и т.д.), обеспечивающие максимальную дальность полета или точность попадания в цель. Такие математические модели широко используются в спортивной науке и инженерии для проектирования спортивного инвентаря, оптимизации техники выполнения упражнений и тренировочных программ. Задание 36. Объясните, как применяются методы приближенных вычислений при измерении длины в спорте. ответ: Измерение длины является важной задачей в различных видах спорта, таких как легкая атлетика, прыжки, гимнастика и др. При этом для достижения высокой точности результатов используются методы приближенных вычислений: 1. Округление. Результаты измерений длины обычно округляются до определенной степени точности, например, до сантиметров или миллиметров, в зависимости от требований вида спорта. Правила округления позволяют получить наиболее достоверные значения. 2. Интерполяция. В некоторых случаях длину приходится определять по промежуточным делениям шкалы измерительного прибора. Методы линейной или параболической интерполяции позволяют с высокой

		точностью оценить промежуточные значения длины. 3. Оценка погрешности. При измерении длины всегда возникают случайные и систематические погрешности, связанные с точностью прибора, условиями измерения и другими факторами. Методы оценки погрешности измерений позволяют определить достоверные интервалы значений. Правильное применение методов приближенных вычислений при измерении длины в спорте обеспечивает получение точных и достоверных результатов, необходимых для принятия правильных решений. Задание 37. аскройте роль приближенных вычислений при измерении времени в спорте. ответ: Измерение времени является критически важной задачей в спорте, так как от точности этих измерений зависят спортивные результаты и судейские решения. Здесь также применяются методы приближенных вычислений: 1. Округление. Результаты измерений времени обычно округляются до определенной степени точности, например, до сотых или тысячных долей секунды, в зависимости от требований вида спорта. Правила округления позволяют получить наиболее достоверные значения. 2. Интерполяция. В некоторых случаях время приходится определять по промежуточным делениям шкалы измерительного прибора. Методы линейной интерполяции позволяют с высокой точностью оценить промежуточные значения времени. 3. Оценка погрешности. При измерении времени также возникают случайные и систематические погрешности, связанные с точностью секундомера, реакцией спортсмена и другими факторами. Методы оценки погрешности измерений позволяют определить достоверные интервалы значений времени. 4. Статистический анализ. Для повышения точности результатов используется статистическая обработка серий измерений времени, включающая расчет средних значений, стандартных отклонений и других характеристик. Правильное применение методов приближенных вычислений при измерении времени в спорте является залогом получения достоверных результатов, необходимых для объективного судейства и анализа спортивной деятельности. Задание 38. Объясните, как используются приближенные вычисления при измерении силы в спортивных задачах. ответ: Измерение силы играет важную роль в оценке физической подготовленности спортсменов, анализе техники выполнения упражнений и других спортивных задачах. При этом применяются методы приближенных

		вычислений: 1. Округление результатов. Значения измеренной силы обычно округляются до определенной степени точности, например, до десятков или единиц ньютонов, в зависимости от требований конкретного вида спорта и используемого оборудования. 2. Линейная интерполяция. В некоторых случаях, когда сила измеряется по шкале с дискретными делениями, применяется линейная интерполяция для оценки промежуточных значений силы с большей точностью. 3. Оценка погрешности измерений. При измерении силы неизбежно возникают случайные и систематические погрешности, связанные с точностью датчиков, условиями измерений и другими факторами. Методы оценки погрешности позволяют определить достоверные интервалы значений силы. 4. Статистическая обработка данных. Для повышения надежности результатов измерения силы применяется статистическая обработка серий измерений, включающая расчет средних значений, стандартных отклонений и других характеристик. Правильное использование методов приближенных вычислений при измерении силы в спорте дает возможность получать достоверные данные, необходимые для объективной оценки физических качеств спортсменов и дальнейшего совершенствования их подготовки. Задание 39. Раскройте применение приближенных вычислений при измерении массы спортивного инвентаря. ответ: Измерение массы спортивного инвентаря, таких как спортивные снаряды, оборудование и экипировка, также требует использования методов приближенных вычислений: 1. Округление результатов. Значения измеренной массы обычно округляются до определенной степени точности, например, до единиц или десятых долей килограмма, в зависимости от требований вида спорта и используемого оборудования. 2. Линейная интерполяция. В случаях, когда масса измеряется по шкале с дискретными делениями, применяется линейная интерполяция для оценки промежуточных значений массы с большей точностью. 3. Оценка погрешности измерений. При измерении массы присутствуют случайные и систематические погрешности, связанные с точностью весов, условиями измерений и другими факторами. Методы оценки погрешности позволяют определить достоверные интервалы значений массы. 4. Статистическая обработка данных. Для повышения надежности результатов измерения массы применяется

		статистическая обработка серий измерений, включающая расчет средних значений, стандартных отклонений и других характеристик. Правильное применение методов приближенных вычислений при измерении массы спортивного инвентаря обеспечивает получение достоверных данных, необходимых для соблюдения правил соревнований, анализа технических характеристик инвентаря и решения других спортивных задач. Задание 140. Объясните роль приближенных вычислений при оценке погрешности результатов измерений в спорте. ответ: Оценка погрешности результатов измерений является важным аспектом при решении спортивных задач, так как она позволяет определить достоверность и надежность получаемых данных. Здесь применяются следующие методы приближенных вычислений: 1. Оценка случайной погрешности. Для этого рассчитываются характеристики разброса результатов измерений, такие как стандартное отклонение и коэффициент вариации. Эти показатели позволяют оценить случайную составляющую погрешности. 2. Оценка систематической погрешности. Систематические ошибки, связанные с особенностями измерительных приборов и условий измерений, оцениваются с помощью методов калибровки, сравнения с эталонными значениями и других подходов. 3. Расчет суммарной погрешности. Общая погрешность результата измерения рассчитывается как сумма случайной и систематической составляющих с учетом правил сложения погрешностей. 4. Представление результатов с учетом погрешности. Итоговый результат измерения представляется в виде приближенного значения с указанием доверительного интервала, учитывающего оцененную погрешность. Применение методов приближенных вычислений при оценке погрешности измерений в спорте позволяет получать достоверные данные, необходимые для объективного анализа, сравнения результатов и принятия обоснованных решений.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	ответ на устный опрос
ОК 01	Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные	1. Что такое множество в теории множеств и как оно применяется в спорте? ответ: Множество - это совокупность объектов, обладающих общими свойствами. В спорте множества могут использоваться для представления групп спортсменов, команд, видов спорта и т.д. 2. Что такое пересечение множеств и как оно применяется в спорте? ответ: Пересечение множеств - это множество, содержащее общие элементы двух или более множеств. В спорте пересечение может использоваться для анализа общих характеристик спортсменов, команд или видов спорта. 3. Что такое объединение множеств и как оно применяется в спорте? ответ: Объединение множеств - это множество, содержащее все элементы, принадлежащие хотя бы одному из исходных множеств. В спорте объединение может использоваться для анализа совокупности характеристик спортсменов, команд или видов спорта. 4. Что такое дополнение множества и как оно применяется в спорте? ответ: Дополнение множества - это множество, содержащее все элементы, не принадлежащие исходному множеству. В спорте дополнение может использоваться для анализа характеристик, которые не присущи определенным спортсменам, командам или видам спорта. 5. Что такое импликация в математической логике и как она применяется в спорте? ответ: Импликация - логическая связка, которая выражает отношение "если..., то...". В спорте импликация может использоваться для анализа причинно-следственных связей, например: "Если спортсмен использует определенную технику, то это приводит к улучшению результата". 6. Что такое погрешность измерения в спорте и как она влияет на результаты? ответ: Погрешность измерения - это разница между измеренным значением и действительным значением. В спорте погрешность измерений может существенно влиять на точность результатов, особенно в дисциплинах, где разница

средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств сущность и виды учебных задач, обобщённых способов деятельности; преемственные образовательные программы дошкольного, начального общего и основного общего образования; пути достижения образовательных результатов; образовательные запросы общества и государства в области обучения обучающихся. Умения: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для	между победителем и призерами незначительна. 7. Как округление влияет на точность результатов в спорте? ответ: Округление результатов в спорте может приводить к потере точности, особенно в дисциплинах с высокой точностью измерений, таких как плавание, легкая атлетика, стрельба. Правила округления должны быть четко регламентированы, чтобы обеспечить справедливость соревнований. 8. Что такое значащие цифры в спортивных измерениях и как они используются? ответ: Значащие цифры - это цифры в результате измерения, которые несут информацию о точности. Использование значащих цифр в спорте позволяет корректно оценивать и сравнивать результаты, учитывая реальную точность измерений. 9. Как применяются приближенные вычисления при расчете скорости, ускорения и других физических характеристик в спорте? ответ: Приближенные вычисления широко применяются при анализе двигательных качеств спортсменов, таких как скорость, ускорение, сила. Использование приближенных вычислений позволяет оценить эти характеристики с учетом погрешностей измерений и обеспечить более достоверные результаты. 10. Что такое оценка погрешности результатов в спорте и как она используется? ответ: Оценка погрешности результатов - это определение интервала, в котором с заданной вероятностью находится истинное значение измеряемой величины. В спорте это важно для объективной оценки результатов и принятия корректных решений, особенно в спорных ситуациях. 11. Что такое комбинаторика и как она применяется в спорте? ответ: Комбинаторика - раздел математики, изучающий способы подсчета числа возможных вариантов. В спорте комбинаторика используется для расчета вероятностей исходов соревнований, составления оптимальных тактических комбинаций, анализа возможных результатов. 12. Что такое перестановки, сочетания и размещения, и как они применяются в спорте? ответ: Перестановки, сочетания и размещения - основные комбинаторные операции, которые используются в спорте для определения количества возможных вариантов расстановки игроков, составления различных комбинаций, прогнозирования результатов соревнований.

решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; реализовывать составленный план; определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач формулировать различные виды учебных задач и проектировать и решение в соответствии с	13. Что такое теория вероятностей и как она применяется в спорте? ответ: Теория вероятностей - раздел математики, изучающий закономерности случайных явлений. В спорте теория вероятностей используется для оценки шансов на победу, прогнозирования результатов соревнований, анализа рисков травм и других событий. 14. Что такое математическая статистика и как она применяется в спорте? ответ: Математическая статистика - раздел математики, изучающий закономерности массовых явлений. В спорте математическая статистика применяется для анализа и интерпретации результатов соревнований, оценки эффективности тренировочных методик, выявления тенденций и закономерностей. 15. Как используются методы математической статистики для оценки физических качеств спортсменов? ответ: Методы математической статистики, такие как средние значения, стандартные отклонения, корреляционный анализ, применяются для оценки и сравнения физических качеств спортсменов, таких как сила, выносливость, скорость, гибкость. Это позволяет объективно оценивать уровень подготовленности спортсменов и эффективность тренировочного процесса. 16. Что такое длина в спорте? ответ: Длина - это расстояние, которое измеряется в метрах (м) или сантиметрах (см). 17. Что такое масса в спорте? ответ: Масса - это количество вещества, измеряется в килограммах (кг). 18. Что такое время в спорте? ответ: Время - это длительность спортивного события, измеряется в секундах (с), минутах (мин), часах (ч). 19. Что такое скорость в спорте? ответ: Скорость - это отношение расстояния к времени, измеряется в метрах в секунду (м/с) или километрах в час (км/ч). 20. Что такое сила в спорте? ответ: Сила - это величина, показывающая с какой интенсивностью действует тело на другое тело, измеряется в ньютонах (Н). 21. Что такое энергия в спорте? ответ: Энергия - это способность совершать работу, измеряется в джоулях (Дж). 22. Что такое мощность в спорте? ответ: Мощность - это отношение работы к времени, измеряется в ваттах (Вт).

	уровнем познавательного и личностного развития детей младшего возраста; осуществлять мониторинг и анализ современных психолого-педагогических и методических ресурсов для профессионального роста в области организации обучения обучающихся; проектировать траекторию профессионального роста.	23. Что такое давление в спорте? ответ: Давление - это сила, действующая на единицу площади, измеряется в паскалях (Па). 24. Что такое угол в спорте? ответ: Угол - это величина, характеризующая отклонение одного направления от другого, измеряется в градусах (°). 25. Что такое частота в спорте? ответ: Частота - это величина, характеризующая число повторений события за единицу времени, измеряется в герцах (Гц). 26. Что такое выборка в спортивной статистике? ответ: Выборка - это часть генеральной совокупности, на основе которой делаются выводы о характеристиках всей совокупности. 27. Что такое среднее арифметическое в спортивной статистике? ответ: Среднее арифметическое - это показатель, характеризующий центр распределения данных. Рассчитывается как сумма всех значений, деленная на их количество. 28. Что такое медиана в спортивной статистике? ответ: Медиана - это значение признака, делящее ранжированную выборку пополам. Это показатель центра распределения данных. 29. Что такое мода в спортивной статистике? ответ: Мода - это наиболее часто встречающееся значение признака в выборке. Это показатель центра распределения данных. 30. Что такое дисперсия в спортивной статистике? ответ: Дисперсия - это мера разброса данных относительно их среднего арифметического значения. Показывает, насколько сильно отличаются значения от среднего. 31. Что такое стандартное отклонение в спортивной статистике? ответ: Стандартное отклонение - это квадратный корень из дисперсии. Характеризует разброс данных относительно среднего. 32. Что такое коэффициент вариации в спортивной статистике? ответ: Коэффициент вариации - это отношение стандартного отклонения к среднему арифметическому, выраженное в процентах. Показывает относительный разброс данных. 33. Что такое корреляция в спортивной статистике? ответ: Корреляция - это зависимость между двумя или более признаками. Показывает, как изменение одного признака влияет на изменение другого. 34. Что такое регрессия в спортивной статистике? ответ: Регрессия - это математическая функция, описывающая зависимость одного признака от

		другого. Позволяет прогнозировать значение одной величины по значению другой. 35. Что такое статистическая гипотеза в спортивной статистике? ответ: Статистическая гипотеза - это предположение о значениях или свойствах статистических характеристик генеральной совокупности, которое проверяется на основе данных выборки. 36. Что такое погрешность измерения в спорте? ответ: Погрешность измерения - это отклонение измеренного значения от истинного значения. 37. Какие бывают виды погрешностей в спорте? ответ: Бывают абсолютные, относительные и систематические погрешности. 38. Как записывается результат измерения с учетом погрешности? ответ: Результат записывается в виде: измеренное значение $\pm$ погрешность. 39. Что такое округление чисел в спорте? ответ: Округление - это приведение числа к ближайшему значению с заданной точностью. 40. Как правильно округлять числа в спорте? ответ: Округляют по правилу: если следующая за округляемой цифра 5 или больше, то округляемую цифру увеличивают на 1. 41. Что такое значащие цифры в спорте? ответ: Значащие цифры - это цифры, которые несут информацию об измеряемой величине, включая первую ненулевую цифру и все цифры после нее. 42. Как определить число значащих цифр? ответ: Число значащих цифр определяется как количество цифр, включая первую ненулевую цифру и все цифры после нее. 43. Что такое приближенные вычисления в спорте? ответ: Приближенные вычисления - это математические операции с числами, имеющими погрешности. 44. Как выполнять сложение и вычитание при приближенных вычислениях? ответ: При сложении и вычитании результат округляется до знака с наименьшей точностью. 45. Как выполнять умножение и деление при приближенных вычислениях? ответ: При умножении и делении число значащих цифр в результате равно наименьшему числу значащих цифр в сомножителях. 46. Что такое приближенные значения тригонометрических функций в спорте? ответ: Приближенные значения тригонометрических функций находятся с учетом

		погрешности измерения углов. 47. Как записать приближенное значение тригонометрической функции? ответ: Приближенное значение тригонометрической функции записывается с округлением до заданной точности. 48. Что такое приближенное вычисление площадей и объемов в спорте? ответ: Приближенное вычисление площадей и объемов предполагает округление значений измеряемых величин с учетом погрешностей. 49. Как вычислить приближенную площадь фигуры в спорте? ответ: Для вычисления приближенной площади фигуры измеренные стороны округляются, а площадь рассчитывается по формуле с округлением результата. 50. Как вычислить приближенный объем тела в спорте? ответ: Для вычисления приближенного объема тела измеренные величины (длина, ширина, высота) округляются, а объем рассчитывается по формуле с округлением результата. 51. Что такое приближенные оценки физических величин в спорте? ответ: Приближенные оценки физических величин - это их определение с учетом возможных погрешностей измерения. 52. Как оценить приближенное значение скорости в спорте? ответ: Для оценки приближенного значения скорости измеряют расстояние и время, округляют эти величины и рассчитывают скорость с учетом погрешностей. 53. Как оценить приближенное значение ускорения в спорте? ответ: Для оценки приближенного значения ускорения измеряют изменение скорости и время, округляют эти величины и рассчитывают ускорение с учетом погрешностей. 54. Что такое приближенная оценка кинетической энергии в спорте? ответ: Приближенная оценка кинетической энергии предполагает округление массы и скорости объекта, а затем расчет энергии по формуле с учетом погрешностей. 55. Как оценить приближенное значение потенциальной энергии в спорте? ответ: Для оценки приближенного значения потенциальной энергии измеряют массу, высоту и ускорение свободного падения, округляют эти величины и рассчитывают энергию с учетом

		погрешностей.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

**ОЦ.09 Анатомия и физиология
человека**

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствении с:

– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/
Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности подготовки 49.02.01 Физическая культура, утвержденный приказом Министерство просвещения РФ № 968 от 11.11.2022 г.

- Одобрен Педагогическим советом № 1 от 28.08.2023 г.

Разработчик ФОС: преподаватель, Сатунина Г.Д.

1 Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект фондов оценочных средств (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Анатомия и физиология человека».

ФОС включает контрольные материалы для проведения, текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Анатомия и физиология человека».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы учебной дисциплины в соответствии с ФГОС специальности 49.02.01 и рабочей программой дисциплины «Анатомия и физиология человека»:

-умения:

определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи; применять знания по анатомии и физиологии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений; отслеживать динамику изменений конституциональных и функциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой.

-знания:

основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека; строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами; основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо-физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; анатомию и физиологию систем обеспечения и регуляции движения;

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих профессиональных и общих компетенций: ОК 01, ОК 08, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.5.

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

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

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре

ПК 3.2 Проводить учебные занятия по физической культуре

ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура».

ПК 3.5. Организовать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры

Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1	ОК 01, ОК 08, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.5	Тестирование	не аттестован	0– 8
			низкий	9 – 12
			средний	13 – 16
			высокий	17-20
макс:				20
МОДУЛЬ 2	ОК 01, ОК 08, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.5	Тестирование	не аттестован	0– 8
			низкий	9 – 12
			средний	13 – 16
			высокий	17-20
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи дифференцированного зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи дифференцированного зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 01, ОК 08, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.5.	Дифференцированный зачет	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

2 ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 01, ОК 08, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.5.	определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи; применять знания по анатомии и физиологии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений; отслеживать динамику изменений конституциональных и функциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой. основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека; строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной,	1. Какие функции выполняет скелет? а) опорную, трофическую, разграничительную б) трофическую, опорную, защитную в) опорную, двигательную, защитную г) трофическую, защитную, разграничительную 2. Где располагается желтый костный мозг? а) во всех костях и их частях б) в диафизах трубчатых костей в) в эпифизах трубчатых костей г) в ячейках губчатого вещества коротких костей. 3. Способ окостенения эпифизов длинных костей а) эндесмальный б) энхондральный в) перихондральный г) периостальный 4. Чем представлено органическое вещество кости а) коллагеном б) мукоидом в) оссеином г) фосфолипидами 5. В каких частях костей преобладает компактное вещество а) в диафизах б) в эпифизах в) в апофизах г) в метафизах 6. За счет чего кость растет в толщину а) надкостницы б) диафизарного хряща в) эпифизарного хряща г) метафизарного хряща 7. Что является структурной единицей кости а) гаверсов канал б) слой генеральных пластинок в) остеон г) перекладины костного вещества 8. В каких частях костей преобладает

	дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами; основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо-физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; анатомию и физиологию систем обеспечения и регуляции движения;	губчатое вещество а) в диафизах б) в эпифизах в) в апофизах г) в метафизах 9. За счет чего кость растет в длину а) надкостницы б) диафизарного хряща в) эпифизарного хряща г) метафизарного хряща 10. Где находится красный костный мозг а) в компактном веществе б) в губчатом веществе в) в костномозговом канале и губчатом веществе г) в компактном и губчатом веществе 11. Сколько позвонков составляет шейный отдел позвоночника а) 5 б) 6 в) 7 г) 8 12. Характерные признаки грудных позвонков а) поперечное отверстие и небольшое тело б) поперечное отверстие и суставные ямки на теле позвонка в) горизонтально расположенный остистый отросток и массивное тело г) суставные ямки на теле позвонка и поперечных отростках 13. Назовите основные анатомические образования на дистальном эпифизе бедра а) головка, шейка и большой вертел б) головка, шейка, большой и малый вертелы в) 2 суставных мыщелка, межмышцелковая вырезка и 2 надмышцелка г) 2 суставных мыщелка, межмышцелковая вырезка, 2 надмышцелка и суставная площадка надколенника. 14. Как образуется компактное вещество кости а) рыхло расположенными костными перекладинами б) плотно расположенными костными перекладинами в) спирально расположенными гаверсовыми системами г) слиянием костных пластинок 15. Чем покрыта кость снаружи а) надхрящницей б) надкостницей

		в) адвентицией г) рыхлой клетчаткой 16. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение предмет и задачи курса анатомии ответ: Курс анатомии человека представляет собой фундаментальную медико-биологическую дисциплину, изучающую строение тела человека. Основные предметы и задачи курса анатомии: 1. Изучение строения тела человека 2. Исследование развития организма человека 3. Изучение функциональной анатомии 4. Применение анатомических знаний 5. Обеспечение базы для других медико-биологических дисциплин: физиология, патология, гистология, биомеханика. 17. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение Строение и функции костей туловища ответ: Кости туловища включают: 1. Позвоночник (позвонки): - Состоит из 26-34 позвонков - Выполняет опорную, защитную и двигательную функции - Образует канал для спинного мозга 2. Грудная клетка: - Состоит из 12 грудных позвонков, 12 пар ребер и грудины - Защищает внутренние органы (сердце, легкие) - Участвует в дыхательных движениях 3. Таз: - Состоит из парных подвздошных, лобковых и седалищных костей - Поддерживает внутренние органы малого таза - Служит опорой для туловища и передает нагрузку на нижние конечности Функции костей туловища: - Опорная: поддержание формы и положения туловища - Защитная: укрытие и предохранение внутренних органов - Двигательная: прикрепление мышц, участие в движениях - Гемопоэтическая: образование клеток крови в красном костном мозге - Минеральный обмен: запас и обмен кальция, фосфора и других минералов 18. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение перелома костей первая помощь. ответ: Основные принципы первой помощи при переломах: 1. Остановка кровотечения - Если рана

		открытая - наложить стерильную повязку. - При сильном кровотечении - наложить давящую повязку. 2. Обездвиживание (иммобилизация) поврежденной конечности - Использовать шины, подручные средства (доски, палки) или специальные фиксирующие повязки. - Иммобилизовать сустав выше и ниже места перелома. 3. Профилактика травматического шока - Уложить пострадавшего, согреть, обеспечить покой. - При открытых переломах - наложить асептическую повязку. 4. Транспортировка в медицинское учреждение - Осуществлять бережно, избегая лишних движений. - При открытых переломах - следить, чтобы кость не выходила наружу. Важно помнить, что при переломах нельзя: - Пытаться вправить вышедшую наружу кость. - Накладывать жгут (за исключением острой необходимости). - Давать пить пострадавшему. Правильно оказанная первая помощь может значительно улучшить исход травмы и уменьшить риск осложнений. 19. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение мышечная ткань ответ: Мышечная ткань - это один из основных типов тканей в организме человека и животных. Она характеризуется способностью к сокращению и расслаблению, что обеспечивает движение. Существует три основных вида мышечной ткани: 1. Скелетная (поперечнополосатая) мышечная ткань - Образует скелетные (произвольные) мышцы, прикрепленные к костям. - Обеспечивает произвольные (сознательно управляемые) движения. - Состоит из мышечных волокон, содержащих миофибриллы с поперечной исчерченностью. 2. Гладкая (непроизвольная) мышечная ткань - Образует гладкие мышцы внутренних органов (кишечник, кровеносные сосуды, матка). - Обеспечивает непроизвольные, автоматические движения. - Состоит из веретенообразных гладких мышечных клеток без поперечной исчерченности. 3. Сердечная мышечная ткань - Образует мышечную стенку сердца (миокард). - Обеспечивает сокращения сердца, вызывающие движение крови. - Состоит из поперечнополосатых, но непроизвольных

		кардиомиоцитов. 20. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение топографическая и функциональная характеристика мышц верхних и нижних конечностей. ответ: Верхние конечности: 1. Мышцы плечевого пояса и плеча: - Дельтовидная мышца - отведение, сгибание и разгибание руки. - Двуглавая мышца плеча (бицепс) - сгибание предплечья. - Трехглавая мышца плеча (трицепс) - разгибание предплечья. 2. Мышцы предплечья: - Лучевые сгибатели запястья - сгибание кисти. - Локтевые сгибатели запястья - сгибание кисти. - Разгибатели пальцев - разгибание пальцев. 3. Мышцы кисти: - Тенорные мышцы - сгибание фаланг пальцев. - Межкостные мышцы - отведение и приведение пальцев. Нижние конечности: 1. Мышцы таза и бедра: - Ягодичные мышцы - разгибание, отведение и вращение бедра. - Четырехглавая мышца бедра (квадрицепс) - разгибание голени. - Двуглавая мышца бедра - сгибание голени. 2. Мышцы голени: - Передние большеберцовые мышцы - сгибание стопы. - Задние большеберцовые мышцы - разгибание (подошвенное сгибание) стопы. - Икроножные мышцы - разгибание (подошвенное сгибание) стопы. 3. Мышцы стопы: - Короткие сгибатели пальцев - сгибание пальцев стопы. - Межкостные мышцы - отведение и приведение пальцев стопы. 2 Модуль 1. Малый круг кровообращения заканчивается а) двумя легочными артериями б) четырьмя легочными артериями в) двумя легочными венами г) четырьмя легочными венами 2. Где начинается малый круг кровообращения а) левый желудочек б) левое предсердие в) правый желудочек г) правое предсердие 3. Где заканчивается большой круг кровообращения

		а) левое предсердие б) левый желудочек в) правое предсердие г) правый желудочек 4. Укажите структуры головного мозга, участвующие в образовании стенок третьего желудочка? а) хвостатое ядро и прозрачная перегородка б) птичья шпора в) зрительные бугры г) мозолистое тело 5. Назовите проводящий путь, волокна которого образуют вентральный перекрест среднего мозга. а) задний продольный пучок б) корково-спинномозговой путь в) краснойдерно-спинномозговой путь г) покрышечно-спинномозговой путь 6. Назовите проводящий путь, волокна которого образуют дорзальный перекрест среднего мозга. а) задний продольный пучок б) корково-спинномозговой путь в) краснойдерно-спинномозговой путь г) покрышечно-спинномозговой путь 7. Укажите отдел мозга, где располагается нижнее слюноотделительное ядро а) продолговатый мозг б) мост в) средний мозг г) промежуточный мозг 8. Укажите отдел мозга, где располагается верхнее слюноотделительное ядро а) продолговатый мозг б) мост в) средний мозг г) промежуточный мозг 9. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа В правое предсердие открывается: а) Верхняя полая вена. б) Средняя полая вена. в) Яремная вена. г) Легочная вена. 10. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Ядра черепных нервов расположены в: а) Сером веществе больших полушарий; б) Продолговатом мозге;

		в) Ретикулярной формации; г) Лобной доле головного мозга Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Ретикулярная формация расположена в: а) Сегментах спинного мозга; б) Коре больших полушарий; в) Структурах ствола головного мозга; г) Мозжечке. 11. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Спинной мозг заканчивается на уровне: а) 11-12 грудных позвонков. б) 1-2 поясничных позвонков. в) 3-4 поясничных позвонков. г) 1-2 крестцовых позвонков. 12. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Желчный пузырь относится к органам: а) Пищеварительной системы б) Дыхательной системы. в) Мочевыделительной системы. г) Половой системы. 13. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа К хрящам гортани относится: а) Метаэпифизарный хрящ. б) Щитовидный хрящ. в) Суставной хрящ. г) Внутрисуставной хрящ. 14. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Информацию о динамическом компоненте движения передают: а) суставные рецепторы; б) сухожильные органы; в) интрафузальные волокна 1-го типа; г) интрафузальные волокна 2-го типа. 15. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Участие в организации содружественных движений и мелкой моторики конечностей принимает: а) красное ядро, б) передние бугры четверохолмия, в) черная субстанция, г) задние бугры четверохолмия. 16. Прочитайте текст и запишите

		развернутый обоснованный ответ. Дайте определение топографическая и функциональная характеристика мышц головы и шеи. ответ: Мышцы головы: 1. Мышцы лица: - Круговая мышца глаза - сужение глазной щели, частичное закрывание глаз. - Жевательные мышцы - сжимание челюстей, жевание. - Мышцы мимики - участие в мимических движениях (улыбка, нахмуривание бровей и т.д.). 2. Мышцы черепа: - Височная мышца - сжимание челюстей, подъем нижней челюсти. - Затылочно-лобная мышца - поднимание бровей, сморщивание лба. Мышцы шеи: 1. Поверхностные мышцы: - Грудино-ключично-сосцевидная мышца - поворот и наклон головы. - Трапецевидная мышца - поднимание плечевого пояса, отведение и вращение лопатки. 2. Глубокие мышцы: - Передняя группа (длинная шейная, лестничные мышцы) - сгибание и наклон шеи. - Задняя группа (полуостистые, многораздельные мышцы) - разгибание и наклон шеи. 3. Мышцы, связанные с гортанью и глоткой: - Шилоглоточная мышца - сужение глотки при глотании. - Мышца, поднимающая нёбную занавеску - поднимание мягкого нёба. 17. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение первая помощь при кровотечениях. ответ: Кровотечения и первая помощь: 1. Кровотечение — это истечение крови из поврежденных сосудов. 2. Основные виды кровотечений: - Артериальное - кровь ярко-алого цвета, вытекает пульсирующей струей. - Венозное - кровь темно-красного цвета, вытекает медленно, ровной струей. - Капиллярное - кровь сочится из мелких повреждений кожи. 3. Первая помощь при кровотечениях: - Прижать пальцами или сложенным в несколько слоев стерильным материалом место кровотечения. - Наложить давящую повязку. - При артериальном кровотечении применить жгут (не более 1-1,5 часа). - Приподнять кровоточащую конечность. - Вызвать скорую

		медицинскую помощь. Оказание своевременной и правильной первой помощи при вывихах и кровотечениях может спасти жизнь и предотвратить осложнения. 18. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение вывихи суставов, первая помощь ответ: Вывихи суставов и первая помощь: 1. Вывих — это полное или частичное смещение суставных поверхностей из их нормального положения. 2. Признаки вывиха: - резкая боль в суставе - деформация сустава - ограничение или невозможность движений в суставе - укорочение конечности 3. Первая помощь при вывихах: - Зафиксировать конечность в положении, максимально приближенном к нормальному. - Приложить холод для уменьшения отека и боли. - Срочно обратиться к врачу для вправления вывиха. - Ни в коем случае не пытаться самостоятельно вправить вывих! 19. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение профилактика и коррекция нарушений осанки ответ: 1. Регулярные физические упражнения, направленные на укрепление мышц спины и брюшного пресса. 2. Соблюдение правильной осанки во время сидения, стояния, ходьбы. 3. Использование специальных ортопедических приспособлений (корсеты, бандажи). 4. Массаж, лечебная физкультура, физиотерапевтические процедуры. 5. Контроль веса, коррекция рациона питания при избыточном весе. 6. Своевременное лечение заболеваний, вызывающих нарушения осанки. 7. Регулярные профилактические осмотры у ортопеда, невролога. 20. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение причины плоскостопия. ответ: 1. Врожденная слабость связочно - мышечного аппарата стопы. 2. Избыточный вес, ожирение. 3. Малоподвижный образ жизни,

		отсутствие физических нагрузок. 4. Перенесенные травмы стопы, голеностопного сустава. 5. Нарушения обмена веществ, гормональные расстройства. 6. Ношение неудобной, узкой, плоской обуви. 7. Перенесенные инфекционные заболевания. 8. Наследственная предрасположенность.

Тестовые задания

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации																						
ОК 01, ОК 08, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ПК 3.5.	определять топографическое расположение и строение органов и частей тела; определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи; применять знания по анатомии и физиологии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений; отслеживать динамику изменений конституциональных и функциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой. основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и	1. Прочитайте текст и установите последовательность: как передача нервного импульса идет по рефлексорной дуге. 1) вставочный нейрон 2) рецептор 3) эффекторный нейрон 4) сенсорный нейрон 5) рабочий орган Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>2</td><td>4</td><td>1</td><td>3</td><td>5</td></tr></table> 2. Прочитайте текст и установите последовательность прохождения луча света в глазном яблоке. 1) зрачок 2) стекловидное тело 3) сетчатка 4) хрусталик 5) роговица 6) передняя камера Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>5</td><td>6</td><td>1</td><td>4</td><td>2</td><td>6</td></tr></table> 3. Прочитайте текст и установите правильную последовательность процессов дыхания у человека, начиная с повышения концентрации CO₂ в крови. 1) вдох 2) повышение концентрации кислорода 3) повышение концентрации CO₂ 4) возбуждение хеморецепторов продолговатого мозга 5) выдох 6) сокращение дыхательной мускулатуры						2	4	1	3	5							5	6	1	4	2	6
2	4	1	3	5																				
5	6	1	4	2	6																			

	физиологии человека; строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами; основные закономерности роста и развития организма человека; возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи; анатомо-физиологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам; анатомию и физиологию систем обеспечения и регуляции движения;	Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>3</td><td>4</td><td>6</td><td>1</td><td>2</td><td>5</td></tr></table> 4. Прочитайте текст и установите последовательность процессов при гуморальной регуляции дыхания в организме человека. 1) сокращение межреберных мышц и диафрагмы 2) возбуждение дыхательного центра в продолговатом мозге 3) повышение концентрации углекислого газа в крови 4) поступление воздуха в легкие 5) передача нервного импульса к межреберным мышцам и диафрагме Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>3</td><td>2</td><td>5</td><td>1</td><td>4</td></tr></table> 5. Прочитайте текст и установите правильную последовательность передачи нервного импульса по рефлекторной дуге внутри ЦНС. 1) присоединение медиатора к рецептору на мембране эффекторного нейрона 2) возбуждение на мембране сенсорного нейрона 3) возникновение импульса на мембране эффекторного нейрона 4) выброс медиатора в синаптическую щель 5) удаление медиатора из синаптической щели Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>4</td><td>1</td><td>3</td><td>5</td></tr></table> 6. Прочитайте текст и установите последовательность иерархического соподчинения элементов нервной системы, начиная с наименьшего уровня. 1) большие полушария головного мозга 2) нервная система							3	4	6	1	2	5						3	2	5	1	4						2	4	1	3	5
3	4	6	1	2	5																													
3	2	5	1	4																														
2	4	1	3	5																														

3) клетка глии
 4) нервная ткань
 5) центральная нервная система
 Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

3	4	1	5	2

7. Прочитайте текст и установите последовательность процессов при чихании.
 1) передача нервных импульсов в продолговатый мозг.
 2) резкий выдох через нос
 3) поступление импульсов к диафрагме и межреберным мышцам
 4) глубокий резкий вдох
 5) раздражение рецепторов носовой полости
 Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

5	1	3	4	2

8. Прочитайте текст и установите правильную последовательность мер оказания первой медицинской помощи утопающему.
 1) ритмично надавливать на спину, чтобы удалить воду из дыхательных путей
 2) доставить пострадавшего в медицинское учреждение
 3) положить пострадавшего вниз лицом на бедро согнутой в колене ноги спасателя
 4) сделать искусственное дыхание изо рта в рот, зажав нос
 Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

5	3	1	4	2

9. Прочитайте текст и установите последовательность расположения отделов верхней конечности человека, начиная с кончиков пальцев.
 1) Предплечье.

- 2) Пясть.
- 3) Фаланги пальцев.
- 4) Плечо.
- 5) Запястье.

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

3	2	5	1	4

10. Прочитайте текст и установите последовательность расположения структур в составе кожи человека, начиная с внешней среды. Запишите в таблицу со ответствующую последовательность цифр.

- 1) клетки, вырабатывающие меланин
- 2) жировая ткань
- 3) роговой слой
- 4) сосочковый слой с петлями капилляров
- 5) плотная соединительная ткань с волокнами коллагена

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

3	1	4	5	2

11. Прочитайте текст и расположите в правильном порядке кости нижней конечности, начиная от тазового пояса. В ответе запишите со ответствующую последовательность цифр.

- 1) Плюсна.
- 2) Бедренная кость.
- 3) Предплюсна.
- 4) Малоберцовая кость.
- 5) Фаланги пальцев.

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:

2	4	3	1	5

12. Прочитайте текст и установите последовательность процессов, происходящих при формировании слюноотделительного рефлекса на зажигание лампочки у собаки. Запишите в таблицу со ответствующую последовательность цифр.

		1) Слюноотделение при включении лампочки. 2) Многократное повторение кормления при включении лампочки. 3) Включение лампочки непосредственно перед кормлением собаки. 4) Кормление собаки и слюноотделение. 5) Включение лампочки без кормления. Запишите со соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>4</td><td>3</td><td>2</td><td>5</td><td>1</td></tr></table> 13. Прочитайте текст и установите соответствие. <table><tr><td>1</td><td>Лимбическая система мозга</td><td>А</td><td>Ствол мозга</td></tr><tr><td>2</td><td>Обонятельная луковица</td><td>Б</td><td>Височные доли мозга</td></tr><tr><td>3</td><td>Центр слухового анализатора</td><td>В</td><td>Гипоталамус</td></tr><tr><td>4</td><td>Центр зрительного анализатора</td><td>Г</td><td>Лобные доли мозга</td></tr><tr><td>5</td><td>Ретикулярная формация</td><td>Д</td><td>Затылочная доля мозга</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td>5</td><td>3</td><td>1</td><td>2</td><td>4</td></tr></table> 14. Прочитайте текст и установите соответствие. <table><tr><td>А</td><td>Обонятельный нерв (I)</td><td>1</td><td>Парасимпатическая иннервация внутренних органов</td></tr></table>						4	3	2	5	1	1	Лимбическая система мозга	А	Ствол мозга	2	Обонятельная луковица	Б	Височные доли мозга	3	Центр слухового анализатора	В	Гипоталамус	4	Центр зрительного анализатора	Г	Лобные доли мозга	5	Ретикулярная формация	Д	Затылочная доля мозга	А	Б	В	Г	Д						А	Б	В	Г	Д	5	3	1	2	4	А	Обонятельный нерв (I)	1	Парасимпатическая иннервация внутренних органов
4	3	2	5	1																																																				
1	Лимбическая система мозга	А	Ствол мозга																																																					
2	Обонятельная луковица	Б	Височные доли мозга																																																					
3	Центр слухового анализатора	В	Гипоталамус																																																					
4	Центр зрительного анализатора	Г	Лобные доли мозга																																																					
5	Ретикулярная формация	Д	Затылочная доля мозга																																																					
А	Б	В	Г	Д																																																				
А	Б	В	Г	Д																																																				
5	3	1	2	4																																																				
А	Обонятельный нерв (I)	1	Парасимпатическая иннервация внутренних органов																																																					

			шеи, грудной и брюшной полости
Б	Добавочный нерв (XI)	2	Обонятельная полость носа
В	Тройничный нерв (V)	3	Грудино-ключично-сосцевидная мышца
Г	Блуждающий нерв (X)	4	Область глаза, верхней и нижней челюсти и лба
Запишите выбранные цифры под со- ответствующими буквами:			
А	Б	В	Г
ответ:			
А	Б	В	Г
2	3	1	2
15. Прочитайте текст и установите со- ответствие.			
1	Тонкая кишка	А	Желчный пузырь
2	Толстая кишка	Б	12-ти перстная кишка
3	Печень	В	Сигмовидная кишка
4	Желудок	Г	Привратник
Запишите выбранные цифры под со- ответствующими буквами:			
А	Б	В	Г
ответ:			
А	Б	В	Г
3	1	2	4
16. Прочитайте текст и установите со- ответствие.			
1	Шейное сплетение	А	Кожа и мышцы брюшной

					полости, нижняя конечность
	2	Плечевое сплетение	Б	Кожа и мышцы плечевого пояса и верхней конечности	
	3	Поясничное сплетение	В	Наружные и внутренние мышцы таза и нижней конечности	
	4	Крестцовое сплетение	Г	Передние и задние мышцы шеи, слуховой проход	

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
3	2	2	4

17. Прочитайте текст и установите со-
ответствие.

1	Шейное сплетение	А	Кожа и мышцы брюшной полости, нижняя конечность
2	Плечевое сплетение	Б	Кожа и мышцы плечевого пояса и верхней конечности
3	Поясничное сплетение	В	Наружные и внутренние мышцы таза и нижней конечности
4	Крестцовое сплетение	Г	Передние и задние мышцы шеи, слуховой

			проход
Запишите выбранные цифры под со- ответствующими буквами:			
А	Б	В	Г
ответ:			
А	Б	В	Г
3	2	4	1
18. Прочитайте текст и установите со- ответствие.			
1	Митральный клапан сердца	А	Левый желудочек - Аорта
2	Полулунный клапан	Б	Правое предсердие – Правый желудочек
3	Клапан аорты	В	Левое предсердие –Левый желудочек
4	Трехстворчатый клапан	Г	Правый желудочек – Легочный ствол
Запишите выбранные цифры под со- ответствующими буквами:			
А	Б	В	Г
ответ:			
А	Б	В	Г
3	4	1	2
19. Прочитайте текст и установите со- ответствие между процессами и отделами пищеварительной системы.			
1	Всасывание основной массы воды	А	Желудок

		2	Расщепление клетчатки	Б	Тонкий кишечник
		3	Расщепление белков до коротких пептидов	В	Толстый кишечник
		4	Расщепление нуклеиновых кислот		
		Запишите выбранные цифры под со- ответствующими буквами:			
		А	Б	В	Г
		ответ:			
		А	Б	В	Г
		3	3	1	2
		20. Прочитайте текст и установите со- ответствие.			
		1	Обладает проводимостью	А	эпителиальная
		2	Выполняет функцию опоры	Б	соединительная
		3	Образует наружный покров кожи	В	нервная
		4	Вырабатывает антитела	Г	
		Запишите выбранные цифры под со- ответствующими буквами:			
		А	Б	В	Г
		ответ:			
		А	Б	В	Г
		3	2	1	2
		21. Прочитайте текст и установите со- ответствие между процессами и отделами пищеварительной системы, в которых они происходят: к каждой позиции, данной в первом столбце, подберите со соответствующую позицию из второго столбца.			

1	Синтезирует тропные гормоны	А	Надпочечники
2	Выделяемый гормон повышает кровяное давление	Б	Гипофиз
3	Влияет на частоту сердечных сокращений		
4	Выделяемый гормон стимулирует синтез белка		

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
2	1	1	2

22. Прочитайте текст и установите со-
ответствие.

1	Расположены сальные и потовые железы	А	эпидермис
2	Образован многослойным эпителием	Б	дерма
3	Состоит из пучков соединительных волокон и жировых клеток	В	подкожная жировая клетчатка
4	Имеет разнообразные рецепторы	Г	

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

		<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td><td>2</td></tr></table> 23. Прочитайте текст и установите со ответствие между процессами и отделами пищеварительной системы. <table><tr><td>1</td><td>Локтевой сустав</td><td>А</td><td>Соединение между плечевой костью, локтевой костью и лучевой костью</td></tr><tr><td>2</td><td>Плечевая кость</td><td>Б</td><td>Треугольная мышца, покрывающая плечо, поднимающая и отводящая руку.</td></tr><tr><td>3</td><td>Лучевая кость</td><td>В</td><td>Длинная кость верхней конечности, расположенная между плечом и локтем</td></tr><tr><td>4</td><td>Дельтовидная мышца</td><td>Г</td><td>Кость предплечья, расположенная со стороны мизинца</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>1</td><td>4</td><td>2</td><td>3</td></tr></table> 24. Прочитайте текст и установите со ответствие. <table><tr><td>1</td><td>Грудная клетка</td><td>А</td><td>Совокупность костей, образующих ось тела, состоящая из позвонков</td></tr></table>	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	2	1	3	2	1	Локтевой сустав	А	Соединение между плечевой костью, локтевой костью и лучевой костью	2	Плечевая кость	Б	Треугольная мышца, покрывающая плечо, поднимающая и отводящая руку.	3	Лучевая кость	В	Длинная кость верхней конечности, расположенная между плечом и локтем	4	Дельтовидная мышца	Г	Кость предплечья, расположенная со стороны мизинца	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	1	4	2	3	1	Грудная клетка	А	Совокупность костей, образующих ось тела, состоящая из позвонков
А	Б	В	Г																																																			
А	Б	В	Г																																																			
2	1	3	2																																																			
1	Локтевой сустав	А	Соединение между плечевой костью, локтевой костью и лучевой костью																																																			
2	Плечевая кость	Б	Треугольная мышца, покрывающая плечо, поднимающая и отводящая руку.																																																			
3	Лучевая кость	В	Длинная кость верхней конечности, расположенная между плечом и локтем																																																			
4	Дельтовидная мышца	Г	Кость предплечья, расположенная со стороны мизинца																																																			
А	Б	В	Г																																																			
А	Б	В	Г																																																			
1	4	2	3																																																			
1	Грудная клетка	А	Совокупность костей, образующих ось тела, состоящая из позвонков																																																			

		2	Позвоночник	Б	Мышечная перегородка, разделяющая грудную и брюшную полости
		3	Диафрагма	В	Костная структура, защищающая внутренние органы грудной полости
		4	Мышцы живота	Г	Группа мышц, расположенных на передней и боковых поверхностях живота, участвующих в движении туловища

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
2	3	1	4

25. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа

В правое предсердие открывается:

А) Верхняя полая вена.
Б) Средняя полая вена.
В) Яремная вена.
Г) Легочная вена.

26. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа

Ядра черепных нервов расположены в:

А) Сером веществе больших полушарий;
Б) Продолговатом мозге;
В) Ретикулярной формации;
Г) Лобной доле головного мозга

27. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа

Ретикулярная формация расположена в:

		А) Сегментах спинного мозга; Б) Коре больших полушарий; В) Структурах ствола головного мозга; Г) Мозжечке. 28. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа <i>Спинной мозг заканчивается на уровне:</i> А) 11-12 грудных позвонков. Б) 1-2 поясничных позвонков. В) 3-4 поясничных позвонков. Г) 1-2 крестцовых позвонков. 29. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Желчный пузырь относится к органам: А) Пищеварительной системы Б) Дыхательной системы. В) Мочевыделительной системы. Г) Половой системы. 30. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа <i>К хрящам гортани относится:</i> А) Метаэпифизарный хрящ. Б) Щитовидный хрящ. В) Суставной хрящ. Г) Внутрисуставной хрящ. 31. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Информацию о динамическом компоненте движения передают: А) суставные рецепторы; Б) сухожильные органы; В) интрафузальные волокна 1-го типа; Г) интрафузальные волокна 2-го типа. 32. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа Участие в организации содружественных движений и мелкой моторики конечностей принимает: А) красное ядро, Б) передние бугры четверохолмия, В) черная субстанция, Г) задние бугры четверохолмия. 33. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа <i>К основным элементам сустава относятся:</i> А) Связки, суставная капсула, суставные поверхности Б) Суставные поверхности, суставная щель,

		суставная капсула, суставная жидкость В) Суставные поверхности, суставная капсула, связки, диски и мышечки Г) Суставные поверхности, суставная капсула, мениски 34. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа <i>К скелету туловища относятся следующие отделы:</i> А) Череп, позвоночный столб, грудная клетка Б) Позвоночный столб В) Грудная клетка, череп Г) Позвоночный столб, грудная клетка 35. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа <i>К основным элементам сустава относятся:</i> <i>К костям пояса верхней конечности относятся:</i> А) Лопатка, ключица, ребра Б) Лопатка, ключица, плечевая кость В) Лопатка, ключица Г) Лопатка, ключица, грудина 36. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа <i>Вокруг фронтальной оси осуществляются следующие движения:</i> А) Сгибание и разгибание Б) Отведение и приведение В) Пронация и супинация Г) Круговые движения 37. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение предмет и задачи курса анатомии ответ: Курс анатомии человека представляет собой фундаментальную медико-биологическую дисциплину, изучающую строение тела человека. Основные предметы и задачи курса анатомии: 1. Изучение строения тела человека Исследование развития организма человека Изучение функциональной анатомии Применение анатомических знаний Обеспечение базы для других медико-биологических дисциплин: физиология, патология, гистология, биомеханика. 38. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

		Дайте определение Строение и функции костей туловища ответ: Кости туловища включают: 1. Позвоночник (позвонки): - Состоит из 26-34 позвонков - Выполняет опорную, защитную и двигательную функции - Образует канал для спинного мозга 2. Грудная клетка: - Состоит из 12 грудных позвонков, 12 пар ребер и грудины - Защищает внутренние органы (сердце, легкие) - Участвует в дыхательных движениях 3. Таз: - Состоит из парных подвздошных, лобковых и седалищных костей - Поддерживает внутренние органы малого таза - Служит опорой для туловища и передает нагрузку на нижние конечности Функции костей туловища: - Опорная: поддержание формы и положения туловища - Защитная: укрытие и предохранение внутренних органов - Двигательная: прикрепление мышц, участие в движениях - Гемопоэтическая: образование клеток крови в красном костном мозге - Минеральный обмен: запас и обмен кальция, фосфора и других минералов 39. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение перелома костей первая помощь. ответ: Основные принципы первой помощи при переломах: 1. Остановка кровотечения - Если рана открытая - наложить стерильную повязку. - При сильном кровотечении - наложить давящую повязку. 2. Обездвиживание (иммобилизация) поврежденной конечности - Использовать шины, подручные средства (доски, палки) или специальные фиксирующие повязки. - Иммобилизовать сустав выше и ниже места перелома. 3. Профилактика травматического шока - Уложить пострадавшего, согреть, обеспечить покой. - При открытых переломах - наложить асептическую повязку. 4. Транспортировка в медицинское учреждение - Осуществлять бережно, избегая лишних движений. - При открытых переломах - следить, чтобы кость не выходила наружу. Важно помнить, что при переломах нельзя: - Пытаться вправить вышедшую наружу кость. - Накладывать жгут (за исключением острой необходимости). - Давать пить пострадавшему.

		Правильно оказанная первая помощь может значительно улучшить исход травмы и уменьшить риск осложнений. 40. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение мышечная ткань ответ: Мышечная ткань - это один из основных типов тканей в организме человека и животных. Она характеризуется способностью к сокращению и расслаблению, что обеспечивает движение. Существует три основных вида мышечной ткани: 1. Скелетная (поперечнополосатая) мышечная ткань - Образует скелетные (произвольные) мышцы, прикрепленные к костям. - Обеспечивает произвольные (сознательно управляемые) движения. - Состоит из мышечных волокон, содержащих миофибриллы с поперечной исчерченностью. 2. Гладкая (непроизвольная) мышечная ткань - Образует гладкие мышцы внутренних органов (кишечник, кровеносные сосуды, матка). - Обеспечивает непроизвольные, автоматические движения. - Состоит из веретенообразных гладких мышечных клеток без поперечной исчерченности. 3. Сердечная мышечная ткань - Образует мышечную стенку сердца (миокард). - Обеспечивает сокращения сердца, вызывающие движение крови. - Состоит из поперечнополосатых, но непроизвольных кардиомиоцитов. 41. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение топографическая и функциональная характеристика мышц верхних и нижних конечностей. ответ: Верхние конечности: 1. Мышцы плечевого пояса и плеча: - Дельтовидная мышца - отведение, сгибание и разгибание руки. - Двуглавая мышца плеча (бицепс) - сгибание предплечья. - Трехглавая мышца плеча (трицепс) - разгибание предплечья. 2. Мышцы предплечья: - Лучевые сгибатели запястья - сгибание кисти. - Локтевые сгибатели запястья - сгибание кисти. - Разгибатели пальцев - разгибание пальцев. 3. Мышцы кисти: - Тенорные мышцы - сгибание фаланг пальцев. - Межкостные мышцы - отведение и приведение пальцев. Нижние конечности: 1. Мышцы таза и бедра: - Ягодичные мышцы

		- разгибание, отведение и вращение бедра. - Четырехглавая мышца бедра (квадрицепс) - разгибание голени. - Двуглавая мышца бедра - сгибание голени. 2. Мышцы голени: - Передние большеберцовые мышцы - сгибание стопы. - Задние большеберцовые мышцы - разгибание (подошвенное сгибание) стопы. - Икроножные мышцы - разгибание (подошвенное сгибание) стопы. 3. Мышцы стопы: - Короткие сгибатели пальцев - сгибание пальцев стопы. - Межкостные мышцы - отведение и приведение пальцев стопы. 42. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение топографическая и функциональная характеристика мышц головы и шеи. ответ: Мышцы головы: 1. Мышцы лица: - Круговая мышца глаза - сужение глазной щели, частичное закрывание глаз. - Жевательные мышцы - сжимание челюстей, жевание. - Мышцы мимики - участие в мимических движениях (улыбка, нахмуривание бровей и т.д.). 2. Мышцы черепа: - Височная мышца - сжимание челюстей, подъем нижней челюсти. - Затылочно-лобная мышца - поднимание бровей, сморщивание лба. Мышцы шеи: 1. Поверхностные мышцы: - Грудинно-ключично-сосцевидная мышца - поворот и наклон головы. - Трапециевидная мышца - поднимание плечевого пояса, отведение и вращение лопатки. 2. Глубокие мышцы: - Передняя группа (длинная шейная, лестничные мышцы) - сгибание и наклон шеи. - Задняя группа (полуостистые, многораздельные мышцы) - разгибание и наклон шеи. 3. Мышцы, связанные с гортанью и глоткой: - Шилоглоточная мышца - сужение глотки при глотании. - Мышца, поднимающая нёбную занавеску - поднимание мягкого нёба. 43. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение первая помощь при кровотечениях. ответ: Кровотечения и первая помощь: 4. Кровотечение — это истечение крови из

		поврежденных сосудов. 5. Основные виды кровотечений: - Артериальное - кровь ярко-алого цвета, вытекает пульсирующей струей. - Венозное - кровь темно-красного цвета, вытекает медленно, ровной струей. - Капиллярное - кровь сочится из мелких повреждений кожи. 6. Первая помощь при кровотечениях: - Прижать пальцами или сложенным в несколько слоев стерильным материалом место кровотечения. - Наложить давящую повязку. - При артериальном кровотечении применить жгут (не более 1-1,5 часа). - Приподнять кровоточащую конечность. - Вызвать скорую медицинскую помощь. Оказание своевременной и правильной первой помощи при вывихах и кровотечениях может спасти жизнь и предотвратить осложнения. 44. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение вывихи суставов, первая помощь ответ: Вывихи суставов и первая помощь: 1. Вывих — это полное или частичное смещение суставных поверхностей из их нормального положения. 2. Признаки вывиха: - резкая боль в суставе - деформация сустава - ограничение или невозможность движений в суставе - укорочение конечности 3. Первая помощь при вывихах: - Зафиксировать конечность в положении, максимально приближенном к нормальному. - Приложить холод для уменьшения отека и боли. - Срочно обратиться к врачу для вправления вывиха. - Ни в коем случае не пытаться самостоятельно вправить вывих! 45. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение профилактика и коррекция нарушений осанки ответ: Регулярные физические упражнения, направленные на укрепление мышц спины и брюшного пресса. 1. Соблюдение правильной осанки во время сидения, стояния, ходьбы. 2. Использование специальных ортопедических приспособлений (корсеты, бандажи). 3. Массаж, лечебная физкультура, физиотерапевтические процедуры.

		4. Контроль веса, коррекция рациона питания при избыточном весе. 5. Своевременное лечение заболеваний, вызывающих нарушения осанки. 6. Регулярные профилактические осмотры у ортопеда, невролога. 46. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение причины плоскостопия. ответ: 1. Врожденная слабость связочно - мышечного аппарата стопы. 2. Избыточный вес, ожирение. 3. Малоподвижный образ жизни, отсутствие физических нагрузок. 4. Перенесенные травмы стопы, голеностопного сустава. 5. Нарушения обмена веществ, гормональные расстройства. 6. Ношение неудобной, узкой, плоской обуви. 7. Перенесенные инфекционные заболевания. 8. Наследственная предрасположенность. 47. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение изменения костей в связи с возрастом и занятием спортом ответ: 1. Возрастные изменения: - В молодом возрасте кости растут в длину и ширину, увеличивается их масса. - После 25-30 лет начинается постепенное снижение костной массы, уменьшение прочности и плотности костей. - После 50 лет у женщин, а после 60 лет у мужчин ускоряется потеря костной массы (остеопороз). - Снижается способность костей к регенерации, замедляется сращение переломов. 2. Изменения под влиянием физических нагрузок: - Занятия спортом стимулируют рост костной ткани, повышают ее плотность и прочность. - Регулярные физические нагрузки способствуют увеличению массы, диаметра и толщины костей. - Нагрузки на определенные группы мышц и суставов приводят к локальному укреплению соответствующих костей. - Наиболее выраженные изменения наблюдаются у спортсменов, занимающихся силовыми видами спорта. 48. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение химический состав кости, её

		физические свойства. ответ: Химический состав кости: - Органическая часть (около 35%): - Коллаген (90-95% органической массы) - Протеогликаны, липиды, гликопротеины - Неорганическая часть (около 65%): - Минеральные вещества (фосфаты и карбонаты кальция) - Небольшое количество магния, натрия, калия, фторидов, стронция - Вода (10-20% общей массы кости) Физические свойства кости: - Прочность: кость способна выдерживать значительные нагрузки, как растягивающие, так и сжимающие. Прочность зависит от минерального состава и структуры. - Твердость: кость является достаточно твердым, но в то же время упругим материалом. Твердость определяется содержанием минеральных солей. - Эластичность: кость способна выдерживать деформацию без разрушения. Обеспечивается коллагеновыми волокнами. - Пластичность: кость обладает ограниченной способностью изменять свою форму под действием нагрузок. - Плотность: плотность кости зависит от соотношения органической и минеральной составляющих.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

**ОЦ.10 Гигиенические основы физической культуры и
спорта**

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствении с:

– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки

_____,
код, наименование специальности/направления подготовки
утвержденный приказом Министерство просвещения РФ от _____.

– учебным планом специальности/направления подготовки _____ 49.02.01

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС преподаватель Пастух Н.М. _____
степень, звание, фамилия, имя, отчество

1 Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Гигиенические основы физической культуры и спорта».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО __49.02.01__ Физическая культура «Гигиенические основы физической культуры и спорта».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы профессионального модуля в со ответствии с ФГОС профессии/специальности __49.02.01__ и рабочей программой дисциплины __ Гигиенические основы физической культуры и спорта __:

уметь:

- обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение санитарных и гигиенических правил и норм;
- планировать оснащение физкультурно-спортивной организации со ответствующим оборудованием, экипировкой и инвентарем;
- проводить научный анализ результатов исследований влияния факторов окружающей среды на здоровье занимающихся физической культурой и спортом и использовать их в практической деятельности.

знать:

- санитарные и гигиенические правила и нормы по обеспечению физкультурно - спортивной деятельности;
- гигиенические характеристики, предъявляемые к экипировке спортсмена и инвентарю для оснащение физкультурно-спортивной организации;
- основные этапы научного анализа исследования влияния факторов окружающей среды на здоровье занимающихся физической культурой и спортом.

Вышеперечисленные умения, знания направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций: ОК , ПК .**

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

	иностранных языках
ПК 1.2.	Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодёжной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодёжи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях
ПК 1.3.	Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия
ПК 1.5.	Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
ПК 1.6.	Проводить работу по предотвращению применения допинга
ПК 2.1.	Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы
ПК 2.4.	Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта
ПК 3.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта
ПК 3.2.	Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта
ПК 3.3.	Осуществлять контроль и учет, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях
ПК 3.4.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую учебные занятия
ПК 3.5.	Осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции

МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.	ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;	Контрольная работа	не аттестован низкий средний высокий	0– 8 9 – 12 13 – 16 17-20
	ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;			
	ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;		не аттестован низкий средний высокий	0– 8 9 – 12 13 – 16 17-20
	ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;			
макс:				20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;	Контрольная работа	не аттестован низкий средний высокий	0– 8 9 – 12 13 – 16 17-20
	ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;			
	ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.;		не аттестован низкий средний высокий	0– 8 9 – 12 13 – 16 17-20
	ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.;			

	ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;			
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;	Дифференцированный зачет	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;	Знает: роль, структуру и функции физической культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни Умеет: проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов и обучающихся к физкультурноспортивной деятельности, мотивационноценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни	Задание 1. Выберите вариант ответа: Одно из самых эффективных средств укрепления механизмов приспособление к холоду и жаре, повышения устойчивости организма к изменениям природных условий, это: 1. Физическая культура 2. Закаливание 3. Личная гигиена Задание 2. Выберите вариант ответа Что относится к личной гигиене при занятиях спортом? 1. Регулярное мытье рук перед тренировкой обязательно. 2. Использование дезинфицирующих средств для обработки обуви и спортивного инвентаря. 3. Несоблюдение чистоты волос, кожи и зубов. Задание 3. Выберите вариант ответа Что включает в себя рациональное питание и питьевой режим для спортсмена? 1. Употребление только белковой пищи. 2. Постоянное употребление достаточного количества воды для поддержания гидратации организма. 3. Исключение свежих фруктов и овощей из рациона. Задание 4. Выберите вариант ответа Что помогает предотвратить травмы при занятиях спортом? 1. Пропускание разминки перед тренировкой. 2. Использование правильной техники выполнения упражнений. 3. Несоблюдение правил безопасности в спортивных залах. Задание 5. Выберите вариант ответа Что включает в себя гигиенические правила и требования в контексте физической культуры и спорта? 1. Регулярное принятие сладких напитков после тренировок. 2. Использование общих полотенец и средств личной гигиены.

		3. Поддержание чистоты и порядка в раздевалках и душевых. Задание 6. Выберите вариант ответа Ускорение темпов роста и развития детей называется: 1. дистрофия. 2. ожирение. 3. акселерация. Задание 7. Выберите вариант ответа Фактор, оказывающий наибольшее влияние на формирование здоровья населения: 1. образ жизни. 2. уровень и качество медицинской помощи. 3. наследственность. 4. окружающая среда. Задание 8. Выберите вариант ответа По определению ВОЗ здоровье – это: 1. отсутствие болезней 2. нормальное функционирование систем организма 3. состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и дефектов физического развития 4. состояние организма человека, когда функции его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения Задание 9. Выберите вариант ответа Отрицательная сторона урбанизации: 1. коммунальное благоустройство 2. высокий уровень культуры 3. интенсивное загрязнение воздушной среды 4. высокий экономический потенциал Задание 10. Выберите вариант ответа Влияние производственной пыли на организм проявляется в возникновении: 1. бронхитов 2. пневмокониозов 3. аллергических проявлениях 4. все перечисленное верно Задание 11. Какие меры предосторожности помогают избежать травм при занятиях спортом? ответ: Использование правильной техники выполнения упражнений, ношение защитной

		экипировки и обуви, а также проведение разминки перед тренировкой помогают предотвратить травмы. Кроме того, следует избегать переутомления, адекватно оценивать свои возможности и не пренебрегать рекомендациями тренера относительно интенсивности тренировок. Задание 12. Какое значение имеет рациональное питание и питьевой режим для спортсменов? ответ: Рациональное питание и употребление достаточного количества воды являются основными компонентами здорового образа жизни спортсмена. Правильно сбалансированное питание обеспечивает организм необходимыми питательными веществами для восстановления после тренировок и повышения выносливости. Питьевой режим также играет важную роль в поддержании гидратации организма, что особенно важно во время физических нагрузок. Задание 13. Почему важно соблюдать гигиенические правила при занятиях физической культурой и спортом? ответ: Соблюдение гигиенических правил помогает предотвращать различные заболевания, связанные с активной физической нагрузкой, а также снижает риск травм. Регулярное принятие душа после тренировок и использование средств индивидуальной гигиены помогает избежать различных кожных заболеваний. Поддержание чистоты в спортивных залах и раздевалках также способствует улучшению общего состояния здоровья и благополучия спортсменов. Задание 14. Закаливание – это: ответ: Закаливание – это комплекс процедур, направленных на формирование повышенной устойчивости организма человека к действию метеорологических и других факторов, влияющих на терморегуляцию человека и способность влиять на его тепловой баланс. Задание 15. Что такое естественное освещение? ответ: Естественное освещение — это обычный солнечный свет, который в течение светового дня достаточно интенсивный и равномерно распределяется. Оно не оказывает негативного воздействия на зрение за счёт равномерного рассеивания.

		Задание 16. Что такое искусственное освещение? ответ: Искусственное освещение достигается с помощью специальных осветительных приборов: линейные светильники, трековые светильники, прожектора, магистральные системы, потолочные панели и прочее. Задание 17. Что такое солнечные ванны? ответ: Солнечные ванны — это вид закаливания, который следует принимать с осторожностью во избежание вреда (ожогов, теплового и солнечного ударов). Задание 18. Какие основные элементы личной гигиены? ответ: Основные элементы личной гигиены: регулярное, частое мытье рук и тела, уход за кожей и зубами, регулярная (по мере необходимости) смена белья и одежды, регулярная смена постельного белья, влажная уборка помещений, содержание в чистоте всех предметов обихода (посуды, игрушек, клавиатуры компьютера и проч.). Задание 19. Что такое биоритмы? ответ: Биоритмы — это периодически повторяющиеся изменения характера и интенсивности биологических процессов и явлений. Они свойственны живой материи на всех уровнях её организации — от молекулярных и субклеточных до биосферы. 1 Биоритмы помогают организму чередовать фазы активности и восстановления. Задание 20. Что такое акклиматизация? ответ: Акклиматизация — это адаптация организма к непривычным условиям. Если большую часть времени человек проводит в одном климате, а затем резко попадает в другой, внутренним системам организма нужно время, чтобы адаптироваться к новым условиям. Задание 21. Расставьте следующие этапы гигиенических процедур после тренировки в правильной последовательности. 1. Принятие душа 2. Переодевание в чистую одежду 3. Умывание лица 4. Использование средств индивидуальной гигиены (например, мыло, шампунь) Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ответ:			
1	4	3	2
Задание 22.			
Расставьте следующие этапы разминки перед тренировкой в правильной последовательности:			
1. Легкий кардиоваскулярный нагревательный блок			
2. Растяжка основных мышечных групп			
3. Динамические упражнения для подготовки суставов			
4. Работа над координацией движений			
Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:			
ответ:			
1	2	3	4
Задание 23.			
Последовательность употребления жидкости во время тренировки:			
1. Питьевой режим во время тренировки (небольшие порции каждые 15-20 минут)			
2. Питьевой режим до начала тренировки (за 1-2 часа до тренировки)			
3. Питьевой режим после тренировки (восполнение потерь жидкости)			
Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:			
ответ:			
2	1	3	
Задание 24.			
Установите последовательность правильной подготовки ко сну:			
1) Провести 10-15 минут на расслабляющих упражнениях или медитации, чтобы уменьшить стресс и напряжение;			
2) Убедиться, что ваша постель удобна, и создать спокойную обстановку в спальне для комфортного засыпания;			
3) Отложить смартфоны, планшеты и ноутбуки за 1 час до сна, чтобы избежать воздействия синего света на цикл сна;			
4) Постепенно снизить яркость освещения в комнате за 30 минут до сна, чтобы сигнализировать вашему организму о приближающемся времени отдыха.			
Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:			

		ответ: <table border="1"><tr><td>1</td><td>4</td><td>3</td><td>2</td></tr></table> Задание 25. Чем опасна для здоровья человека избыточная энергия, которая поступает в организм с пищей?: 1) это приводит к физическому утомлению; 2) это приводит к гиподинамии; 3) это приводит к избыточному весу. Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>4</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr></table> Задание 26. Установите последовательность утреннего туалета. 1)причесать волосы 2)вымыть руки, лицо и шею 3)почистить зубы Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> Задание 27. Установите последовательность вечернего туалета. 1)умыть лицо 2)почистить зубы 3)вымыть ноги 4) вымыть шею и уши 5)насухо вытереть уши, шею и лицо Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>1</td><td>4</td><td>3</td><td>5</td></tr></table> Задание 28. Установите последовательность разминки. 1)общеразвивающие упражнения 2) разогревание 3) специальные беговые упражнения Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr></table> Задание 29. Установите последовательность гигиенической обработки рук.	1	4	3	2					4	3	2	1				2	3	1						2	1	4	3	5				2	1	3	
1	4	3	2																																		
4	3	2	1																																		
2	3	1																																			
2	1	4	3	5																																	
2	1	3																																			

		1)Охватить большой палец левой руки правой ладонью и потереть его круговыми движениями, поменять руки и выполнить процедуру для другой руки. 2)Нанести антисептик на ладонь. 3)Потереть одну ладонь о другую. 4)Правой ладонью растереть антисептик по тыльной поверхности левой кисти, переплетая пальцы, и наоборот. 5)Круговыми движениями в направлении вперед и назад сомкнутыми пальцами правой руки потереть левую ладонь, поменять руки и выполнить процедуру для другой руки. 6)Соединить пальцы в «замок», тыльной стороной согнутых пальцев растирать ладонь другой руки. 7)Подождать до высыхания антисептика, процедура закончена. 8)Переплести пальцы, растирая ладонь о ладонь. Запишите со _____ ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>8</td><td>6</td><td>1</td><td>5</td><td>7</td></tr></table> Задание 30. Установите последовательность распорядка дня. 1)прием пищи 2)тихий час 3)тренировка 4)зарядка 5) водные процедуры Запишите со _____ ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>4</td><td>5</td><td>1</td><td>3</td><td>2</td></tr></table> Задание 31. Установите со ответствие <table><tr><th>Определение</th><th>Название группы</th></tr><tr><td>А) практически здоровые обучающиеся, имеющие морфофункциональные отклонения или физически слабо подготовленные.</td><td>1)основная медицинская</td></tr><tr><td>Б) обучающиеся с отчетливыми отклонениями в</td><td>2) подготовите</td></tr></table>									2	3	4	8	6	1	5	7						4	5	1	3	2	Определение	Название группы	А) практически здоровые обучающиеся, имеющие морфофункциональные отклонения или физически слабо подготовленные.	1)основная медицинская	Б) обучающиеся с отчетливыми отклонениями в	2) подготовите
2	3	4	8	6	1	5	7																											
4	5	1	3	2																														
Определение	Название группы																																	
А) практически здоровые обучающиеся, имеющие морфофункциональные отклонения или физически слабо подготовленные.	1)основная медицинская																																	
Б) обучающиеся с отчетливыми отклонениями в	2) подготовите																																	

		состоянии здоровья постоянного или временного характера либо в физическом развитии, не мешающие выполнению обычной учебной или воспитательной работы, однако требующие ограничения физических нагрузок.	льная медицинская
		В) обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние и со соответствующую возрасту физическую подготовленность.	3) специальная медицинская

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
2	3	1

Задание 32.
Установите со ответствие

Описание вида	Вид
А) пониженная двигательная активность	1) гиперкинезия
Б) неврологический синдром, который характеризуется непроизвольными насильственными движениями	2) гипокинезия
В) врожденная (основанная на механизме безусловного рефлекса) биологическая потребность организма ребенка в двигательной	3) кинезофилия

		<table><tr><td>активности</td><td></td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>A</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>A</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr></table> Задание 33. Установите со ответствие между методами и задачами гигиенической науки <table><tr><td>Метод</td><td>Задачи</td></tr><tr><td>А) метод санитарного обследования</td><td>1) Цель получения объективных данных для оценки и характеристики факторов окружающей среды (бактериологическое, химическое, токсикологическое и др.);</td></tr><tr><td>Б) метод лабораторных исследований</td><td>2) Изучение окружающей среды которая состоит в обследовании и описании объектов среды (промышленного предприятия, столовой, водоисточника);</td></tr><tr><td>В) метод мониторинга</td><td>3) Непрерывное слежение за определёнными параметрами среды с их автоматической регистрацией;</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами: <table><tr><td>A</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>A</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr></table> Задание 34. Установите со ответствие мероприятия по охране атмосферного воздуха	активности		A	Б	В				A	Б	В	2	1	3	Метод	Задачи	А) метод санитарного обследования	1) Цель получения объективных данных для оценки и характеристики факторов окружающей среды (бактериологическое, химическое, токсикологическое и др.);	Б) метод лабораторных исследований	2) Изучение окружающей среды которая состоит в обследовании и описании объектов среды (промышленного предприятия, столовой, водоисточника);	В) метод мониторинга	3) Непрерывное слежение за определёнными параметрами среды с их автоматической регистрацией;	A	Б	В				A	Б	В	2	1	3
активности																																				
A	Б	В																																		
A	Б	В																																		
2	1	3																																		
Метод	Задачи																																			
А) метод санитарного обследования	1) Цель получения объективных данных для оценки и характеристики факторов окружающей среды (бактериологическое, химическое, токсикологическое и др.);																																			
Б) метод лабораторных исследований	2) Изучение окружающей среды которая состоит в обследовании и описании объектов среды (промышленного предприятия, столовой, водоисточника);																																			
В) метод мониторинга	3) Непрерывное слежение за определёнными параметрами среды с их автоматической регистрацией;																																			
A	Б	В																																		
A	Б	В																																		
2	1	3																																		

		<table border="1"><tr><td>Мероприятия</td><td>Действия</td></tr><tr><td>А) планировочные</td><td>1) определение санитарно-защитных зон</td></tr><tr><td>Б) технологические</td><td>2) изменение технологического процесса</td></tr><tr><td>В) санитарно-технические</td><td>3) зонирование территории населённого пункта</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr></table> Задание 35. Установите соответствие <table border="1"><tr><td>Витамин</td><td>Действие</td></tr><tr><td>А) Витамин А</td><td>1) в комплексе с кальцием способствует росту и укреплению костей, укрепляет иммунную. Среднесуточная потребность – 250 мг</td></tr><tr><td>Б) Витамин Е</td><td>2) предупреждает преждевременное старение, помогает организму усваивать кислород. Среднесуточная потребность – 15 мг</td></tr><tr><td>В) Витамин Д</td><td>3) участвует в обновлении кожи, поддерживает остроту зрения, стимулирует защиту организма от инфекционных заболеваний, предотвращает старение. Среднесуточная потребность – 2мг.</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Мероприятия	Действия	А) планировочные	1) определение санитарно-защитных зон	Б) технологические	2) изменение технологического процесса	В) санитарно-технические	3) зонирование территории населённого пункта	А	Б	В				А	Б	В	1	2	3	Витамин	Действие	А) Витамин А	1) в комплексе с кальцием способствует росту и укреплению костей, укрепляет иммунную. Среднесуточная потребность – 250 мг	Б) Витамин Е	2) предупреждает преждевременное старение, помогает организму усваивать кислород. Среднесуточная потребность – 15 мг	В) Витамин Д	3) участвует в обновлении кожи, поддерживает остроту зрения, стимулирует защиту организма от инфекционных заболеваний, предотвращает старение. Среднесуточная потребность – 2мг.	А	Б	В			
Мероприятия	Действия																																			
А) планировочные	1) определение санитарно-защитных зон																																			
Б) технологические	2) изменение технологического процесса																																			
В) санитарно-технические	3) зонирование территории населённого пункта																																			
А	Б	В																																		
А	Б	В																																		
1	2	3																																		
Витамин	Действие																																			
А) Витамин А	1) в комплексе с кальцием способствует росту и укреплению костей, укрепляет иммунную. Среднесуточная потребность – 250 мг																																			
Б) Витамин Е	2) предупреждает преждевременное старение, помогает организму усваивать кислород. Среднесуточная потребность – 15 мг																																			
В) Витамин Д	3) участвует в обновлении кожи, поддерживает остроту зрения, стимулирует защиту организма от инфекционных заболеваний, предотвращает старение. Среднесуточная потребность – 2мг.																																			
А	Б	В																																		

		ответ:		
		А	Б	В
		3	2	1
		Задание 36. Установите со ответствие группам здоровья детей		
		Витамин	Действие	
		А) первая группа	1) дети, больные хроническими заболеваниями в состоянии субкомпенсации, со сниженными функциональными возможностями организма; с ожирением 3-й степени (более 50%);	
		Б) вторая группа	2) здоровые, но имеющие функциональные и некоторые морфологические отклонения (в росте и весе), сниженную сопротивляемость организма к заболеваниям (болеющие 4 раза в году и более), отставшие по выраженности вторичных половых признаков;	
		В) третья группа	3) дети, больные хроническими заболеваниями в состоянии Компенсации с сохраненными функциональными возможностями организма; с ожирением 1-2 степени (на 20-29% и на 30-49%);	
		Г) четвертая группа	здоровые, с нормальным уровнем морфологического, функционального, биологического и умственного развития; не имеющие дефектов, гармонично развитые;	
		Д) пятая группа	дети, больные хроническими заболеваниями в состоянии декомпенсации, со значительно сниженными функциональными возможностями организма – эти	

		дети не посещают школу.									
Запишите выбранные цифры под со- ответствующими буквами:											
А		Б		В		Г		Д			
ответ:											
А		Б		В		Г		Д			
4		3		2		5		1			
Задание 37.						Установите со ответствие					
Оздоровительн ые мероприятия			Действие								
А) утренняя гимнастика			1) система мероприятий, повышающих устойчивость Организма к микроклиматическим факторам и сопротивляемость к инфекционным агентам и простудным заболеваниям.								
Б) закаливание			2) Ее задача снять остаточное торможение после сна, активизирует деятельность организма, в частности мышц и ЦНС, включает эмоциональную радость. «Снулый, холодный, безрадостный» - вот облик школьника, вышедшего утром из дому без утренней гимнастики.								
В) оздоровитель ные нагрузки			3) оздоровить организм, поддержать стройную форму тела и отдалить старость. Они направлены на тренировку сердечно- сосудистой и дыхательной систем, опорно- двигательного аппарата и терморегуляции, создание психологического благополучия.								

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
2	1	3

Задание 38.

Установите со ответствие

Термин	Определение
А) Гигиена питания	1) раздел гигиены о влиянии трудовой деятельности и факторов производственной среды на работающих.
Б) гигиена труда	2) изучает влияние различных факторов, связанных с занятиями физическими упражнениями, на здоровье занимающихся.
В) гигиена физического воспитания	3) рассматривает вопросы, касающиеся влияния питания на здоровье человека.

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
3	1	2

Задание 39.

Установите со ответствие

Термин	Определение
А) Гигиенический норматив	1) это проведение практических мероприятий по осуществлению требований гигиены в целях охраны и укрепления здоровья

			людей (практическая деятельность, при помощи которой можно сохранить и укрепить здоровье).
		Б) личная гигиена	2) раздел гигиены, в котором изучаются вопросы сохранения и укрепления здоровья человека, соблюдения гигиенических правил и мероприятий в его личной жизни и деятельности.
		В) санитария	3) это максимально физиологически безопасный для организма количественный уровень вредного фактора, превышение которого может привести к заболеваниям или другим неблагоприятным последствиям для человека и окружающей среды.

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
3	2	1

Задание 40.
Установите соответствие

Термин	Определение
А) рациональное питание	1) сбалансированное питание при оптимальном режиме приёма пищи.
Б) сбалансированное	2) полноценное

		<table><tr><td>питание</td><td>питание, характеризующееся оптимальными (то есть со ответственными физиологическим потребностям организма) количеством и соотношением всех компонентов пищи.</td></tr><tr><td>В) полноценное питание</td><td>З) питание, характеризующееся наличием в пище в достаточном количестве всех необходимых для нормальной жизнедеятельности компонентов.</td></tr></table>	питание	питание, характеризующееся оптимальными (то есть со ответственными физиологическим потребностям организма) количеством и соотношением всех компонентов пищи.	В) полноценное питание	З) питание, характеризующееся наличием в пище в достаточном количестве всех необходимых для нормальной жизнедеятельности компонентов.		
питание	питание, характеризующееся оптимальными (то есть со ответственными физиологическим потребностям организма) количеством и соотношением всех компонентов пищи.							
В) полноценное питание	З) питание, характеризующееся наличием в пище в достаточном количестве всех необходимых для нормальной жизнедеятельности компонентов.							
Запишите выбранные цифры под со ответственными буквами:								
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>			А	Б	В			
А	Б	В						
ответ:								
<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr></table>			А	Б	В	1	2	3
А	Б	В						
1	2	3						

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК 07;	Знает: роль, структуру и функции физической	Задание: составить и защитить презентацию на практических работах. Темы презентаций:

ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;	культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни. Умеет: проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов и обучающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни. Имеет опыт деятельности: владения методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	1 История развития гигиены 2 Роль гигиены в сохранении здоровья населения 3 Основа профилактики – здоровый образ жизни. 4 Гигиеническая оценка освещения спортивных объектов 5 Эколого-гигиенические свойства почвы 6 Почвенные инфекции 7 Анализ общих требований к спортивным сооружениям 8 Правила закаливания 9 Правила ухода за спортивной одеждой и обувью 10 Особенности тренировочного процесса и режим. 11 Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях временной адаптации 12 Гигиеническая характеристика пищевых добавок и биокорректоров 13 Продукты повышенной биологической ценности. 14 Понятие об иммунитете. Виды иммунитета 15 Гигиеническая характеристика возрастных особенностей детей и подростков 16 Физкультурно-оздоровительная работа со школьниками 17 Использование естественных сил природы для закаливания организма детей и подростков 18 Гигиеническая характеристика пищевых добавок и биокорректоров. 19 Инфекционные заболевания и пути их распространения 20 Влияние социальных и природных факторов на распространение эпидемического процесса. Требования к оформлению презентаций -Соблюдайте единый стиль оформления; -Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; -Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки). -На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста; -Для фона и текста используйте контрастные цвета. Предпочтительнее, если фон светлый, а текст темный;

		-Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования). -Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде; -Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде. -Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов; -Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации; -Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание. -Первый слайд – это титульный слайд, на котором представлены: сверху полное наименование ОУ, название работы по центру; ФИО автора после названия работы справа. -На последнем слайде указывается: источники, список литературы, глоссарий и т.д. -Оптимальный объем. Объем презентации не должен быть менее 8-10 слайдов и не более 20 слайдов. Зрительный ряд из большого числа слайдов вызывает утомление, отвлекает от сути рассматриваемой темы. Исключения составляют презентации, предназначенные для длительной демонстрации ознакомительного характера с большим количеством визуального материала. В этом случае объем презентации - из расчета не менее чем 1 мин. на один слайд, а на слайды, содержащие ключевые моменты и основополагающие понятия - по 2 мин. Основные пункты презентации: 1. Тема 2. Актуальность 3. Основные понятия 4. Графики, рисунки, диаграммы 5. Примеры.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания

Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Темы рефератов и презентаций

1. История развития гигиенической науки. Развитие гигиены физической культуры и спорта в России.
2. Понятие о гигиене физических упражнений и спорта. Предмет и задачи гигиены физической культуры и спорта.
3. Факторы внешней среды, классификация. Общие принципы влияния факторов внешней среды на организм спортсмена.
4. Химический состав и физические свойства атмосферного воздуха. Влияние загрязнений атмосферного воздуха на здоровье человека во время занятий физической культурой и спортом.
5. Источники загрязнения атмосферного воздуха и воздуха внутри помещений. Антропогенные.
6. Климат и погода. Понятие об акклиматизации. Акклиматизация в практике физической культуры и спорта.
7. Вода, как фактор окружающей среды. Значение воды для жизнедеятельности человека.
8. Поверхностные и подземные воды как источники водоснабжения: сравнительная характеристика. Источники загрязнения водных объектов.
9. Гигиенические требования к питьевой воде. Значение особенностей химического состава питьевой воды для здоровья человека. Очистка и обеззараживание питьевой воды.
10. Плавательный бассейн как спортивный объект. Гигиенические требования к воде плавательных бассейнов.
11. Качество воды, расфасованной в емкости. Миграция химических веществ из упаковки в питьевую воду. Значение для здоровья человека.
12. Классификация спортивных сооружений. Гигиенические требования к выбору места для строительства спортивного сооружения и ориентации зданий.
13. Гигиенические требования к микроклимату спортивных сооружений: температурный режим, влажность, освещение, отопление, вентиляция, шум. 14. Рациональный режим дня.

Особенности временной адаптации занимающихся физической культурой и спортом.
 Понятие о биоритмах.
 15. Достаточное и сбалансированное питание. Спортивное питание.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации

ОК 07; ОК 08; ОК 09; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 2.1.; ПК 2.4.; ПК 3.1.; ПК 3.2.; ПК 3.3.; ПК 3.4.; ПК 3.5.;	Знает: роль, структуру и функции физической культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни Умеет: проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов и обучающихся к физкультурноспортивной деятельности, мотивационноценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни Имеет опыт деятельности: владения методикой формирования осознанного отношения к физкультурноспортивной деятельности, мотивационноценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	1. Химическое, пылевое и микробное загрязнение воздуха. ответ: Химическое загрязнение воздуха — это насыщение воздуха различными газами и аэрозолями, которые содержат химические соединения серы, азота, углерода, аммиак и другие вредные для здоровья человека и природы вещества. Основные источники загрязнения — топливно-энергетический комплекс, транспорт, промышленность, печи для обжига кирпича, сельское хозяйство, использование твёрдого топлива для бытовых нужд, нерегулируемое и нерациональное сжигание отходов. Пылевое загрязнение воздуха — это взвеси пыли и твёрдых частиц, которые оседают в воздухе. При больших концентрациях их можно даже увидеть. Микрочастицы вместе с воздухом проникают в лёгкие человека и даже в кровоток, вредят дыхательной и сердечно-сосудистой системам, вызывая у людей заболевания. Микробное загрязнение воздуха — это загрязнение воздуха вирусами, бактериями и грибами, а также другими микроорганизмами и продуктами их жизнедеятельности. В качестве биологических загрязнителей можно упомянуть, например, пыльцу растений и перхоть животных. 2. Способы улучшения качества питьевой воды. ответ: очистка - удаление взвешенных частиц обеззараживание - уничтожение микроорганизмов специальные методы улучшения органолептических свойств воды, умягчение, удаление некоторых химических веществ, фторирование и др. 3. Гигиенические значения вентиляции и отоплению спортивных сооружений. ответ: Гигиеническое значение вентиляции и отопления спортивных сооружений заключается в создании оптимальных микроклиматических условий для здоровья спортсменов и зрителей. Вентиляция позволяет своевременно удалять избыток тепла, влаги и вредных газообразных

		загрязнителей воздуха, которые образуются в результате деятельности спортсменов и зрителей. Эффективность работы вентиляционных систем оценивается по обеспечению для каждого занимающегося или болельщика необходимого объёма воздуха (воздушный куб) и его регулярной смене наружным воздухом. Отопление должно поддерживать в отдельных помещениях нужную равномерную температуру воздуха при любых колебаниях температуры наружного воздуха, а также обеспечивать необходимое качество воздушной среды. Система отопления должна обеспечивать в сооружениях определённую температуру даже в самую холодную для данной местности погоду. 4. Естественное и искусственное освещение. ответ: Естественное освещение — это обычный солнечный свет, который в течение светового дня достаточно интенсивный и равномерно распределяется. Оно не оказывает негативного воздействия на зрение за счёт равномерного рассеивания. Искусственное освещение достигается с помощью специальных осветительных приборов: линейные светильники, трековые светильники, прожектора, магистральные системы, потолочные панели и прочее. Главная их цель — обеспечить качественное и равномерное освещение помещения, когда нет естественного освещения. В большинстве случаев эти виды освещения используются совместно, выгодно дополняя друг друга. 1 Совмещённое освещение подразумевает, что недостаток естественного будет восполнен искусственным. Такая схема необходима в широких многоэтажных и одноэтажных зданиях, в окна которых попадает мало солнечных лучей. 5. Разнообразие средств закаливания. Воздушные и солнечные ванны. Обтирание, обливание, купание, душ. ответ: Разнообразие средств закаливания: Воздушные ванны. Это наиболее простой и доступный способ закаливания. Различают тёплые воздушные ванны (температура воздуха 25–30 °C), прохладные (14–20 °C), холодные (менее 14 °C). Воздушные ванны

		принимаются в тени, на специальных площадках, в хорошо озеленённых участках, в городских домашних условиях — на балконах, в проветренных комнатах с умеренно охлаждённым воздухом. Солнечные ванны. Воздействие на организм солнечным светом и теплом. Солнечное закаливание улучшает устойчивость нервной системы, ускоряет обменные процессы организма, повышает иммунитет, улучшает кровообращение, совершенствует работу мышечной системы, оказывает тонизирующее действие. При закаливании солнцем необходимо соблюдать определённые правила: нельзя допускать ожогов, перегрева и тепловых ударов. Обтирание. Начальный этап закаливания водой. Его проводят полотенцем, губкой или просто рукой, смоченной водой. Сначала обтирают верхнюю часть тела, затем растирают её сухим полотенцем, а потом обтирают нижнюю часть тела и тоже растирают сухим полотенцем. Обливание. Следующий этап закаливания водой. Для первых обливаний применяется вода с температурой около 30 градусов, а в дальнейшем температура снижается до 15 градусов и ниже. После обливания производится энергичное растирание тела полотенцем. Длительность всей процедуры — 3–4 минуты. Душ. Ещё более энергичная водная процедура. Для закаливания используются души со средней силой струи в виде веера или дождя. В начале закаливания вода в душе должна быть 30–35 градусов, а продолжительность процедуры — не более 1 минуты. Затем температура воды постепенно снижается, а время приёма душа увеличивается до 2 минут. Процедура должна обязательно заканчиваться энергичным растиранием всего тела полотенцем. Купание в открытых водоёмах. Один из лучших способов закаливания. Начинать купание можно, когда температура воды достигнет 18–20 градусов. Прекращают купание при температуре воздуха 14–15 градусов и температуре воды 11–13 градусов. Желательно купаться в утренние и вечерние часы. Первое время 1 раз в день, а затем 2–3 раза в день, соблюдая при этом промежуток между купаниями 3–4 часа. В воде

		необходимо больше двигаться и плавать. Продолжительность купания зависит главным образом от температуры воды, погоды и самочувствия. Выбор средства закаливания зависит от возраста, пола, состояния здоровья и уровня физического развития, чувствительности к холоду и других факторов. 6. Понятие о личной гигиене. Гигиена лиц, занимающихся физической культурой и спортом. ответ: Личная гигиена — комплекс гигиенических правил, выполняемых в целях укрепления здоровья и обеспечения высокой работоспособности. Включает в себя соблюдение чистоты тела, одежды и обуви, жилища и предметов домашнего обихода. Гигиена лиц, занимающихся физической культурой и спортом, предполагает следующие правила: Гигиена тела. Обязательны ежедневные обтирания или обливания тела после занятий (тёплый душ с мылом), еженедельное мытьё в бане с сухим жаром. Лицо, шею, руки следует мыть не реже двух раз в день — утром и вечером. Кроме того, необходимо мыть руки перед едой, после грязной работы и каждого посещения уборной. Уход за волосами. Необходимо регулярно мыть волосы (не менее раза в неделю) и несколько раз в день расчёсывать. Гигиена ног. Нужно постоянно следить за чистотой ног, выводить мозоли. Желательно ежедневно мыть ноги в прохладной воде: это способствует закаливанию организма и предупреждению простудных заболеваний. Уход за полостью рта и зубами. Зубы следует чистить два раза в день — утром и вечером. После каждого приёма пищи надо полоскать рот, чтобы удалить остатки пищи. Также важно заботиться о чистоте спортивной одежды и обуви: после каждой тренировки спортивную одежду и бельё необходимо стирать, а обувь проветривать. 7. Режим труда и отдыха, гигиена сна. ответ: Режим труда и отдыха предполагает рациональное чередование работы и отдыха. Желательно, чтобы вид отдыха был противоположен характеру работы. Например, людям физического труда

		необходима деятельность, не связанная с дополнительными нагрузками мышечной системы, а работникам умственного процесса, наоборот, в часы досуга нужно выбирать активность. Человек, работающий в помещении, должен хотя бы часть времени отдыха проводить на свежем воздухе. Гигиена сна включает следующие правила: Ложиться и вставать в одно и то же время. Привычка ложиться спать в одно и то же время способствует быстрому засыпанию, организм лучше восстанавливает силы. Ужинать не позднее чем за 2–2,5 часа до сна. Желательно прекратить умственную работу и сосредоточиться на отдыхе, не нагружая себя мыслями и переживаниями прошедшего дня и будущего. Спать при открытой форточке, а в тёплое время года с открытым окном. В помещении нужно выключить свет и установить тишину. Ночное бельё должно быть свободным, не затрудняющим кровообращение. Не рекомендуется спать вниз лицом: это препятствует нормальному дыханию. Длительность ночного сна в норме должна составлять примерно 7 ч 30 мин, при больших физических или умственных нагрузках — не менее 8 ч в сутки. 8. Основные гигиенические свойства спортивной одежды и обуви. ответ: К основным гигиеническим требованиям к одежде относятся теплозащитность, гигроскопичность, водонепроницаемость и воздухопроницаемость. Гигиеническое назначение спортивной одежды и обуви — создание и сохранение оптимального теплового баланса в системе «организм спортсмена—окружающая среда», поддержание комфортного теплового состояния спортсменов в процессе занятий физическими упражнениями различной интенсивности и направленности. 9. Профилактика вредных привычек. ответ: Профилактика вредных привычек включает ряд мероприятий, которые должны проводиться в школе и других учебных заведениях, а также в семье: Осознание проблемы. Если человек не видит вреда в своих действиях, то избавиться от вредной привычки практически невозможно.

		Первичная профилактика. Нацелена на молодых людей, подростков, детей. Её суть — предупредить появление пристрастия к той или иной вредной привычке. Вторичная профилактика. Её целевая аудитория — люди, уже знающие вкус вредной привычки или те представители общества, у которых наблюдаются первые признаки формирования зависимости. Третичная профилактика. Преимущественно медицинская, направлена на лиц, имеющих выраженную зависимость. Пропаганда здорового образа жизни. Средства массовой информации должны активно пропагандировать его. Занятия любимым делом. Шитьё, вышивание, бисероплетение, рисование, игра на различных музыкальных инструментах и многие другие. 1 Отвлечение от пагубного влияния сверстников. Различные секции, кружки займут подростка, отвлекут от него, сделают более выносливым, целеустремлённым. 10. Понятие о гигиене питания. ответ: Гигиена питания — это одна из отраслей гигиены, которая изучает проблемы полноценного и рационального питания человека в зависимости от пола и возраста, профессии и характера труда, климатических условий и физической нагрузки, национальных и других особенностей. Рациональное питание должно основываться на теории сбалансированного питания и предусматривать режим потребления пищи. Основные правила гигиены питания: Умеренность в питании. Разнообразие в пище. Режим приема пищи. Рациональное питание должно соответствовать следующим требованиям: Суточный рацион должен удовлетворять энергетические затраты организма. Количество и пропорции пищевых веществ должны соответствовать физиологическим нормам. Химический состав пищи должен соответствовать ферментативным системам человеческого организма. Пищевой рацион следует правильно распределить в течение дня. Питание в санитарно-эпидемиологическом

		отношении должно быть безупречным.

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОЦ.11 Основы биомеханики

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствении с:

– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/
Федеральным государственным образовательным стандартом среднего
профессионального образования по специальности подготовки 49.02.01 Физическая
культура, утвержденный приказом Министерство просвещения РФ № 968 от 11.11.2022
г.

- Одобрен Педагогическим советом № 1 от 28.08.2023 г.

Разработчик ФОС: преподаватель, Сатунина Г.Д.

1 Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Основы биомеханики».

ФОС включает контрольные материалы для проведения, текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Основы биомеханики».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы учебной дисциплины в соответствии с ФГОС специальности 49.02.01 и рабочей программой дисциплины «Основы биомеханики»:

Умения:

распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;
анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;
определять этапы решения задачи;
выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;
составлять план действия;
определять необходимые ресурсы;
владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;
реализовывать составленный план;
оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)
определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации;
планировать процесс поиска;
структурировать получаемую информацию;
выделять наиболее значимое в перечне информации;
оценивать практическую значимость результатов поиска;
оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;
использовать современное программное обеспечение;
использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности

Знания:

актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;
основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
методы работы в профессиональной и смежных сферах;
структуру плана для решения задач;
порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;
приемы структурирования информации;
формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации;
порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.
роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
основы здорового образа жизни;
условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
средства профилактики перенапряжения

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих профессиональных и общих компетенций: ОК 01; ОК 02; ОК 08; ПК-1.5.; ПК-3.2.; ПК-3.3.

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

ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре

ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету «Физическая культура»

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1	ОК 01; ОК 02; ОК 08; ПК-1.5.; ПК-3.2.; ПК-3.3.	Тест	не аттестован	0– 8
			низкий	9 – 12
			средний	13 – 16
			высокий	17-20
макс:				20
МОДУЛЬ 2	ОК 01; ОК 02; ОК 08; ПК-1.5.; ПК-3.2.; ПК-3.3.	Тест	не аттестован	0– 8
			низкий	9 – 12
			средний	13 – 16
			высокий	17-20
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 01; ОК 02; ОК 08; ПК-1.5.; ПК-3.2.; ПК-3.3.	Зачет	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 01; ОК 02; ОК 08; ПК-1.5.; ПК-3.2.; ПК-3.3.	Умения: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию;	1. Что такое «тело отсчета»? А) Тело, относительно которого определяется положение объекта Б) Тело, от которого начинается движение В) Тело, с которым сравнивают по величине другое тело Г) Тело, обладающее эталонными размерами Д) Тело, у которого заканчивается движение 2. В каком ответе, верно, указаны пространственно-временные характеристики движения? А) Координаты тела Б) Темп и ритм движения В) Длительность движения, момент времени Г) Траектория, направление и размах движения Д) Скорость, угловая скорость, ускорение, угловое ускорение 3. Какие характеристики движения относятся к инерционным? А) Масса тела, момент инерции тела Б) Характеристики, описывающие движение тела по инерции В) Расстояние, которое проходит тело по инерции Г) Линейная скорость и ускорение Д) Радиус вращения материальной точки 4. Что такое импульс силы? А) Сила прилагается к телу через определенные промежутки времени Б) Максимальное значение действующей силы В) Значение силы в данный момент времени Г) Произведение силы на время, в течение которого сила действует на тело Д) Время, в течение которого сила действует на тело 5. Как зависит момент инерции от времени? А) Не зависит Б) Прямо пропорционально В) Обратно пропорционально Г) Существует квадратическая зависимость Д) Зависит в данный момент времени 6. В чем отличие внешних и внутренних сил?

	выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники	А) Внешних больше, внутренних меньше Б) Внешние силы имеют механическую природу, а внутренние биологическую В) Внешние действуют на тело, а внутренние из тела Г) Внешние тормозят движение, а внутренние нет Д) Внешние отклоняют движение, а внутренние корректируют его 7. Формы проявления скоростных качеств? А) Быстрота мысли Б) Быстрота мышц В) Быстрота бега Г) Повышение темпа Д) Смена ритма 8. Что такое управление? А) Команды тренера Б) Крик о помощи В) Перевод системы в новое, заранее заданное состояние Г) Подсказка Д) Указание начальника 9. Какие силы относятся к «дистанционным»? А) Силы всемирного тяготения Б) Силы трения В) Силы упругости Г) Силы сопротивления среды Д) Центробежные силы 10. Волейболист производит наподдающий удар с угловой скоростью плеча. В каком случае скорость удара по мячу больше? А) При ударе «согнутой» руки Б) При более высоком прыжке В) При ударе с опоры Г) При ударе «прямой» рукой Д) При большей массе ударного звена 11. Какие существуют способы задания положения точки в пространстве? А) Рассказать о том, где находится точка Б) С помощью координат X и Y В) Установкой тела в данную точку пространства Г) Естественный, координатный, векторный Д) Способы, связанные с построением Прямоугольной (декартовой) системы координат 12. Что такое биомеханика? А) Изучение движения живых организмов Б) Изучение мышц и костей В) Изучение силы и движения Г) Изучение физических свойств материалов

	информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств. роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни;	13. Какие два основных типа движения в биомеханике? А) Линейное и угловое Б) Внутреннее и внешнее В) Активное и пассивное Г) Вертикальное и горизонтальное 14. Что такое центр тяжести? А) Точка, где сосредоточена вся масса тела Б) Точка, где тело может быть сбалансировано В) Точка, где сила тяжести действует на тело Г) Все вышеперечисленное 15. Какое значение имеет момент инерции в биомеханике? А) Измеряет сопротивление тела вращению Б) Измеряет скорость движения тела В) Измеряет силу, приложенную к телу Г) Измеряет энергию движения тела 16. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение направления развития биомеханики как науки. ответ: 1. Совершенствование методов исследования движений человека и животных 2. Применение биомеханических принципов в медицине и реабилитации: 3. Оптимизация спортивной техники и тренировочного процесса: 4. Биомеханические аспекты эргономики и промышленного дизайна 5. Развитие робототехники и экзоскелетов 17. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение теоретические основы управления двигательными действиями человека. ответ: 1. Нейрофизиологические механизмы управления 2. Теория моторного контроля 3. Модели двигательного научения 4. Принципы оптимального управления движениями 5. Адаптивность и гибкость двигательного контроля 18. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение сохранение положения тела человека и движение на месте. ответ: Сохранение положения тела (статика) основывается на балансе сил, действующих на тело. Эти силы включают:

	условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения	1. Силу тяжести: притягивает тело к земле. 2. Силу реакции опоры: возникает при контакте тела с поверхностью (пол, стул). 3. Силу мышц: создает напряжение, поддерживая тело в определенном положении. 19. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение биомеханика бросков и метаний. ответ: Броски и метания — это сложные движения, требующие координации многих мышц и суставов. Биомеханические принципы помогают понять, как улучшить точность, дальность и скорость броска. Ключевые этапы броска или метания: 1. Подготовка: Начальное положение тела и предмета броска. Важно создать устойчивую опору и напрячь мышцы, чтобы накопить энергию для отталкивания. 2. Отталкивание: Сильное сокращение мышц ног и туловища передает энергию предмету броска. Важно правильно направить силу отталкивания, чтобы увеличить скорость предмета. 3. Полет: Предмет броска движется по траектории под действием силы тяжести и силы, приложенной в момент отталкивания. 4. Приземление: Предмет броска достигает цели или поверхности. 20. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение равновесие живого тела. ответ: Равновесие живого тела — это состояние, при котором сумма всех сил, действующих на тело, равна нулю. Это позволяет телу поддерживать свое положение в пространстве и предотвращает падение или опрокидывание. 3. модуль 1. Какой принцип описывает сохранение энергии в механических системах? А) Принцип Паскаля Б) Принцип Архимеда В) Закон сохранения энергии Г) Принцип суперпозиции 2. Что такое рычаг в биомеханике? А) Жесткое тело, которое вращается вокруг фиксированной точки Б) Устройство, которое умножает силу В) Способ передачи движения Г) Все вышеперечисленное

		3. Какой тип рычага чаще всего встречается в человеческом теле? А) Рычаг первого рода Б) Рычаг второго рода В) Рычаг третьего рода Г) Все типы рычагов 4. Что такое биомеханический анализ движения? А) Изучение движения с помощью видеосъемки Б) Изучение движения с помощью датчиков В) Изучение движения с помощью компьютерного моделирования Г) Все вышеперечисленное 5. Как биомеханические принципы используются в спорте? А) Для улучшения техники Б) Для предотвращения травм В) Для повышения эффективности Г) Все вышеперечисленное 6. Какие факторы могут влиять на биомеханику движения? А) Возраст Б) Пол В) Физическая подготовка Г) Все вышеперечисленное 7. Какое значение имеет кинематика в биомеханике? А) Изучает причины движения Б) Изучает характеристики движения В) Изучает силы, действующие на тело Г) Изучает работу мышц 8. Что такое биомеханика движения в воде? А) Изучение движения тела в воде Б) Изучение движения воды вокруг тела В) Изучение взаимодействия тела с водой Г) Все вышеперечисленное 9. Какое значение имеет биомеханика для реабилитации? А) Для разработки программ реабилитации Б) Для оценки прогресса восстановления В) Для определения причин травмы Г) Все вышеперечисленное 10. Какие современные технологии используются в биомеханике? А) 3D-сканирование Б) Датчики движения В) Компьютерное моделирование Г) Все вышеперечисленное 11. Что такое "антропометрические данные" в биомеханике? А) Данные о размерах и пропорциях тела человека

		Б) Данные о движениях тела человека В) Данные о силе мышц человека Г) Данные о физиологических показателях человека 12. Как биомеханика используется в ортопедии? А) Для разработки протезов Б) Для создания ортопедических изделий В) Для реабилитации после травм Г) Все вышеперечисленное 13. Что такое "кинетическая энергия" в биомеханике? А) Энергия движения тела Б) Энергия положения тела В) Энергия, накопленная в мышцах Г) Энергия, затраченная на движение тела 14. Что такое "потенциальная энергия" в биомеханике? А) Энергия движения тела Б) Энергия положения тела В) Энергия, накопленная в мышцах Г) Энергия, затраченная на движение тела 15. Как биомеханика используется в эргономике? А) Для оптимизации рабочего места Б) Для предотвращения травм на рабочем месте В) Для улучшения удобства рабочего места Г) Все вышеперечисленное 16. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение движения, направленные на сохранение положения ответ: Движения, направленные на сохранение положения, — это движения, которые мы выполняем, чтобы поддерживать наше положение в пространстве и предотвращать падение или опрокидывание. Эти движения обычно выполняются бессознательно и контролируются вестибулярной системой, проприоцепторами и зрением. 17. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение основные виды равновесия ответ: 1. Устойчивое равновесие: - Общий центр масс тела находится над площадью опоры. - Небольшое смещение центра масс вызывает восстанавливающие силы, возвращающие тело в исходное положение. 2. Неустойчивое равновесие: - Общий центр масс тела находится за пределами площади опоры. - Малейшее смещение центра масс

		приводит к потере равновесия. 3. Безразличное равновесие: - Общий центр масс тела находится точно на границе площади опоры. - Смещение центра масс не вызывает восстанавливающих сил, тело остается в любом положении. 4. Динамическое равновесие: - Тело находится в движении, но его общий центр масс остается над площадью опоры. - Для сохранения равновесия требуются непрерывные двигательные коррекции. 18. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение основные параметры устойчивости. ответ: 1. Площадь опоры: - Размер и форма площади, на которой стоит тело. - Чем больше площадь опоры, тем выше устойчивость. 2. Положение общего центра масс относительно площади опоры: - Чем ближе центр масс находится к центру площади опоры, тем выше устойчивость. - Смещение центра масс к краям площади опоры уменьшает устойчивость. 3. Высота общего центра масс над площадью опоры: - Чем ниже расположен центр масс, тем выше устойчивость. - Повышение центра масс снижает устойчивость. 4. Масса тела: - Чем больше масса тела, тем выше устойчивость. - Легкие тела менее устойчивы. 5. Коэффициент трения между опорой и подошвами: - Высокий коэффициент трения повышает устойчивость. - Низкий коэффициент трения снижает устойчивость. 19. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение биомеханика ходьбы и бега. ответ: Ходьба 1. Двухопорная фаза (обе ступни на земле) 2. Одноопорная фаза (одна ступня на земле) 3. Чередование сгибания и разгибания суставов 4. Основные мышцы: четырехглавая мышца бедра, икроножная мышца, большая ягодичная мышца Бег 1. Фаза полета (обе ступни от земли) 2. Опорная фаза (одна ступня на земле) 3. Чередование сгибания и разгибания

		суставов с более быстрой скоростью, чем при ходьбе 4. Основные мышцы: четырехглавая мышца бедра, икроножная мышца, подколенные сухожилия 20. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение биомеханика прыжков. ответ: Прыжки — это фундаментальное движение, которое используется во многих видах спорта и повседневной деятельности. Понимание биомеханики прыжков имеет решающее значение для оптимизации производительности и предотвращения травм.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 01; ОК 02; ОК 08; ПК-1.5.; ПК-3.2.; ПК-3.3.	Умения: распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые	1. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Что такое «тело отсчета»? А) Тело, относительно которого определяется положение объекта Б) Тело, от которого начинается движение В) Тело, с которым сравнивают по величине другое тело Г) Тело, обладающее эталонными размерами Д) Тело, у которого заканчивается движение 2. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. В каком ответе, верно, указаны пространственно-временные характеристики движения? А) Координаты тела Б) Темп и ритм движения В) Длительность движения, момент времени Г) Траектория, направление и размах движения Д) Скорость, угловая скорость, ускорение, угловое ускорение 3. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Какие характеристики движения относятся к

	ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. использовать	инерционным? А) Масса тела, момент инерции тела Б) Характеристики, описывающие движение тела по инерции В) Расстояние, которое проходит тело по инерции Г) Линейная скорость и ускорение Д) Радиус вращения материальной точки 4. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Что такое импульс силы? А) Сила прилагается к телу через определенные промежутки времени Б) Максимальное значение действующей силы В) Значение силы в данный момент времени Г) Произведение силы на время, в течение которого сила действует на тело Д) Время, в течение которого сила действует на тело 5. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Формы проявления скоростных качеств? А) Быстрота мысли Б) Быстрота мышц В) Быстрота бега Г) Повышение темпа Д) Смена ритма 6. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Что такое управление? А) Команды тренера Б) Крик о помощи В) Перевод системы в новое, заранее заданное состояние Г) Подсказка Д) Указание начальника 7. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Точка массой вращается вокруг оси по радиусу. Как изменится момент инерции, если радиус станет $2R$? А) Не изменится Б) Больше в два раза В) Меньше в два раза Г) В четыре раза больше Д) Прямо пропорционально 8. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. В чем отличие внешних и внутренних сил? А) Внешних больше, внутренних меньше Б) Внешние силы имеют механическую природу, а внутренние биологическую В) Внешние действуют на тело, а внутренние из тела

	физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности Знания: актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности	Г) Внешние тормозят движение, а внутренние нет Д) Внешние отклоняют движение, а внутренние корректируют его 9. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Волейболист производит наподдающий удар с угловой скоростью плеча. В каком случае скорость удара по мячу больше? А) При ударе «согнутой» руки Б) При более высоком прыжке В) При ударе с опоры Г) При ударе «прямой» рукой Д) При большей массе ударного звена 10. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Какие существуют способы задания положения точки в пространстве? А) Рассказать о том, где находится точка Б) С помощью координат X и Y В) Установкой тела в данную точку пространства Г) Естественный, координатный, векторный Д) Способы, связанные с построением прямоугольной (декартовой) системы координат 11. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Какая фаза прыжка включает в себя разгибание мышц ног? А) Фаза приседания Б) Фаза подъема В) Фаза полета Г) Фаза приземления 12. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Какой биомеханический принцип определяет высоту прыжка? А) Импульс Б) Момент силы В) Центр масс Г) Угол вылета 13. Прочитайте текст и установите последовательность этапов решения биомеханической задачи: 1. Анализ движения, построение расчетной схемы 2. Формулирование цели и задач исследования 3. Получение экспериментальных данных 4. Математическое моделирование биомеханических процессов 5. Интерпретация полученных результатов Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств. роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения	ответ: 2 1 3 4 5 14. Прочитайте текст и установите последовательность этапов биомеханического анализа движений в правильном порядке: 1. Интерпретация полученных данных 2. Сбор данных о движении 3. Определение цели и задач исследования 4. Построение математической модели движения 5. Разработка методики исследования Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: ответ: 3 5 2 4 1 15. Прочитайте текст и установите последовательность этапов изучения двигательных действий в биомеханике 1. Регистрация и анализ движений 2. Формулировка биомеханической модели 3. Выявление биомеханических характеристик 4. Постановка цели и задач исследования 5. Интерпретация полученных результатов Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: ответ: 2 1 3 4 5 16. Прочитайте текст и установите последовательность этапов биомеханического исследования двигательных действий: 1. Сбор экспериментальных данных 2. Постановка цели и задач исследования 3. Построение биомеханической модели движения 4. Выбор методов исследования и планирование эксперимента 5. Обработка и анализ полученных данных Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ОТВЕТ:

2	4	1	5	3

17. Прочитайте текст и расставьте в правильной последовательности биомеханические события, характерные для фаз движения в метании спортивных снарядов.

1. Достижение максимальной скорости выпускаемого предмета
 2. Начало разгона звеньев тела
 3. Завершение движения предмета
 4. Максимальное ускорение звеньев тела
 5. Подготовительные движения для разгона
- Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ОТВЕТ:

5	2	4	1	3

18. Прочитайте текст и расставьте правильно этапы при выполнении тяги штанги в становой тяге.

1. Фиксация положения туловища и головы, напряжение мышц брюшного пресса.
2. Медленный вдох, подъем штанги до середины голени.
3. Полное выпрямление ног и туловища в верхней точке движения.
4. Медленный выдох, медленное опускание штанги до пола.
5. Захват штанги, спина ровная, плечи отведены назад.

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ОТВЕТ:

5	1	2	3	4

19. Прочитайте текст и расположите фазы бега в правильной последовательности, как они происходят при беге на короткие дистанции.

1. Фаза полета
2. Фаза опоры
3. Фаза торможения
4. Фаза отталкивания

Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо:

ОТВЕТ:

		<table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>4</td></tr></table> 20. Прочитайте текст и расположите этапы броска баскетбольного мяча в правильной последовательности, как они происходят во время выполнения броска. 1. Выход мяча из рук 2. Подготовка к броску (захват мяча, положение тела) 3. Замах 4. Отталкивание Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>1</td></tr></table> 21. Прочитайте текст и расположите, и расположите эти движения в правильной временной последовательности: 1. Перенос массы тела на опорную ногу. 2. Толчок задней ногой. 3. Разгибание в коленном суставе опорной ноги. 4. Постановка маховой ноги на землю. 5. Разгибание в тазобедренном суставе маховой ноги. 6. Подтягивание маховой ноги к опорной. Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>1</td><td>3</td><td>5</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td></tr></table> 22. Прочитайте текст и расположите в правильной последовательности этапы движения нижней конечности при нормальной походке: 1. Перенос веса на опорную конечность 2. Отрыв пятки от опорной поверхности 3. Заднее качание бедра опорной конечности 4. Амортизация при первичном контакте с опорой 5. Отрыв носка от опорной поверхности 6. Вынос колебательной конечности вперед Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table border="1"><tr><td>4</td><td>1</td><td>3</td><td>2</td><td>5</td><td>5</td></tr></table> 23. Прочитайте текст и расположите фазы	2	3	1	4						2	3	4	1						1	3	5	2	6	4						4	1	3	2	5	5
2	3	1	4																																		
2	3	4	1																																		
1	3	5	2	6	4																																
4	1	3	2	5	5																																

	прыжка в высоту в правильной последовательности, как они происходят при выполнении прыжка. 1. Фаза полета 2. Фаза отталкивания 3. Фаза торможения 4. Фаза разбега 5. Фаза приземления Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>5</td><td>3</td></tr></table> 24. Прочитайте текст и расположите в правильной последовательности этапы определения центра тяжести тела человека. 1. Определение координат центра тяжести сегментов тела 2. Расчёт координат общего центра тяжести тела 3. Измерение массы и линейных размеров сегментов тела 4. Выделение основных сегментов тела (голова, туловище, конечности) Запишите со ответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> ответ: <table><tr><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>2</td></tr></table> 25. Прочитайте текст и установите со ответствие. <table><tr><td>А</td><td>Кинематика</td><td>1</td><td>Изучение сил, действующих на тело или систему тел</td></tr><tr><td>Б</td><td>Кинетика</td><td>2</td><td>Изучение движения тела без учета действующих на него сил</td></tr><tr><td>В</td><td>Динамика</td><td>3</td><td>Изучение движения тела с учетом действующих на него сил</td></tr></table> Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами:						4	2	1	5	3						3	2	1	2	А	Кинематика	1	Изучение сил, действующих на тело или систему тел	Б	Кинетика	2	Изучение движения тела без учета действующих на него сил	В	Динамика	3	Изучение движения тела с учетом действующих на него сил
4	2	1	5	3																												
3	2	1	2																													
А	Кинематика	1	Изучение сил, действующих на тело или систему тел																													
Б	Кинетика	2	Изучение движения тела без учета действующих на него сил																													
В	Динамика	3	Изучение движения тела с учетом действующих на него сил																													

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
2	1	3

26. Прочитайте текст и установите со ответствие.

А	Скорость	1	Мера изменения положения тела в пространстве за единицу времени
Б	Ускорение	2	Мера изменения скорости тела за единицу времени
В	Траектория	3	Линия, по которой движется тело

Запишите выбранные цифры под со ответствующими буквами:

А	Б	В

ответ:

А	Б	В
1	2	3

27. Прочитайте текст и установите со ответствие.

А	Сила	1	Количественная мера изменения состояния движения тела
Б	Момент силы	2	Величина, характеризующая взаимодействие между телами
В	Работа	3	Произведение силы на плечо, т.е. расстояние от линии действия силы до оси вращения
Г	Мощность	4	Произведение силы на перемещение в направлении действия силы
Д	Импульс	5	Производная количества

			движения по времени, т.е. изменение количества движения в единицу времени

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

ответ:

А	Б	В	Г	Д
2	3	4	5	1

28. Прочитайте текст и установите со
ответствие.

А	Подготовка	1	Максимальное сокращение мышц ног, направленное на создание вертикального импульса.
Б	Отталкивание	2	Контролируемое снижение скорости тела, смягчение удара о поверхность.
В	Полет	3	Сохранение вертикальной скорости, движение под действием силы тяжести.
Г	Приземление	4	Увеличение амплитуды движения, подготовка к отталкиванию, накопление потенциальной энергии.

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
4	1	3	2

29. Прочитайте текст и установите соответствие.

А	Центр массы	1	Количество движения, возникающее при изменении скорости тела
Б	Импульс силы	2	Точка, в которой сосредоточена масса тела
В	Сила реакции опоры	3	Сила, с которой опора действует на тело, находящееся в состоянии покоя или равномерного прямолинейного движения.
Г	Момент силы	4	Векторная величина, характеризующая вращательное действие силы.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
2	1	3	4

30. Прочитайте текст и установите соответствие.

А	Сила тяги	1	Точка приложения силы, действующей на тело, погруженное в воду.
Б	Соппротивление воды	2	Сила, противодействующая движению тела в воде
В	Поплавок	3	Сила, создаваемая движением тела в воде, направленная в сторону движения
Г	Рычаги	4	Способность тела держаться на поверхности воды.

Д	Центр плавучести		Система, состоящая из жесткого стержня, вращающегося вокруг точки опоры, применяемая в движениях руками и ногами.

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

ответ:

А	Б	В	Г	Д
3	2	4	5	1

31. Прочитайте текст и установите со
ответствие.

А	Гидромеханика	1	Изучение механических свойств биологических тканей
Б	Биореология	2	Изучение движения жидкостей
В	Аэродинамика	3	Изучение движения газов
Г	Биоэнергетика	4	Изучение энергии, связанной с живыми организмами

Запишите выбранные цифры под со
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
2	1	3	4

32. Прочитайте текст и установите со
ответствие.

А	Подготовительная фаза	1	Максимальная скорость звена, выполняющего бросок/метание
Б	Фаза замаха	2	Минимальная скорость звеньев

			тела
В	Основная фаза	3	Максимальное ускорение звеньев тела
Г	Заключительная фаза	4	Наиболее высокое положение общего центра масс

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
3	2	1	4

33. Прочитайте текст и установите со-
ответствие.

А	Кинетическая энергия	1	Энергия, которой обладает тело за счет своего положения
Б	Потенциальная энергия	2	Точка, в которой сосредоточена вся масса тела
В	Вращательный момент	3	Величина, характеризующая вращающее действие силы
Г	Центр масс	4	Энергия, которой обладает тело в движении

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
4	1	3	2

34. Прочитайте текст и установите со-
ответствие.

А	Центр тяжести	1	Линия, проходящая через центр тяжести тела и точку опоры
Б	Линия тяжести	2	Точка, в которой сосредоточена вся

			масса тела
В	Момент силы	3	Площадь, ограниченная линиями, соединяющими точки опоры тела
Г	Центр масс	4	Произведение силы на плечо силы, действующей относительно точки опоры

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г

ответ:

А	Б	В	Г
2	1	3	4

35. Прочитайте текст и установите со-
ответствие.

А	Фаза опоры	1	Период времени, когда стопа находится в контакте с землей
Б	Фаза полета	2	Угол, образованный между стопой и направлением движения
В	Движение таза	3	Вращательное движение таза вокруг вертикальной оси
Г	Угол постановки стопы	4	Период времени, когда обе ноги находятся в воздухе
Д	Длина шага	5	Расстояние между точками постановки стопы в двух последовательных шагах.

Запишите выбранные цифры под со-
ответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д

ответ:

А	Б	В	Г	Д
1	4	3	2	5

		36. Прочитайте текст и установите соответствие.																
	<table border="1"><tr><td>А</td><td>Биокинематическая цепь</td><td>1</td><td>Сумма внешних сил, действующих на тело</td></tr><tr><td>Б</td><td>Биомеханические звенья</td><td>2</td><td>Совокупность последовательно соединенных звеньев</td></tr><tr><td>В</td><td>Инерция</td><td>3</td><td>Составные части биокинематической цепи</td></tr><tr><td>Г</td><td>Внешние силы</td><td>4</td><td>Свойство тела сопротивляться изменению состояния покоя или равномерного прямолинейного движения</td></tr></table>	А	Биокинематическая цепь	1	Сумма внешних сил, действующих на тело	Б	Биомеханические звенья	2	Совокупность последовательно соединенных звеньев	В	Инерция	3	Составные части биокинематической цепи	Г	Внешние силы	4	Свойство тела сопротивляться изменению состояния покоя или равномерного прямолинейного движения	
А	Биокинематическая цепь	1	Сумма внешних сил, действующих на тело															
Б	Биомеханические звенья	2	Совокупность последовательно соединенных звеньев															
В	Инерция	3	Составные части биокинематической цепи															
Г	Внешние силы	4	Свойство тела сопротивляться изменению состояния покоя или равномерного прямолинейного движения															
		Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:																
	<table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	А	Б	В	Г													
А	Б	В	Г															
	ответ: <table border="1"><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>1</td></tr></table>	А	Б	В	Г	2	3	4	1									
А	Б	В	Г															
2	3	4	1															
		37. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение направления развития биомеханики как науки.																
		ответ: Совершенствование методов исследования движений человека и животных Применение биомеханических принципов в медицине и реабилитации: Оптимизация спортивной техники и тренировочного процесса: Биомеханические аспекты эргономики и промышленного дизайна Развитие робототехники и экзоскелетов																
		38. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение теоретические основы управления двигательными действиями человека.																
		ответ: Нейрофизиологические механизмы управления Теория моторного контроля Модели двигательного научения Принципы оптимального управления движениями Адаптивность и гибкость двигательного контроля																
		39. Прочитайте текст и запишите развернутый																

		обоснованный ответ. Дайте определение сохранение положения тела человека и движение на месте. ответ: Сохранение положения тела (статика) основывается на балансе сил, действующих на тело. Эти силы включают: Силу тяжести: притягивает тело к земле. Силу реакции опоры: возникает при контакте тела с поверхностью (пол, стул). Силу мышц: создает напряжение, поддерживая тело в определенном положении. 40. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение биомеханика бросков и метаний. ответ: Броски и метания — это сложные движения, требующие координации многих мышц и суставов. Биомеханические принципы помогают понять, как улучшить точность, дальность и скорость броска. Ключевые этапы броска или метания: Подготовка: Начальное положение тела и предмета броска. Важно создать устойчивую опору и напрячь мышцы, чтобы накопить энергию для отталкивания. Отталкивание: Сильное сокращение мышц ног и туловища передает энергию предмету броска. Важно правильно направить силу отталкивания, чтобы увеличить скорость предмета. Полет: Предмет броска движется по траектории под действием силы тяжести и силы, приложенной в момент отталкивания. Приземление: Предмет броска достигает цели или поверхности. 41. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение равновесие живого тела. ответ: Равновесие живого тела — это состояние, при котором сумма всех сил, действующих на тело, равна нулю. Это позволяет телу поддерживать свое положение в пространстве и предотвращает падение или опрокидывание. 42. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение движения, направленные на сохранение положения ответ: Движения, направленные на сохранение положения, — это движения, которые мы выполняем, чтобы поддерживать наше положение в пространстве и предотвращать падение или

		опрокидывание. Эти движения обычно выполняются бессознательно и контролируются вестибулярной системой, проприоцепторами и зрением. 43. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение основные виды равновесия ответ: Устойчивое равновесие: - Общий центр масс тела находится над площадью опоры. - Небольшое смещение центра масс вызывает восстанавливающие силы, возвращающие тело в исходное положение. Неустойчивое равновесие: - Общий центр масс тела находится за пределами площади опоры. - Малейшее смещение центра масс приводит к потере равновесия. Безразличное равновесие: - Общий центр масс тела находится точно на границе площади опоры. - Смещение центра масс не вызывает восстанавливающих сил, тело остается в любом положении. Динамическое равновесие: - Тело находится в движении, но его общий центр масс остается над площадью опоры. - Для сохранения равновесия требуются непрерывные двигательные коррекции. 44. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение основные параметры устойчивости. ответ: Площадь опоры: - Размер и форма площади, на которой стоит тело. - Чем больше площадь опоры, тем выше устойчивость. Положение общего центра масс относительно площади опоры: - Чем ближе центр масс находится к центру площади опоры, тем выше устойчивость. - Смещение центра масс к краям площади опоры уменьшает устойчивость. Высота общего центра масс над площадью опоры: - Чем ниже расположен центр масс, тем выше устойчивость. - Повышение центра масс снижает устойчивость. Масса тела: - Чем больше масса тела, тем выше устойчивость. - Легкие тела менее устойчивы. Коэффициент трения между опорой и подошвами: - Высокий коэффициент трения повышает устойчивость. - Низкий коэффициент трения снижает устойчивость. 45. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение биомеханика ходьбы и бега.

		ответ: Ходьба Двухопорная фаза (обе ступни на земле) Одноопорная фаза (одна ступня на земле) Чередование сгибания и разгибания суставов Основные мышцы: четырехглавая мышца бедра, икроножная мышца, большая ягодичная мышца Бег Фаза полета (обе ступни от земли) Опорная фаза (одна ступня на земле) Чередование сгибания и разгибания суставов с более быстрой скоростью, чем при ходьбе Основные мышцы: четырехглавая мышца бедра, икроножная мышца, подколенные сухожилия 46. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение биомеханика прыжков. ответ: Прыжки — это фундаментальное движение, которое используется во многих видах спорта и повседневной деятельности. Понимание биомеханики прыжков имеет решающее значение для оптимизации производительности и предотвращения травм. 47. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение биомеханика ударных действий в волейболе. ответ: Удар сверху (нападающий удар): - Разбег и отталкивание: наклон туловища вперед, сгибание ведущей ноги в колене, перенос массы тела на нее. - Фаза удара: быстрое разгибание ноги, поворот туловища, активное включение мышц плечевого пояса и руки для придания мяча максимальной скорости. - Приземление: плавное опускание на маховую ногу, сохранение равновесия. Подача: - Замах: отведение руки с мячом назад, сгибание туловища и опорной ноги. - Ударное движение: разгибание туловища и опорной ноги, активное включение мышц руки. - Направление мяча: положение кисти, предплечья и плеча в момент удара определяют направление полета мяча. Блокирование: - Исходное положение: полусогнутые ноги, туловище наклонено вперед. - Прыжок: резкое разгибание ног, подъем рук вверх. - Постановка рук: кисти параллельны сетке,

		пальцы широко расставлены. 48. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение биомеханика ударных действий в футболе ответ: Удар по мячу: - Подготовительная фаза: небольшой замах свободной ноги, перенос массы тела на опорную ногу, поворот туловища. - Ударное движение: разгибание и отведение ударной ноги в сторону, включение мышц бедра, голени и стопы. - Завершающая фаза: сохранение равновесия, плавное приземление на опорную ногу. Удар с лета: - Исходное положение: предварительный шаг ударной ногой, отведение туловища назад. - - Ударное движение: быстрое разгибание ноги, поворот туловища, активное включение мышц для придания мячу скорости. - Приземление: мягкое приземление на опорную ногу, сохранение равновесия. Удар головой: - Подготовка: наклон туловища назад, отведение головы. - Ударное движение: резкое выпрямление шеи, включение мышц плечевого пояса. - Завершение: плавное опускание головы, сохранение равновесия.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	— не аттестован — низкий — средний — высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОЦ.12 Теория и история физической культуры и спорта

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

- Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с:
- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 г № 968.
 - учебным планом специальности подготовки 49.02.01 Физическая культура от 22.02.2023 г и одобрен Ученым советом вуза протокол № 6 от 16. 02.2023 г
 - одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик ФОС: преподаватель Мартюшева М.А.

І.ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Теория и история физической культуры и спорта».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля по дисциплине «Теория и история физической культуры и спорта» и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Теория и история физической культуры и спорта».

2.Объекты оценивания – результаты освоения УД

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения дисциплины в соответствии с ФГОС специальности 49.02.01 «Физическая культура» и рабочей программой дисциплины «Теория и история физической культуры и спорта»:

знания:

- социальную сущность, цели, задачи и функции физической культуры и спорта, роль и место ФКиС в жизни общества;
- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;
- исторические аспекты развития физической культуры и спорта в разные периоды существования человеческого общества;
- возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения;
- актуальные проблемы в области физической культуры, спорта и олимпийского движения;
- социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы;
- задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности;
- основы теории обучения двигательным действиям;
- теоретические основы развития физических качеств;
- основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом;
- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом;
- мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития;
- понятие "здоровый образ жизни" и основы его формирования средствами физической культуры;
- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательн-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением.

умения:

- ориентироваться в истории и тенденциях становления и развития физической культуры и спорта;
- использовать знания физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;

- владеть терминологией в области физической культуры и спорта;
- оценивать достижения физической культуры и спорта на основе знания исторического прошлого;
- обосновывать хронологию исторических периодов, событий развития физической составляющей и научно культуры и спорта;
- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки;
- использовать полученные знания в области ФКиС в процессе спортивно-педагогической (преподавательскую, тренерскую, методическую), рекреационно-досуговой и физкультурно-оздоровительной деятельности с различным контингентом населения;
- находить и уметь анализировать информацию по истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач, профессионального самообразования;
- владеть способами осуществления научно-исследовательской деятельности по проблемам физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующей **профессиональных и общих компетенций**:

ОК-1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК-2. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК-4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК-8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

Педагог по физической культуре и спорту должен обладать следующими профессиональными компетенциями:

ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.

ПК-1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.

ПК-1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные спортивно-массовые мероприятия.

ПК-1.4. Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта.

ПК-1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК-1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга.

ПК-2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.

ПК-2.2. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта.

ПК-2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.

ПК-2.4. Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта.

ПК-3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным

общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

ПК-3.2. Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

3.Формы контроля и оценки результатов освоения УД

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
Модуль 1. Семестр 2.	ОК-1; ОК-2; ОК-4 ПК-1.1.; ПК-1.2.; ПК-1.3.; ПК-1.4.; ПК-1.5.; ПК-1.6.; ПК-2.1.; ПК-2.2.; ПК-2.3.; ПК-2.4.; ПК-3.1.; ПК-3.2; ОК-8;	Контрольная работа № 1	не аттестован низкий средний высокий	9 и менее 10 – 12 13 – 17 18 – 20
Модуль 2. Семестр 3.	ОК-1; ОК-2; ОК-4; ОК-8; ПК-1.1.; ПК-1.2.; ПК-1.3.; ПК-1.4.; ПК-1.5.; ПК-1.6.; ПК-2.1.; ПК-2.2.; ПК-2.3.; ПК-2.4.; ПК-3.1.; ПК-3.2.;	Контрольная работа № 2	не аттестован низкий средний высокий	9 и менее 10 - 12 13 – 17 18 – 20
макс:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА К/Р:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной

аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК-1; ОК-2; ОК-4; ОК-8; ПК-1.1.; ПК-1.2.; ПК-1.3.; ПК-1.4.; ПК-1.5.; ПК-1.6.; ПК-2.1.; ПК-2.2.; ПК-2.3.; ПК-2.4.; ПК-3.1.; ПК-3.2.;	экзамен	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	- Не аттестован - Низкий - Средний - Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	- Не аттестован - Низкий - Средний - Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	- Не аттестован - Низкий - Средний - Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

СЕМЕСТР 2

Тестовые задания

Контрольная работа № 1 по разделам «Всемирная история физической культуры и спорта», «История физической культуры и спорта в России», «История международного спортивного и олимпийского движения».

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы								
ОК-1; ОК-2; ОК-4; ОК-8; ПК-1.1.; ПК-1.2.; ПК-1.3.; ПК-1.4.; ПК-1.5.; ПК-1.6.; ПК-2.1.; ПК-2.2.; ПК-2.3.; ПК-2.4.; ПК-3.1.; ПК-3.2.;	Знания: - социальную сущность, цели, задачи и функции физической культуры и спорта, роль и место ФКиС в жизни общества; - понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий; - исторические аспекты развития физической культуры и спорта в разные периоды существования человеческого общества; - возникновение и развитие международного спортивного и олимпийского движения;- актуальные проблемы в области физической культуры, спорта и олимпийского движения; Умения:	1. Прочитайте текст и установите последовательность. Хронологическая последовательность Олимпийских игр современности: 1) Париж 2) Афины 3) Лондон 4) Сент-Луис 5) Стокгольм Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: Правильный ответ: 2 1 4 3 5 2. Установите соответствие. Соотнесите термины и их содержание <table><tr><th>Олимпиада</th><th>Год</th></tr><tr><td>А) Пхёнчхан</td><td>1) 2022</td></tr><tr><td>Б) Пекин</td><td>2) 2026</td></tr><tr><td>В) Милан и Кортина-д'Ампеццо</td><td>3) 2018</td></tr></table> Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: А Б В Правильный ответ:	Олимпиада	Год	А) Пхёнчхан	1) 2022	Б) Пекин	2) 2026	В) Милан и Кортина-д'Ампеццо	3) 2018
Олимпиада	Год									
А) Пхёнчхан	1) 2022									
Б) Пекин	2) 2026									
В) Милан и Кортина-д'Ампеццо	3) 2018									

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.	<table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr></table>	А	Б	В	3	1	2	3. Установите соответствие. Соотнесите термины и их содержание <table><tr><th>Олимпиада</th><th>Год</th></tr><tr><td>А) Лос-Анджелес</td><td>1) 2020</td></tr><tr><td>Б) Париж</td><td>2) 2024</td></tr><tr><td>В) Токио</td><td>3) 2028</td></tr></table> Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td></tr><tr><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr></table>	Олимпиада	Год	А) Лос-Анджелес	1) 2020	Б) Париж	2) 2024	В) Токио	3) 2028	А	Б	В				А	Б	В	3	2	1
	А	Б	В																									
	3	1	2																									
	Олимпиада	Год																										
	А) Лос-Анджелес	1) 2020																										
	Б) Париж	2) 2024																										
	В) Токио	3) 2028																										
	А	Б	В																									
	А	Б	В																									
3	2	1																										
		4. Установите соответствие. Соотнесите термины и их содержание <table><tr><th>Поле</th><th>Размер</th></tr><tr><td>А) Денис Аблязин</td><td>1) фехтование на саблях</td></tr><tr><td>Б) Евгений Рылов</td><td>2) плавание</td></tr><tr><td>В) Софья Великая</td><td>3) борьба</td></tr><tr><td>Г) Александр Карелин</td><td>4) спортивная гимнастика</td></tr></table> Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr></table>	Поле	Размер	А) Денис Аблязин	1) фехтование на саблях	Б) Евгений Рылов	2) плавание	В) Софья Великая	3) борьба	Г) Александр Карелин	4) спортивная гимнастика	А	Б	В	Г												
Поле	Размер																											
А) Денис Аблязин	1) фехтование на саблях																											
Б) Евгений Рылов	2) плавание																											
В) Софья Великая	3) борьба																											
Г) Александр Карелин	4) спортивная гимнастика																											
А	Б	В	Г																									

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
4	2	1	3

5. Выберите правильный ответ

Источником (основой) возникновения физической культуры в обществе послужили:

- 1) результаты научных исследований
- 2) прогрессивные идеи о содержании и путях воспитания гармонически развитой личности
- 3) желание граждан заниматься физическими упражнениями и спортом
- 4) **осознанное понимание людьми явления упражняемости (повторяемости действий) и важности так называемой предварительной подготовки человека к жизни**

6. Выберите правильный ответ

Система физических упражнений, направленная на управление физиологическими функциями организма и психическими состояниями, получившая название йога возникла:

- 1) в Древней Греции
- 2) **в Древней Индии**
- 3) в Древнем Египте
- 4) в Древнем Китае

7. Выберите правильный ответ

На открытии Олимпийских игр парад олимпийских делегаций стран - участниц открывает (идет первой):

- 1) делегация страны – организатора;
- 2) делегация страны, чье название начинается на первые буквы алфавита страны-организатора;
- 3) делегация страны – организатора; предыдущей олимпиады;
- 4) **делегация Греции.**

8. Выберите правильный ответ

Термин «Олимпиада» означает:

- 1) **четырёхлетний период между Олимпийскими играми;**
- 2) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;

		3) синоним Олимпийских игр; 4) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр. 9. Выберите правильный ответ В каком году Олимпийские игры состоялись в нашей стране? 1) планировались в 1944 году, но были отменены из-за 2 мировой войны; 2) в 1976 году в Сочи; 3) в 1980 году в Москве; 4) пока еще не проводились. 10. Выберите правильный ответ В каком году был образован Международный олимпийский комитет? 1) 1890; 2) 1894; 3) 1892; 4) 1896. 11. Выберите правильный ответ На первых зимних Олимпийских играх в программу соревнований среди женщин были включены: 1) лыжные гонки; 2) конькобежный спорт; 3) фигурное катание; 4) санный спорт. 12. Выберите правильный ответ Награда, вручаемая гражданам России, выполнивших нормы комплекса ГТО: 1) знак отличия; 2) лавровый венок; 3) грамота. 13. В каком году были учреждены Зимние Олимпийские Игры 1) 1900; 2) 1924; 3) 1896; 4) 1960 14. В какой стране открытие Олимпийских Игр состоялось 08.08.2008 г в 8 ч 8 мин 8 сек? 1) Австралия 2) Китай 3) Россия 4) Великобритания 15. Кто автор девиза Олимпийских игр

		«Быстрее, выше, сильнее»? 1) Гомер 2) А. Дидон 3) П. де Кубертен 4) Р. Тагор 16. Какая дата является точкой отсчета в истории древних Олимпийских игр? 1) 1896г. 2) 776 г. до н.э 3) 520 г. до н.э 17. Когда впервые на Олимпийских играх выступили спортсмены России? 1) 1896 г. 2) 1900 г. 3) 1908 г. 18. Какую роль в жизни страны сыграл комплекс «Готов к труду и обороне СССР»? 1) Способствовал активизации физкультурно-спортивной работы среди населения 2) Повышал патриотический и трудовой энтузиазм советского народа 3) Был важной мерой в оздоровлении населения 19. В основе физической подготовки крестьян на Руси были 1) водные игры 2) кулачные бои, бег, борьба, стрельба из лука 3) рыцарские турниры 20. В соответствии с Олимпийской хартией олимпийские соревнования проводят: а) международный олимпийский комитет; б) ассоциация национальных олимпийских комитетов; в) генеральная ассоциация международных спортивных федераций; г) международные федерации по видам спорта

СЕМЕСТР 3

Контрольная работа № 2 по разделам «Общие основы теории физической культуры», «Физическое воспитание различного возрастного контингента».

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Текст контрольной работы												
ОК-1; ОК-2; ОК-4; ОК-8; ПК-1.1.; ПК-1.2.; ПК-1.3.; ПК-1.4.; ПК-1.5.; ПК-1.6.; ПК-2.1.; ПК-2.2.; ПК-2.3.; ПК-2.4.; ПК-3.1.; ПК-3.2.;	знает: - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы; - задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; - средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности; - основы теории обучения двигательным действиям; - теоретические основы развития физических качеств; - механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом; - мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития; - понятие "здоровый	21. Прочитайте текст и установите последовательность: Распределите факторы, определяющие здоровье человека, по мере их процентного влияния (от наибольшего к наименьшему влиянию): 1) наследственность и экология; 2) медицина; 3) образ жизни. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100px; margin: 10px auto;"> <tr> <td style="width: 33px; height: 30px;"></td> <td style="width: 33px; height: 30px;"></td> <td style="width: 33px; height: 30px;"></td> </tr> </table> Правильный ответ: <table border="1" style="width: 100px; margin: 10px auto;"> <tr> <td style="width: 33px; height: 30px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 33px; height: 30px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 33px; height: 30px; text-align: center;">2</td> </tr> </table> 22. Прочитайте текст и установите последовательность. Укажите целесообразную последовательность стимулирования факторов (возможностей), обуславливающих выносливость в ходе одного урока физической культуры. 1) аэробные возможности; 2) анаэробно-гликолитические возможности; 3) алактатные возможности. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="width: 100px; margin: 10px auto;"> <tr> <td style="width: 33px; height: 30px;"></td> <td style="width: 33px; height: 30px;"></td> <td style="width: 33px; height: 30px;"></td> </tr> </table> Правильный ответ: <table border="1" style="width: 100px; margin: 10px auto;"> <tr> <td style="width: 33px; height: 30px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 33px; height: 30px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 33px; height: 30px; text-align: center;">1</td> </tr> </table> 23. Прочитайте текст и установите последовательность. Проставьте очередность цифр фазы толкания ядра: 1) финальное усилие 2) торможение 3) стартовый разгон 4) скачок 5) удержание снаряда Запишите соответствующую				3	1	2				3	2	1
3	1	2												
3	2	1												

	образ жизни" и основы его формирования средствами физической культуры;	последовательность цифр слева направо:					
		<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>					
	- особенности физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательн-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями, девиантным поведением.	Правильный ответ:					
		<table><tr><td>5</td><td>4</td><td>3</td><td>1</td><td>2</td></tr></table>	5	4	3	1	2
	5	4	3	1	2		
	умеет:	24. Прочитайте текст и установите последовательность.					
	- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки;	Этапы обучения упражнению:					
		1) закрепление					
		2) совершенствование;					
	3) разучивание;						
	4) ознакомление;						
	5) профилактика и коррекция ошибок.						
	Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:						
	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>						
	Правильный ответ:						
	<table><tr><td>4</td><td>3</td><td>1</td><td>2</td><td>5</td></tr></table>	4	3	1	2	5	
4	3	1	2	5			
	25. Прочитайте текст и установите последовательность.						
	Этапы спортивной подготовки:						
	1) Этап высшего спортивного мастерства						
	2) Этап спортивной специализации						
	3) Спортивно-оздоровительный этап						
	4) Этап совершенствования спортивного мастерства						
	5) Этап начальной подготовки						
	Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:						
	<table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>						
	Правильный ответ:						
	<table><tr><td>3</td><td>5</td><td>2</td><td>4</td><td>1</td></tr></table>	3	5	2	4	1	
3	5	2	4	1			
	26. Прочитайте текст и установите последовательность.						
	Расставьте по порядку применения пять разделов содержания спортивной тренировки:						

		1) тактическая подготовка 2) физическая 3) психологическая 4) теоретическая 5) техническая Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>4</td><td>2</td><td>5</td><td>3</td><td>1</td></tr></table> 27. Прочитайте текст и установите последовательность. Расставьте зоны мощности (начиная с наименьшего времени) в зависимости от продолжительности работы при циклическом характере работы: 1) зона максимальной мощности 2) большой мощности 3) умеренной 4) субмаксимальной Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>1</td><td>4</td><td>2</td><td>3</td></tr></table> 28. Прочитайте текст и установите последовательность. В какой последовательности необходимо проводить обучение лыжным ходам: 1) движения без лыжных палок 2) на месте, без лыжных палок						4	2	5	3	1					1	4	2	3
4	2	5	3	1																
1	4	2	3																	

		3) на месте, с лыжными палками 4) движения в полной координации Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>4</td></tr></table> 29. Прочитайте текст и установите последовательность. Расставьте по порядку освоения следующие виды процедур при закаливании водой: 1) купание 2) обливание 3) обтирание 4) душ Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>3</td><td>2</td><td>4</td><td>1</td></tr></table> 30. Установите соответствие <table><tr><th>Содержание</th><th>Определения</th></tr><tr><td>А) расположение и действия играющих в конкретном отрезке времени</td><td>1) игровые действия</td></tr><tr><td>Б) специализированные действия, используемые игроками для достижения целей игры</td><td>2) игровые приемы</td></tr><tr><td>В) комплексная двигательная реакция на игровую ситуацию</td><td>3) игровая ситуация</td></tr></table>					2	3	1	4					3	2	4	1	Содержание	Определения	А) расположение и действия играющих в конкретном отрезке времени	1) игровые действия	Б) специализированные действия, используемые игроками для достижения целей игры	2) игровые приемы	В) комплексная двигательная реакция на игровую ситуацию	3) игровая ситуация
2	3	1	4																							
3	2	4	1																							
Содержание	Определения																									
А) расположение и действия играющих в конкретном отрезке времени	1) игровые действия																									
Б) специализированные действия, используемые игроками для достижения целей игры	2) игровые приемы																									
В) комплексная двигательная реакция на игровую ситуацию	3) игровая ситуация																									

Запишите в Правильный ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
3	2	1

31. Установите соответствие

Показатели результативности техники физического упражнения	Характеристика показателей
А) эффективность техники	1) помехоустойчивость, независимость от условий, функционального состояния спортсмена
Б) стабильность техники	2) рациональное использование энергии при выполнении приемов и действий, целесообразное использование времени и пространства
В) вариативность техники	3) соответствие решаемым задачам и высоким конечным результатам, соответствие уровню физической, технической, психической подготовленности

		<table border="1"><tr><td>Г) экономичность техники</td><td>4) способность спортсмена к оперативной коррекции двигательных действий в зависимости от условий соревновательной борьбы</td></tr></table>	Г) экономичность техники	4) способность спортсмена к оперативной коррекции двигательных действий в зависимости от условий соревновательной борьбы
Г) экономичность техники	4) способность спортсмена к оперативной коррекции двигательных действий в зависимости от условий соревновательной борьбы			

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

А	Б	В	Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
3	1	4	2

32. Установите соответствие.
Соотнесите термины и их содержание

Определение	Значение
А) силовые способности	1) способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины и условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимах работы мышц
Б) силовая выносливость	2) комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной

			деятельности, в основе которых лежит понятие «сила»
		В) силовая ловкость	3) способность противостоять устомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величины

Запишите в ответ цифры, расположив их в
порядке, соответствующем буквам:

А	Б	В

Правильный ответ:

А	Б	В
2	3	1

33. Установите соответствие.
Соотнесите термины и их содержание

Определение	Значение
А) означает передачу и получение новых знаний через слово. Он задействует и развивает слуховое восприятие информации	1)метод регламентированного упражнения
Б) это способ выполнения упражнений в форме	2)игровой метод

		соревнований	
		В) основной метод в физическом воспитании, сущность которого заключается в том, что каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой	3)соревновательный метод
		Г) основаны на ощущениях всех органов чувств, благодаря которым достигается контакт с действительностью (использование слуховых, зрительных, двигательных, зрительно-двигательных и других ощущений и восприятий).	4)словесный метод
		Д) метод обучения, который в игровой форме воссоздаёт ситуации, направленные на усвоение норм и правил поведения в обществе, способствует формированию социального опыта, совершенствует навыки	1) сенсорный метод

		<table><tr><td>самоуправления</td><td></td></tr><tr><td>поведением</td><td></td></tr></table> Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td>4</td><td>3</td><td>1</td><td>5</td><td>2</td></tr></table> 34. Установите соответствие. Соотнесите термины и их содержание <table><tr><th>Определение</th><th>Значение</th></tr><tr><td>А)Умеренная</td><td>1) 80-90%</td></tr><tr><td>Б) Большая</td><td>2) >90%</td></tr><tr><td>В) Субмаксимальная</td><td>3) 60-70%</td></tr><tr><td>Г) Максимальная</td><td>4) 70-80%</td></tr></table> Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td></tr></table>	самоуправления		поведением		А	Б	В	Г	Д						А	Б	В	Г	Д	4	3	1	5	2	Определение	Значение	А)Умеренная	1) 80-90%	Б) Большая	2) >90%	В) Субмаксимальная	3) 60-70%	Г) Максимальная	4) 70-80%	А	Б	В	Г					А	Б	В	Г	3	4	1	2
самоуправления																																																				
поведением																																																				
А	Б	В	Г	Д																																																
А	Б	В	Г	Д																																																
4	3	1	5	2																																																
Определение	Значение																																																			
А)Умеренная	1) 80-90%																																																			
Б) Большая	2) >90%																																																			
В) Субмаксимальная	3) 60-70%																																																			
Г) Максимальная	4) 70-80%																																																			
А	Б	В	Г																																																	
А	Б	В	Г																																																	
3	4	1	2																																																	

		35. Установите соответствие. Соотнесите термины и их содержание <table><tr><th>Определение</th><th>Значение</th></tr><tr><td>А) способность человека совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени</td><td>1) Сила</td></tr><tr><td>Б) это совокупность координационных способностей.</td><td>2) Быстрота</td></tr><tr><td>В) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий</td><td>3) Выносливость</td></tr><tr><td>Г) это способность выполнять упражнения с большой амплитудой</td><td>4) Ловкость</td></tr><tr><td>Д) способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности</td><td>5) Гибкость</td></tr></table> Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td></tr><tr><td>2</td><td>4</td><td>1</td><td>5</td><td>3</td></tr></table>	Определение	Значение	А) способность человека совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени	1) Сила	Б) это совокупность координационных способностей.	2) Быстрота	В) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий	3) Выносливость	Г) это способность выполнять упражнения с большой амплитудой	4) Ловкость	Д) способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности	5) Гибкость	А	Б	В	Г	Д						А	Б	В	Г	Д	2	4	1	5	3
Определение	Значение																																	
А) способность человека совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени	1) Сила																																	
Б) это совокупность координационных способностей.	2) Быстрота																																	
В) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий	3) Выносливость																																	
Г) это способность выполнять упражнения с большой амплитудой	4) Ловкость																																	
Д) способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения эффективности	5) Гибкость																																	
А	Б	В	Г	Д																														
А	Б	В	Г	Д																														
2	4	1	5	3																														
		36. Установите соответствие. Соотнесите термины и их содержание																																

		Поле	Размер
		А) Футбольное	1) 18х9
		Б) Волейбольное	2) 30х20
		В) Баскетбольное	3) 90х45
		Г) Ватерпольное	4) 28х15

Запишите в ответ цифры, расположив их в порядке, соответствующем буквам:

А	Б	В	Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
3	1	4	2

37. Классификация физических упражнений по биомеханической структуре движений подразделяет их:

1) на динамические, статические и комбинированные (статодинамические) упражнения

2) скоростные, силовые и скоростно-силовые упражнения

3) прямолинейные, вращательные и маховые

4) **циклические, ациклические и смешанные упражнения, в которых сочетаются действия циклического и ациклического типа**

38. Дайте определение «физическая культура».

Правильный ответ:

Это совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития

39. Дайте определение «специальная физическая подготовка».

Правильный ответ:

Это специализированный процесс физического

		воспитания, направленный на углубленную специализацию в спортивной деятельности или в профессиональной. 40. Дайте определение «физическое упражнение». Правильный ответ: Это двигательные действия, которые направлены на реализацию задач физической культуры, сформированные и организованные в соответствии с закономерностями ее развития (Ж.К. Холодов).

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ОК-1; ОК-2; ОК-4; ОК-8; ПК-1.1.; ПК-1.2.; ПК-1.3.; ПК-1.4.; ПК-1.5.; ПК-1.6.; ПК-2.1.; ПК-2.2.; ПК-2.3.; ПК-2.4.; ПК-3.1.; ПК-3.2.;	Знания: - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения. Умения: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для	1. Подготовка презентаций по темам: 1. «Взгляды ученых на происхождение физических упражнений и игр». 2. «Особенности первоначального развития физической культуры в первобытном обществе». 3. «Характеристика особенностей развития физической культуры в государствах Древнего Востока, Греции и Рима». 4. «Физические упражнения и игры у народов России с древнейших времен до конца XIX века». 5. «Место и роль физического воспитания в системе учебных заведений России в XVII - начале XX века». 6. «Физическое воспитание дворян и простого народа». 7. «Создание и развитие основ русской национальной системы военно-физической подготовки войск в XVIII-XX веках». 8. «Становление и развитие идейно-теоретических, педагогических естественно-научных основ физического воспитания в России (XVII - начало XX века)». 9. «Возникновение Олимпийских игр Древней Греции (мифы, предположения, реальность)». 10. «Развитие программ древних Олимпийских игр. Их связь с культурой и военной практикой греков». 11. «Ритуалы, традиции древних Олимпийских игр». 12. «Выдающиеся олимпионики древних Олимпийских игр». 13. «Пьер де Кубертен. Жизнь и деятельность, заслуги в возрождении Олимпийских игр». 14. «Общая характеристика принципов, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями». 15. «Физическое воспитание детей первого года жизни: рефлексорные, пассивные, пассивно-активные и активные упражнения; массаж - как средство физической тренировки, занятия плаванием, закаливание». Требования к оформлению презентаций - Соблюдать единый стиль оформления; - Избегать стили оформления, которые отвлекают от материала;

	данной специальности.	-Для фона и текста используйте контрастные цвета. Предпочтительнее, если фон светлый, а текст темный; -Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде; -Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации; -Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание. -Первый слайд – это титульный слайд, на котором представлены: название работы по центру; ФИО автора, № группы после названия работы справа. - Основные пункты презентации: 1. Определения 2. Основные даты 3. Основные деятели -На последнем слайде указывается: источники, список литературы -Оптимальный объем. Объем презентации не должен быть менее 10 слайдов и не более 20 слайдов. 2. Заполнить сравнительную таблицу по отличительным особенностям систем физического воспитания в государствах Древнего мира. Таблица- отличительные особенности систем физического воспитания в государствах Древнего мира <table><tr><td>Государство</td><td>Особенность</td></tr><tr><td>В странах Древнего Востока</td><td></td></tr><tr><td>В Древней Индии</td><td></td></tr><tr><td>В Древнем Китае</td><td></td></tr><tr><td>В Древней Греции</td><td></td></tr><tr><td>В Древнем Риме</td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table><tr><td>Государство</td><td>Особенность</td></tr><tr><td>В странах Древнего</td><td>физическая культура имела военную</td></tr></table>	Государство	Особенность	В странах Древнего Востока		В Древней Индии		В Древнем Китае		В Древней Греции		В Древнем Риме		Государство	Особенность	В странах Древнего	физическая культура имела военную
Государство	Особенность																	
В странах Древнего Востока																		
В Древней Индии																		
В Древнем Китае																		
В Древней Греции																		
В Древнем Риме																		
Государство	Особенность																	
В странах Древнего	физическая культура имела военную																	

		Востока	направленность. Широко применялись различные военные упражнения, а также верховая езда, борьба, плавание, охота и другие виды физических упражнений, близких к военному делу. При этом среди народа были распространены различные акробатические упражнения и другие зрелищные виды физических упражнений
		В Древней Индии	физическое воспитание испытывало на себе сильное влияние кастовой системы. Виды разрешённых физических упражнений и игр зависели от касты человека
		В Древнем Китае	отличительной особенностью физического воспитания было разнообразие боевых искусств, которые были важной частью материальной и духовной жизни общества. Также широкое развитие получили практики лечебной физической

			культуры
		В Древней Греции	главной целью физического воспитания была подготовка воина. Например, в Спарте с 7 до 18 лет будущие воины воспитывались в специальных государственных учреждениях, где основу воспитания составляли военные игры, физические упражнения и жестокие процедуры закаливания. В Афинах воспитательная система не ограничивалась физической подготовкой юношей, а заключалась в прохождении трёх групп предметов: словесных наук, музыки и гимнастики.
		В Древнем Риме	спортивные игры и физические упражнения были связаны с религиозными ритуалами, родовыми культами. Популярность снискали игры и зрелища, носившие военно-прикладной характер

		3. Дать характеристику любительскому и профессиональному спорту, спорту высших достижений. Правильный ответ: <i>Профессиональный спорт</i> рассматривается как спортивно предпринимательская деятельность, которая за счёт высокой зрелищности состязаний даёт коммерческую выгоду телевидению, спортивным организациям (лигам, командам и т. д.) и собственно спортсменам. Это позволяет спортсменам заниматься спортом и ничем другим, совершенствуя свои навыки и сохраняя спортивную форму. <i>Спорт высших достижений</i> – это деятельность, направленная на удовлетворение интереса к определенному виду спорта, на достижение высоких спортивных результатов, которые получают признание у общества, на повышение как собственного престижа, так и престижа команды, а на высшем уровне – престижа страны. Достижения в большом спорте возможны только благодаря постоянной тренировочно-соревновательной деятельности с большими физическими и психическими напряжениями. Выступление в соревнованиях накладывает на спортсмена огромную ответственность: высокая цена каждой ошибки, каждого неудачного старта становится фактором, определяющим жесткие требования к его психике. В этом основная специфика спорта высших достижений. <i>Любительским спортом</i>, в отличие от профессионального, являются спортивные мероприятия, в которых участники занимаются в основном или полностью на безвозмездной основе. Массовый спорт: школьный, студенческий, рабочий, армейский – теоретики спорта стали называть базовым, резервным, народным, спортом для всех. Массовый спорт дает возможность миллионам людей совершенствовать свои физические качества и двигательные возможности, укреплять здоровье и противостоять нежелательным воздействиям на организм современного производства и условий повседневной жизни. Цель занятий различными видами массового спорта – укрепление здоровья, воспитание

		положительных нравственных качеств, организация здорового образа жизни, улучшение физического развития, активный 4. Разобрать структуру управления физической культурой и спортом в России после распада СССР. Сделать сравнительный анализ с существующей формой организации органов управления ФКиС в РФ письменно. Правильный ответ: Структура управления физической культурой и спортом в России после распада СССР включала следующие элементы: Координационный совет по физической культуре и спорту при Правительстве РФ. В его обязанности входило разработка и проведение государственной политики в области физического воспитания и спорта, координация деятельности государственных и общественных спортивных организаций. Комитет Российской Федерации по физической культуре. Был образован в 1992 году и занимался разработкой и внедрением государственных программ физического воспитания населения, подготовкой и повышением квалификации специалистов, проведением организационных, научно-информационных, методических и пропагандистских мероприятий. Государственный комитет по физической культуре и туризму. Создан 1 июня 1994 года и совместно с Олимпийским комитетом России участвовал в подготовке спортивного резерва, развивал туризм в стране, руководил подготовкой и использованием физкультурных кадров, поддерживал и контролировал подведомственные научно-исследовательские институты федерального значения. Олимпийский комитет России (ОКР). Государственно-общественный орган координации спорта высших достижений. Сравнительный анализ с существующей формой организации органов управления ФКиС в РФ показывает, что после заключения Федеративного договора в 1992 году вертикальная подчинённость органов управления физической культурой и спортом в республиках РФ, краях, областях была ликвидирована. Взаимодействие между различными управленческими организациями осуществлялось на договорной основе. В современной структуре управления

		физической культурой и спортом в РФ на федеральном уровне действует Министерство спорта, туризма и молодежной политики. 5. Проанализировать основные направления в развитии спорта в РФ: - развитие олимпийских и неолимпийских видов спорта; - развитие спорта инвалидов; - тенденция к развитию профессионального спорта; - проблемы юношеского спорта. Правильный ответ: развитие олимпийских и неолимпийских видов спорта - Олимпийский комитет России расширяет международные спортивные связи со странами ближнего и дальнего зарубежья. Коллективными членами ОКР являются 45 всероссийских федераций по летним и зимним олимпийским видам спорта, 23 всероссийские федерации по неолимпийским видам спорта. развитие спорта инвалидов - В регионах страны созданы комитеты, комиссии, ассоциации спортсменов-инвалидов. Разработаны учебные программы подготовки педагогов соответствующего профиля. Для инвалидов созданы специализированные юношеские школы, где культивируются отдельные виды спорта тенденция к развитию профессионального спорта - Обеспечиваются условия для устойчивого самостоятельного развития профессионального спорта со снижением зависимости от государственного финансирования. проблемы юношеского Спорта - Обеспечиваются условия для успешного выступления спортивных сборных команд Российской Федерации, в том числе юношеских, в международных спортивных соревнованиях. 6. Провести сравнительный анализ выступления российских спортсменов на летних и зимних Олимпийских играх после распада СССР и на современном этапе письменно. Правильный ответ: Сравнительный анализ выступления российских спортсменов на летних и зимних Олимпийских играх после распада СССР и на современном этапе может включать следующие аспекты:

		После распада СССР на летней Олимпиаде-1992 в Барселоне и зимней Олимпиаде-1992 в Альбервиле спортсмены России, как и других стран СНГ, участвовали в Объединённой команде под общим флагом. Начиная с зимней Олимпиады-1994 в Лиллехаммере — в отдельной команде под собственным флагом. На летних Олимпийских играх за весь период участия Россия выиграла 426 медалей, из которых 148 золотых, 125 серебряных и 153 бронзовых. Больше всего наград завоевали спортсмены в борьбе (57 медалей разного достоинства, из них 29 — золотые), в лёгкой атлетике (76 медалей: 25 золотых, 26 серебряных и 25 бронзовых) и в фехтовании (26 медалей). На зимних Олимпийских играх больше всего наград (33 медали) завоевали российские спортсмены в лыжных гонках: 14 золотых, 10 серебряных и 9 бронзовых. На современном этапе под флагом Российской Федерации спортсмены выиграли 396 олимпийских медалей на летних и 124 медали на зимних Олимпийских играх. Всего на последних одиннадцати Олимпиадах были выиграны 520 медалей, из них 182 — золотых. Таким образом, результаты выступления российских спортсменов на Олимпийских играх после распада СССР и на современном этапе показывают, что страна продолжает завоёвывать медали, но с учётом некоторых изменений в уровне подготовки и некоторых потерях в материальной базе (например, после распада СССР Россия потеряла эстонские центры подготовки лыжников и белорусские центры подготовки биатлонистов). 7. Ознакомиться с программами по ФК в общеобразовательной школе и ДЮСШ, Единой спортивной классификации (ЕСК). Просмотр видеороликов. 8. Обсудить соотношение понятий: «физическая культура» и «физическое воспитание»; «физическое воспитание» и «физическое развитие»; «физическая культура» и «спорт»; «физическая подготовка» и «физическая подготовленность». Правильный ответ: Физическая культура - часть общей культуры, совокупность материальных и духовных

		ценностей, созданных и используемых обществом для физического совершенствования людей и укрепления их здоровья. Физическое воспитание - педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшения форм тела. Физическое развитие - процесс изменения морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни. Спорт - специфическая форма культурной деятельности человека и общества, направленная на раскрытие двигательных возможностей человека в условиях соперничества. Спорт - составная часть физической культуры, это собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, специфические межличностные отношения. Физическая подготовка - процесс формирования двигательных навыков и развития физических способностей (качеств), необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности. Физическая подготовленность - результат физической подготовки, воплощённый в достигнутой работоспособности, уровне развития физических качеств и уровне сформированности жизненно важных и прикладных умений и навыков. 9. Ознакомление с альтернативными программами по ФВ в школе по литературным источникам. 10. Изобразить схематично систему физического воспитания РФ. Правильный ответ: <i>Мировоззренческие основы.</i> Совокупность взглядов и идей, определяющих направленность человеческой деятельности. 1 В отечественной системе физического воспитания мировоззренческие установки направлены на содействие всестороннему и гармоничному развитию личности занимающихся, достижение каждым физического совершенства, укрепление и сохранение здоровья, подготовку к труду и защите Отечества. 2 <i>Теоретико-методические основы.</i> Система физического воспитания опирается на

	достижения многих наук: естественных (анатомия, физиология, биохимия и др.), общественных (философия, социология и др.), педагогических (психология, педагогика и др.). 1 <i>Программно-нормативные основы.</i> Физическое воспитание осуществляется на основе государственных образовательных программ по физической культуре и спорту (программы для дошкольных учреждений, общеобразовательной школы, средних и высших учебных заведений, детско-юношеских спортивных школ, Вооружённых сил РФ и т.д.) и Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). <i>Организационные основы.</i> Организационную структуру системы физического воспитания составляют государственные и общественно-самодетельные формы организации, руководства и управления. По государственной линии предусматриваются систематические обязательные занятия физическими упражнениями в дошкольных образовательных организациях, общеобразовательных школах, средних специальных и высших учебных заведениях, армии, лечебно-профилактических организациях. По общественно-самодетельной линии занятия физическими упражнениями организуются в зависимости от индивидуальных склонностей, способностей занимающихся и потребности в физическом воспитании. Принципиальной чертой общественно-самодетельной формы организации является полная добровольность физкультурных занятий 11. Заполнить таблицу «Биомеханические характеристики движений». Таблица – Биомеханические характеристики движений <table><tr><td>Пространственные характеристики:</td><td></td></tr><tr><td>Временные характеристики:</td><td></td></tr><tr><td>Пространственно-временные</td><td></td></tr></table>	Пространственные характеристики:		Временные характеристики:		Пространственно-временные	
Пространственные характеристики:							
Временные характеристики:							
Пространственно-временные							

		характеристики:	
		Динамические характеристики:	
		Правильный ответ:	
		Пространственные характеристики:	положение тела и его частей, траектория движения (форма, направление, амплитуда).
		Временные характеристики:	длительность движений и темп.
		Пространственно-временные характеристики:	скорость и ускорение.
		Динамические характеристики:	взаимодействие внутренних и внешних сил в процессе движений.
12. Обсудить понятия:			
- Нагрузка: «внутренняя и внешняя сторона». - Величина нагрузки: объем и интенсивность, их показатели. - Отдых и его разновидности. - Типы интервалов отдыха. - Специфические методы физического воспитания. - Общепедагогические (неспецифические) методы.			
Правильный ответ:			
<i>Нагрузка</i> имеет внутреннюю и внешнюю стороны. <i>Внутренняя сторона</i> определяется как характер упражнений, интенсивность работы при их выполнении, продолжительность работы, продолжительность и характер интервалов отдыха между отдельными упражнениями, число упражнений. <i>Внешняя сторона</i> нагрузки характеризуется внешними показателями, такими как показатели объёма нагрузки с внешней стороны. <i>Величина нагрузки</i> включает объём и интенсивность, их показатели включают			

		характер упражнений, продолжительность работы, частоту и интенсивность выполнения упражнений. <i>Тип отдыха Полный (ординарный).</i> Это отдых такой длительности, когда следующая порция нагрузки приходится на фазу полного восстановления работоспособности организма. Упражнения с полным интервалом отдыха характерны, например, для развития силовых и скоростно-силовых способностей. <i>Сокращённый (жёсткий).</i> Характеризуется тем, что следующая порция нагрузки приходится на состояние неполного восстановления. Он чаще всего используется для развития выносливости. <i>Оптимизированный (экстремальный).</i> Это отдых такой длительности, когда следующая нагрузка совпадает с фазой сверхвосстановления (суперкомпенсации) работоспособности. В этих случаях можно и нужно давать увеличенную нагрузку, что приведёт к повышению уровня физической подготовленности <i>Специфические методы физического воспитания</i> включают методы развития физических качеств, например, силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости. <i>Общепедагогические (неспецифические) методы</i> включают методы отбора, моделирования и прогнозирования 13. Обучение методике составления технологической карты процесса обучения физическому упражнению. Требования к технологической карте: Следовательно, при конструировании технологической карты урока необходимо учитывать следующие позиции: 1. должен быть описан весь процесс деятельности с указанием конечного результата; 2. должны быть указаны все операции, их составные части с максимально полным отражением их последовательности; 3. должны быть названы материалы, перечислено оборудование, указаны инструменты; 4. должна быть отражена координация и синхронизация действий всех субъектов педагогической деятельности;

		5. должно быть рассчитано время выполнения всех операций. В технологических картах учитель должен детально расписать следующие этапы занятия: 1. Организация класса. 2. Проверка домашнего задания. 3. Актуализация знаний. 4. Ознакомление с новым материалом. 5. Первичная проверка изученного материала. 6. Закрепление. 7. Применение полученных в ходе занятия знаний на практике. 8. Обобщение и систематизация. 9. Домашнее задание. 10. Подведение итогов. 14. Составить и записать в рабочей тетради План-программу (на 4-5 занятий) обучения основам техники физического упражнения (по выбору). План-программа должна содержать: 1. Название физического упражнения 2. Этапы: <i>Начальный.</i> Создание предварительного представления об упражнении. Педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует движение, а дети пытаются воссоздать увиденное и повторить упражнение. <i>Углублённое разучивание.</i> Уточнение и совершенствование деталей техники выполнения упражнения. <i>Закрепление и совершенствование.</i> Образование двигательного навыка, переход его в умение высшего порядка. Задача педагога на этом этапе — закрепить двигательный навык у детей и создать условия для формирования движений более высокого уровня 3. Методы: <i>Словесные.</i> Объяснения, рассказ, замечания, команды, указания. <i>Наглядные.</i> Показ упражнений, пособий. <i>Практические.</i> Метод упражнений, игровой, соревновательный, круговой тренировки. 4. Формы: индивидуальный, фронтальный, групповой, поточный. 15. Составить документы планирования (годовой план – график учебного процесса, тематический план).

		Требования к годовому плану: • <i>Целеустремлённость.</i> Нужно указать цели, задачи или требования к учащимся. • <i>Преемственность.</i> Заключается во взаимосвязи между предыдущим и последующим документом. • <i>Реальность.</i> Достигается за счёт детального учёта всех условий работы (подготовленности учащихся, материальной базы, сезонно-климатических условий и т. д.). • <i>Конкретность.</i> Выражается в чётком определении этапа обучения, его задач и соответствия этим задачам подобранных средств. • <i>Наглядность.</i> Достигается за счёт строгого соблюдения формы документа. Годовой план-график учебного процесса по физической культуре составляется самостоятельно учителем для каждой параллели классов на основе сетки часов и программы по физической культуре. В нём должно быть определено количество четвертей и уроков в учебном году, разделы программы и количество часов, отводимых на каждый из них в году, четверти, недели, а также последовательность изучения разделов. 16. Составить план-конспект урока по физической культуре в школе. Требования к плану-конспекту урока: • <i>Целевая направленность.</i> План должен иметь реальную цель и конкретные задачи. • <i>Всесторонность планируемых задач.</i> Цель конкретизируется системой соподчинённых промежуточных частных задач (образовательных, оздоровительных и воспитательных) с определением последовательности и сроков их решения. • <i>Учёт основных закономерностей физического воспитания.</i> При планировании учитываются закономерности формирования двигательных умений и навыков, воспитания физических качеств,

		половые, возрастные и психические особенности занимающихся. • <i>Конкретность планирования.</i> Планирование должно быть конкретным, а планируемое — реально выполнимым. 17. Круглый стол: «Особенности методик физического воспитания».

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Ответ на вопрос экзаменационного билета (устный опрос)
ОК-1; ОК-2; ОК-4; ОК-8; ПК-1.1.; ПК-1.2.; ПК-1.3.; ПК-1.4.; ПК-1.5.; ПК-1.6.; ПК-2.1.; ПК-2.2.; ПК-2.3.; ПК-2.4.; ПК-3.1.; ПК-3.2.;	Знания: - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения. Умения: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной	1. Основные теории и концепции происхождения физических упражнений и игр. Правильный ответ: Теория магии (основоположник — Г. Рейнак). Двигательные действия, повторяемые в процессе магических ритуалов древних людей (танцы, имитация трудовой и охотничьей деятельности), легли в основу нового для древнего человека вида деятельности, направленного на обучение двигательным действиям и их совершенствование. Теория войны (основоположник — Э. Берк). Подготовка к войне способствовала выделению особого вида деятельности, посвящённого развитию физических качеств и обучению необходимым в войне двигательным действиям. Теория излишней биологической энергии (основоположник — Г. Спенсер). Появлявшаяся у первобытного человека излишняя энергия высвобождалась через различные двигательные действия (игровые, танцевальные), что способствовало культивированию этих действий. Теория игры (основоположник — Гроос). Игровая деятельность — основополагающая в возникновении культуры, в том числе физической культуры и спорта. Теория труда (наиболее подробно изложена Н.И. Пономарёвым). Большинство современных видов физкультурно-спортивной деятельности уходит своими корнями в трудовую деятельность. Объективная биологическая предпосылка зарождения физических упражнений — двигательная деятельность — является естественной потребностью человека. 2. Назовите особенности развития физической культуры в первобытном обществе. Правильный ответ: 1. Тесная и непосредственная связь с трудом и бытом. 2. Бесклассовый характер. 3. Доступность для всех членов рода и племени. Несмотря на свой примитивный характер, первобытная физическая культура играла существенную роль в формировании физических и умственных качеств человека, воспитании привычек к организованным действиям. 3. Какую роль при первобытном строе играли инициации в воспитании молодежи?

	деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.	Правильный ответ: У мальчиков она была более длительной и сложной: проверялась трудовая, нравственная и физическая подготовка. Инициация проводилась в виде религиозного обряда, сопровождалась традиционными песнопениями, ритуальными танцами, магическими заклинаниями. Ей приписывалась таинственная сила. В раннюю первобытную эпоху воздействие воспитания было минимальным. Программа подготовки к инициации для мальчиков включала усвоение знаний и практических умений, необходимых охотнику, земледельцу, воину и т. д., а для девочек — обучение ведению домашнего хозяйства. 4. Роль и место игр и физических упражнений в период распада родового строя. Правильный ответ: Роль и место игр и физических упражнений в период распада родового строя изменились: они стали средством военно-физической подготовки родовой аристократии. Выделившиеся военные вожди и родовая знать стали больше уделять внимания военно-физическому воспитанию в своей среде. Рядовые члены племени и рода всё больше отстранялись от участия в общественной жизни, занятий физическими упражнениями и играми. Их уделом становился тяжёлый физический труд и обслуживание аристократии. В этот период происходит военизация физических упражнений. Например, кулачный бой, тренировка с оружием, состязание колесниц, прыжки через меч, копья. Появляются начальные формы учреждений общественного воспитания — тайные союзы и дома молодёжи, которые существовали только для физического воспитания юношей. Характерной особенностью данного периода является также появление мест для проведения соревнований по игре в мяч, то есть первых спортивных сооружений, а также двух типов школ — для богатых и бедных. 5. Как происходило развитие физической культуры в странах Древнего Востока. Правильный ответ: Развитие физической культуры в странах Древнего Востока происходило в направлении военной направленности. Широко применялись различные военные упражнения, верховая езда, борьба, плавание, охота и некоторые другие виды физических упражнений,

		близких к военному делу. В то же время в странах Древнего Востока были распространены различные акробатические упражнения и другие зрелищные виды физических упражнений. Сила и ловкость ценились очень высоко, интерес к проявлению физических сил у населения всегда был большим. Духовенство связывало физическую культуру с религией, зачастую превращая соревнования в часть религиозных обрядов. 6. Каковы особенности развития физической культуры и спорта в Средние века? Правильный ответ: • <i>Противодействие со стороны церкви.</i> Христианская церковь не одобряла физкультуру, игры и состязания, относя их к пережиткам язычества. • <i>Улучшение условий жизни простого народа.</i> Экономический и социальный подъём крестьянского и городского сословия позволил выделять больше времени и сил на развитие физической культуры, отделяя этот процесс от работы и производства. • <i>Разнообразные формы физического воспитания среди простого народа.</i> Юноши часто состязались в борьбе, метании камней и палок, беге, прыжках в длину и высоту и поднятии тяжестей, а девушки - в различных танцах. • <i>Подготовка профессиональных воинов, рыцарей и их дружин.</i> Это сословие, в отличие от простого народа, имело много свободного времени и сил для совершенствования тела и духа в военно-прикладном направлении. • <i>Зарождение элементов современного спорта в городах.</i> В городах стали строиться дома для игр в мяч, спортивные площадки, налажился выпуск игрового инвентаря, соревнования стали регламентироваться договорными правилами. 7. Как относилась христианская церковь к физическому воспитанию знати и народа? Правильный ответ: Для феодалов церковь поддерживала физические упражнения, так как они были важны для боевой подготовки рыцарей, которые составляли основную силу феодальной армии. Например, церковь поощряла занятия, когда каждый рыцарь должен был уметь ездить верхом, плавать, владеть оружием, охотиться, стрелять из лука, играть в мяч и танцевать. Единственным видом состязаний, который официально признавался церковью, были ордалии — «божьи суды». К народным праздникам и состязаниям церковь

		относилась иначе. Она пыталась бороться с ними, например, в Англии под давлением церкви королевская власть неоднократно запрещала игры в мяч. На Руси в XIV веке было издано церковное уложение, которое было направлено против «эллинских беснований». В принятом на церковном соборе в 1551 году «Стоглаве» занятия физической культурой были отнесены к разряду религиозных преступлений. При этом православная церковь, находившаяся под влиянием Византии, более терпимо относилась к физическим упражнениям и увлечениям народа. 8. Каким было содержание физической подготовки рыцарей? В чем значение рыцарских турниров? Правильный ответ: Содержание физической подготовки рыцарей включало следующие навыки: езда верхом, плавание, охота, стрельба из лука, игра в шахматы, искусное фехтование, чтение стихов, знание основных танцевальных движений. Значение рыцарских турниров заключалось в демонстрации боевых качеств рыцарей, составлявших главную военную силу Средневековья. Изначально турниры зародились как способ в мирное время обучаться военным искусствам, а также для того чтобы опытные участники могли показать свою выучку и доблесть. Рыцарские турниры делились на массовые (бухурды) и одиночные (жут или тьест). Массовые турниры проходили на больших площадках и воспроизводили картину военных действий. Одиночные турниры представляли собой поединок двух рыцарей на копьях. 9. Когда и кем предпринимались первые попытки возрождения античных Олимпийских игр, возвращения античных олимпийских традиций? Правильный ответ: В середине XIX века первые попытки возродить античные Игры были предприняты в Греции. В 1859, 1870, 1875 и 1889 годах в Афинах устраивались состязания по бегу, прыжкам, метаниям и гимнастике среди греческих атлетов. Важную роль в этом процессе сыграл немецкий исследователь античности Людвиг Росс. 14 марта 1833 года он предложил организовать новогреческие игры в память Олимпийским и Истмийским играм. В конце XIX века с предложением о возрождении Олимпийских игр выступил французский общественный деятель, историк, литератор, педагог и

		социолог Пьер де Кубертен 10. Взгляды на физическое воспитание Джона Локка. Правильный ответ: Джон Локк рассматривал физическое воспитание как цель в достижении здорового духа в здоровом теле, что помогает человеку достичь личного благополучия. Он был сторонником жёсткого режима, закаливания организма. Локк рекомендовал лёгкую и удобную одежду, простую пищу, много воздуха и солнца, многочисленные физические упражнения: плавание, фехтование, верховую езду, гребное и парусное дело. Основной упор в физическом воспитании Локк делал на плавание, верховую езду, фехтование, борьбу и танцы. При этом езду верхом он рассматривал только как средство укрепления здоровья, а фехтование — как средство самозащиты. Особое место Локк отводил танцам, рассматривая их как средство приобретения благородных манер, непринуждённости в поведении и лёгкости в движениях. 11. Немецкое (турнерское) движение. Правильный ответ: Немецкое гимнастическое (турнерское) движение оформилось в начале XIX века. Оно было направлено на повышение боевой выучки немецкой армии в борьбе с французскими завоевателями (армией Наполеона). В 1810 году был создан первый кружок любителей гимнастики из числа студентов университетов, положивший начало турнерскому движению. Возглавил его Фридрих Людвиг Ян (1778–1852). Он создал систему физического воспитания, которая называлась «Turnkunst» — гимнастикой, характеризовалась новыми упражнениями с предметом и на снарядах. В 1811 году под Берлином была построена гимнастическая площадка (турн-плац), оборудованная специальными снарядами — турниками (перекладинами), параллельными брусьями, конём, шестами, лестницами для лазанья и др.. Число занимающихся на площадке достигало 500 человек. Система упражнений немецкой гимнастики включала в себя общую разминку, преодоление препятствий, упражнения на растягивание, прыжки, бег, игры, упражнения на равновесие, строевые упражнения, упражнения на гимнастических снарядах, лазанья и висы и др.. В 1819 году правительство запретило турнерские организации, так как некоторые турнеры выступили

		за воссоединение Германии, против феодальной реакции. В 1842 году запрет на турнерское движение был снят, что означало его возрождение и развитие. Особенностью немецкой системы было то, что в ней не придавалось большого значения чистоте и красоте выполнения упражнений на снарядах, важно было выполнить само движение многократно. 12. Шведское гимнастическое направление. Правильный ответ: Шведское гимнастическое направление — это система упражнений, разработанная Пер Хенриком Лингом (1776–1839) на основе физической культуры древнего и средневекового Китая. Основная цель шведской гимнастики — укреплять здоровье молодых людей, гармонически развивать их тело, готовить к военной службе. Упражнения подразделялись на четыре основные группы в зависимости от целей и назначения: 1. Педагогическая гимнастика (цель — гармоническое развитие здоровых детей, начиная со школьного возраста). 2. Военная гимнастика (состояла из специально подобранных упражнений, которые способствовали бы физической подготовке военных). 3. Врачебная гимнастика (содержала упражнения корригирующего характера и применяемая при лечении различных заболеваний). 4. Эстетическая гимнастика (направлена на развитие совершенствование форм человеческого тела и воспитание чувства прекрасного). Для шведской гимнастики были характерны симметричность, прямолинейность, малая амплитуда и угловатость движений, излишняя статичность усилий, из-за чего критики называли её «гимнастикой поз». Упражнения и методы шведского направления в гимнастике получили во второй половине XIX века распространение не только в Скандинавских странах, но и во всех государствах, где было введено физвоспитание. 13. Французская гимнастическая система. Правильный ответ: Французская гимнастическая система создана полковником Франциско Аморосом (1770–1848). Цель системы — выработка военно-прикладных навыков.

		Основные упражнения — ходьба, бег, прыжки, лазанье и перелезание, переноска груза, плавание и ныряние, борьба, метания, фехтование, вольтижировка и стрельба. В качестве снарядов применяли канаты, мосты, заборы, лестницы. Кроме того, Аморос включал в свою гимнастику подготовительные упражнения, сопровождающиеся пением и музыкой, танцы и ручной труд. При проведении урока Аморос не придерживался какой-либо схемы, а только соблюдал принципы от лёгкого к трудному, от простых упражнений к сложным, на занятиях учитывал индивидуальные особенности учеников. 14. Сокольская гимнастическая система. Правильный ответ: Сокольская гимнастическая система — это первая славянская система физического воспитания, получившая название «Сокол» — символ свободы, мужества, независимости. Создателем и идеологом сокольской гимнастики был профессор Пражского университета Мирослав Тырш (1832–1884). Система упражнений сокольской гимнастики подразделялась на четыре основные группы: 1. Упражнения без снарядов: ходьба, бег, вольные упражнения, строевые упражнения, хороводы, танцы. 2. Упражнения со снарядами: упражнения с различными отягощениями (палками, гантелями, тяжестями и т. д.), упражнения в метаниях (копья, диска, молота, куба, ядра, мяча), упражнения с предметами (флажками, флагами, булавами, скакалками). 3. Групповые упражнения: пирамиды, массовые гимнастические выступления, подвижные игры. 4. Боевые упражнения: фехтование, борьба, бокс, упражнения с сопротивлением. В сокольской гимнастике обращалось внимание не на количество повторений, как это было в немецкой и шведской гимнастике, а на красоту их выполнения. Все движения, которые выглядели некрасиво, соколы исключали. Занятия проводились под музыку, в единых красивых спортивных костюмах (соколки и рейтузы) и гимнастической обуви (чешки).

		К началу XX века сокольство получило широкое распространение среди славянских народов и превратилось в международное движение, провозгласившее идею всеславянского объединения (издавались газеты, журналы, проводились съезды, массовые праздники и соревнования). 15. Развитие сокольской гимнастики в дореволюционной России. Правильный ответ: Сокольская гимнастика получила широкое развитие в дореволюционной России. Главной целью «соколистов» было распространение своих начинаний по всей территории Российской империи. Для этого в губерниях обучали и тренировали «соколов» на местах или приглашали из других общемировых кружков. Например, в 1910 году в Вятскую губернию из Чешского сокольского клуба был отправлен Ян Вячеславович Штангель, который организовал сокольский кружок на базе двух учебных заведений города Вятки: Вятской мужской первой гимназии и Вятского Александровского училища, а позднее к ним присоединилось и Коммерческое училище. На территории Российской империи ежегодно проходили встречи представителей сокольской гимнастики. Один такой слёт состоялся летом 1914 года в Петербурге, в программе которого были соревнования и обучение различным гимнастическим упражнениям. Представители сокольского движения в России регулярно принимали участие в международных гимнастических слетах. Регулярно, начиная с 1912 года, проходили лыжные, футбольные, конькобежные, гимнастические состязания. С конца 1917 по 1920 год сокольская гимнастика была запрещена на территории Российского государства, так как считалась «буржуазным спортом». Несмотря на запрет, «советская гимнастика» заимствовала многие упражнения и методику их выполнения с сокольского образца. 16. Скаутское движение. Общее и различия в скаутском движении и пионерском движении в СССР. Правильный ответ: Общее в скаутском и пионерском движении в СССР: • Символика. У скаутов это значок в виде цветка королевской геральдической лилии, а у пионеров — три языка пламени, символизирувавшие третий

		Интернационал. Три конца пионерского галстука означают нерушимую связь и преемственность поколений коммунистов, комсомольцев и пионеров. • Девиз. У скаутов это «Будь готов!» и «Делай каждый день добрые дела!», а у пионеров — «Всегда готов!» на призыв «Пионер, к борьбе за дело коммунистической партии Советского Союза будь готов!». • Воспитание на природе. В основе воспитания скаутов лежит скаутский метод, который включает лесные лагеря, патрули, дежурства у костра. • Различия: • Идеология. Скаутское движение направлено на физическое, духовное и умственное развитие молодёжи, подготовку её к взрослой жизни. Пионерское движение имеет политический характер, его цель — воспитывать преданных коммунистической идее граждан. • Возраст участников. Скауты объединяют молодёжь с 7 лет и до 18 лет, у них есть организации отдельно для девочек. Пионерами могут стать дети в возрасте от 9 до 14 лет. • Галстук. У скаутов галстук может быть разных цветов, а у пионеров — только красный 17. Жизнь и деятельность Пьера де Кубертена. Правильный ответ: Пьер де Кубертен — французский барон, общественный деятель, основатель современных Олимпийских игр. Родился 1 января 1863 года в Париже. Получил хорошее образование, в частности — в юридическом колледже и школе политических наук в Париже. Отказался от фамильной военной карьеры и посвятил свою деятельность разработке реформы национального образования, проблемам физического воспитания, развитию международного спортивного движения. В 1894 году в Париже по инициативе Кубертена был созван международный конгресс, на котором был избран Международный Олимпийский комитет. Пьер де Кубертен стал его секретарем. Первые Олимпийские игры были проведены в Афинах в 1896 году, после проведения которых Пьер де Кубертен стал президентом МОК. В 1900 году в Париже прошли II Олимпийские игры — это были одни из самых длительных игр, они шли целых пять месяцев.

		Пьер де Кубертен находился на посту президента МОК до 1925 года, за исключением четырех лет Первой мировой войны, а потом до конца своей жизни был Почетным президентом МОК. Он принимал непосредственное участие в разработке основных правил проведения Олимпийских игр, им был написан и текст клятвы спортсменов-олимпийцев. Также в последние годы жизни он занимался просветительно-педагогической работой. Тогда же издал свой капитальный труд «Всемирная история». Пьер де Кубертен скончался в Женеве 2 сентября 1937 года и был похоронен в Лозанне, а его сердце было захоронено отдельно у стен древней Олимпии. 18. Основные положения Олимпийской хартии и учредительных документов МОК. Правильный ответ: Олимпийская хартия — это свод основополагающих принципов Олимпизма, правил и официальных разъяснений, принятых Международным олимпийским комитетом (МОК). <u>14</u> Она регламентирует организацию, мероприятия и деятельность Олимпийского движения и определяет условия проведения Олимпийских игр. Некоторые основные положения Олимпийской хартии: • Цель олимпизма — поставить спорт на службу гармоничного развития человечества, способствуя созданию мирного общества, заботящегося о сохранении человеческого достоинства. • Занятия спортом — одно из прав человека. Каждый должен иметь возможность заниматься спортом, не подвергаясь дискриминации, в духе олимпизма, что подразумевает взаимопонимание в духе дружбы, солидарности, честной игры. • Спортивные организации внутри олимпийского движения должны соблюдать политический нейтралитет. Они обладают правами и обязательствами, свойственными автономным организациям, что включает в себя независимое создание спортивных правил и контроль над ними, определение структуры и руководство своими организациями. • Осуществление прав и свобод, предусматриваемых олимпийской хартией, должно быть обеспечено в отсутствие какой-либо формы дискриминации. Расового, языкового, религиозного, политического характера, по признаку цвета кожи, пола, сексуальной ориентации, наличия иного мнения, национального

		или социального происхождения, обладания собственностью, рождения или иного статуса. Олимпийская хартия (в редакции от 15 сентября 2017 года) состоит из шести глав и 61-й статьи. Официальные языки хартии — французский и английский. 19. Биография А.Д. Бутовского. Правильный ответ: Алексей Дмитриевич Бутовский (1838–1917) — генерал от инфантерии Русской императорской армии, военный педагог и спортивный функционер, один из учредителей и член Международного олимпийского комитета (МОК) (1894–1900). Происхождение: из небогатой дворянской семьи помещика Полтавской губернии. Родился 9 (21) июня 1838 года в Пятигорцах Лубенского уезда, но детство провёл в родовом имении отца Пелеховщина Кременчугского уезда Полтавской губернии. В 1856 году окончил Петровский Полтавский кадетский корпус. В 1871 году назначен воспитателем в Петербургскую 1-ю военную гимназию, затем был помощником инспектора классов в 3-й военной гимназии, впоследствии переименованной в Александровский кадетский корпус. 16 апреля 1878 года получил чин полковника. В 1890 году занял должность генерала для особых поручений при Главном управлении военно-учебных заведений. В 1891 году произведён в генерал-майоры. В 1880-е и 1890-е годы, по заданию военного ведомства Российской Империи, неоднократно выезжал в Европу, где изучал преподавание гимнастических дисциплин в учебных заведениях Европы. В 1888 году назначен членом комиссии при Министерстве просвещения для разработки вопроса о преподавании военной гимнастики в гражданских учебных заведениях. В феврале 1890 года Бутовский организовал летние курсы по подготовке специалистов в области физического образования и начал читать лекции по истории, теории и методике физического воспитания. В 1904 году получил чин генерал-лейтенанта. В 1892 году, во время своего пребывания во Франции, познакомился с бароном Пьером де Кубертенем, с которым нашёл единство взглядов на спорт, на его место в системе воспитания и образования молодёжи. Они поддержали друг друга в идее возрождения Олимпийских игр. В 1894 году генерал Бутовский оказался в числе приглашённых на Международный Атлетический

		конгресс, которому было суждено стать исторической вехой в истории современного олимпийского движения. Несмотря на то, что Бутовскому обстоятельства не позволили приехать в Париж, его кандидатура была внесена в список первых 13 членов Международного олимпийского комитета. В 1896 году Алексей Дмитриевич стал свидетелем Первых Олимпийских игр, по возвращении с которых издал книгу «Афины весной 1896 года». В 1900 году он вышел из состава МОК, не добившись создания в России Национального олимпийского комитета. Однако после выхода из состава МОК, он многие годы продолжал оставаться активным проводником идей олимпизма в России и принимал участие в международных форумах и конгрессах по проблемам физического воспитания и спорта, активно пропагандировал олимпийские идеи в стране. В итоге Российский национальный олимпийский комитет был создан в 1912 году. <u>1</u> Был женат на дочери купца Горохова — Анне Васильевне, детей в браке не имел, в последние годы жизни потерял зрение и свои тексты диктовал Анне Васильевне. <u>1</u> Умер 25 февраля (10 марта) 1917 года в Петрограде и был похоронен на Новодевичьем кладбище. 20. Первые Олимпийские игры современности. Афины 1896. Правильный ответ: Летние Олимпийские игры 1896 года — первые Олимпийские игры современности, проходили с 25 марта (6 апреля) по 3 (15) апреля 1896 года в Афинах, Греция. В соревнованиях принял участие 241 спортсмен из 14 стран, причём женщины не допускались. Всего было разыграно 43 комплекта медалей в 9 видах спорта. Церемония открытия прошла 6 апреля 1896 года на отреставрированном античном стадионе в Афинах, греческий король Георгий объявил первые Олимпийские игры современности открытыми. На церемонии присутствовали 60 тысяч зрителей. Первым олимпийским чемпионом стал американский легкоатлет Джеймс Коннолли, победивший в тройном прыжке с результатом 13 метров 71 сантиметр. Кульминацией Олимпийских игр стал марафонский бег. В отличие от всех последующих олимпийских состязаний в марафонском беге, длина дистанции марафона на Играх I Олимпиады равнялась 40 километрам. Первым с результатом 2 часа 58 минут 50 секунд финишировал греческий почтальон Спиридон Луис, ставший после этого успеха национальным героем.

		21. Игры II Олимпиады. Париж 1900. Правильный ответ: Проведение Игр было приурочено к Всемирной выставке, проходившей в то время во французской столице. В соревнованиях участвовало 1226 спортсменов (в том числе 22 женщины) из 26 стран, которые разыграли 95 комплектов наград в 20 видах спорта. В неофициальном командном зачёте первенствовали спортсмены из Франции (104 призовых места; 28 первых, 39 вторых, 37 третьих). На 2-м месте — сборная США (48 призовых мест; 19, 14, 15), на 3-м — команда Великобритании (32 призовых места; 15, 8, 9). Впервые в Олимпиаде приняли участие спортсмены из России — 3 фехтовальщика и 2 представителя конного спорта. Героем парижской Олимпиады стал 23-летний американский легкоатлет Э. Кренцлейн, победивший в 4 дисциплинах (бег на 60 м, 110 м и 200 м с барьерами, прыжок в длину). 22. III Олимпийские игры. Сент-Луис 1904. Правильный ответ: III летние Олимпийские игры прошли в Сент-Луисе (США) с 1 июля по 23 ноября 1904 года. Игры были приурочены к Всемирной выставке. В соревнованиях участвовал 651 спортсмен (645 мужчин и 6 женщин) из 12 стран. Они разыграли 95 комплектов медалей в 16 видах спорта. В программу соревнований были включены: академическая гребля, бокс, борьба, велосипедный спорт, гольф, лакросс, лёгкая атлетика, перетягивание каната, водный спорт (плавание, прыжки в воду), рокки (разновидность крокета), стрельба из лука, спортивная гимнастика, теннис, тяжёлая атлетика, фехтование, футбол. Ещё 2 командных вида спорта были демонстрационными — баскетбол и водное поло. Наиболее успешно в неофициальном командном зачёте выступили спортсмены из США — 239 медалей (78 золотых, 82 серебряных, 79 бронзовых). На 2-м месте была сборная Германии — 13 (4, 4, 5), 3-е место заняла команда Кубы — 9 (4, 2, 3). 23. IV Олимпиада. Лондон 1908. Правильный ответ: IV летние Олимпийские игры проходили в Лондоне (Великобритания) с 27 апреля по 31 октября 1908 года. В Играх приняли участие 22 команды и 2008 спортсменов (больше, чем на всех предыдущих Играх, вместе взятых). Было разыграно 110

		комплектов медалей в 22 видах спорта. В программу соревнований были включены: академическая гребля, бокс, велосипедный спорт, водное поло, водно-моторный спорт, вольная борьба, гольф, греко-римская борьба, жё-де-пом, лякросс, лёгкая атлетика, парусный спорт, перетягивание каната, плавание, поло, прыжки в воду, регби, рэкетс (разновидность тенниса), стрельба из лука, пулевая стрельба, спортивная гимнастика, теннис, фехтование, фигурное катание, футбол, хоккей на траве. Официальная церемония открытия Олимпийских игр состоялась на стадионе Уайт-Сити 13 июля, хотя соревнования начались 27 апреля. Церемонию закрытия Игр заменил праздничный банкет в день окончания Франко-Британской выставки — 31 октября. На Олимпиаде 1908 года золотые награды впервые завоевали спортсмены из России, Норвегии, Финляндии, Швеции и ЮАР. Первое место в неофициальном зачёте заняла Великобритания (она завоевала 56 первых мест), показав свой лучший олимпийский результат, второе — США, третье — Швеция. Самое большое количество золотых медалей (по три) получили британский пловец Г. Тейлор и американский легкоатлет М. Шепперд. Легендой Олимпиады назвали шведского стрелка О. Свана — он выиграл две золотых и одну бронзовую награду, несмотря на то, что на момент соревнований ему было 60 лет. Российским героем Олимпиады стал выдающийся фигурист Н. Панин — он завоевал золото в мужском одиночном катании. 24. V Олимпиада. Стокгольм 1912. Правильный ответ: Летние Олимпийские игры 1912 года, официально известные как Игры V олимпиады, проходили в Стокгольме, Швеция, с 5 мая по 22 июля 1912 года. В соревнованиях приняли участие 28 стран и 2408 участников, в том числе 48 женщин. Было проведено 102 соревнования по 14 видам спорта. Это была последняя Олимпиада, на которой были разыграны золотые медали. С дебютом Японии в ней впервые приняла участие азиатская страна. Больше всего золотых медалей завоевали Соединенные Штаты (25), а Швеция — 65. Это были заключительные Олимпийские игры за 8 лет из-за срыва Первой мировой войны. Следующие Олимпийские игры состоялись в 1920 году. 25. Участие спортсменов России в первых олимпийских играх современности. Правильный ответ:

		На первых Олимпийских играх 1896 года представитель России — генерал Алексей Бутовский — входил в состав МОК, но российские спортсмены не принимали участия в Играх. Впервые Россия приняла участие в 1900 году во II летних Олимпийских играх. Из российских спортсменов первую олимпийскую золотую медаль завоевал в 1908 году фигурист Николай Панин-Коломенкин на IV Олимпиаде в Лондоне. 26. Панин-Коломенкин – первый российский олимпийский чемпион. Правильный ответ: Николай Панин-Коломенкин — первый российский олимпийский чемпион по фигурному катанию, которого он завоевал на Олимпийских играх 1908 года в Лондоне. 27. Физическое воспитание у древних славян. Правильный ответ: Физическое воспитание у древних славян включало следующие элементы: Целенаправленное обучение. Родители обучали своих детей верховой езде, стрельбе из лука, метанию копья, плаванию, борьбе и другим видам физических упражнений. Охота. Важная отрасль хозяйства восточных славян, в процессе которой приобретались жизненно необходимые качества — сила, выносливость, ловкость, смелость, решительность. Игрища. Основной формой физического воспитания являлись игрища, связанные с различными культовыми обрядами. Составными элементами игрищ были песни, пляски, состязания в беге, прыжках, борьбе, метании копья, дротика, стрельбе из лука, кулачном бою и др.. Возрастные посвящения. В примитивных племенных общинах подростки в возрасте 14 лет получали специальную подготовку, которая учила их охоте и изготовлению орудий труда, развитию воли и стойкости, обучению дисциплине и изучению религиозных секретов 28. Физическая подготовка в войсках А.В.Суворова. Правильный ответ: Физическая подготовка в войсках А. В. Суворова преследовала основную цель — подготовку войск к смелым и решительным действиям на поле боя для достижения победы над противником. Она проводилась главным образом в процессе боевой подготовки (строевого обучения, стрелковой

		подготовки, скоростных длительных маршей, преодоления препятствий в ходе полевых тактических учений, сквозных атак, штыкового боя и штурма крепостей). Также А. В. Суворов впервые ввёл утреннюю тренировку, которая служила средством повышения боевой выучки и физической подготовки воинов. В её содержание входили строевые упражнения (медленная и ускоренная ходьба в различных направлениях, повороты) и ружейные приёмы. Кроме того, простейшие солдатские подвижные игры, развлечения и военно-прикладные состязания способствовали физической подготовленности военнослужащих. 29. Русские народные игры и виды спорта (лапта, чиж, городки и т.д.). Правильный ответ: Некоторые русские народные игры и виды спорта: Лапта. Игра проводится на естественной площадке. Цель игры — ударом биты послать мяч, подбрасываемый игроком команды противника, как можно дальше и пробежать поочерёдно до противоположной стороны и обратно, не дав противнику «осалить» себя пойманным мячом. Выигрывает команда, набравшая больше очков за установленное время. Чиж. Для игры используется бита и маленькая палочка («чиж») диаметром и длиной около 20 сантиметров. С одного края игрового поля посередине выкапывается лунка, куда затем помещается чиж. Среди игроков выбирают одного бьющего, который первым ударом заставляет взлететь чижа в воздух, а следующим — отбивает его как можно дальше. Цель остальных игроков — по очереди поймать чижа. Городки. В городки играют командами или один на один. Цель игры — с заданной дистанции поочередно выбить из «города» с помощью броска биты определённое количество фигур, составленных из 5 деревянных столбиков — «городков». При этом необходимо потратить как можно меньше бит. 30. Жизнь и деятельность П.Ф. Лесгафта. Правильный ответ: Пётр Францевич Лесгафт (1837–1909) — российский биолог, анатом, антрополог, врач, педагог и прогрессивный общественный деятель. Известен как создатель теоретической функциональной анатомии в палеонтологии и научной системы физического воспитания. Некоторые этапы жизни и деятельности:

		Родился 8 (20) сентября 1837 года в Санкт-Петербурге в семье ювелира немецкого происхождения. В 1861 году закончил медико-хирургическую академию и получил серебряную медаль и звание врача. В 1865 году получил степень доктора медицины за диссертацию «Об окончании продольных мышечных волокон прямой кишки у человека и некоторых животных». В 1868 году защитил диссертацию на степень доктора хирургии за работу «Колотомия в левой поясничной области с анатомической точки зрения». С 1868 года Лесгафт — профессор государственного Казанского университета, с 1886 — профессор Санкт-Петербургского государственного университета — преподаватель анатомии человека. В 1881 году по инициативе Лесгафта были открыты курсы преподавателей гимнастики и фехтования для армии. С 1893 года участвовал в работе Петербургского общества содействия физическому развитию. В 1893 году открыл Биологическую лабораторию. В 1896 году добился открытия при Биологической лаборатории Курсов воспитательниц и руководительниц физического образования (Высшие курсы Лесгафта) — сейчас Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта. Педагогическая система Лесгафта была основана на доктрине единства психического и физического развития личности. Главной целью было «гармоничное, всестороннее развитие человеческого тела», под которым он понимал системное умственное, нравственное, эстетическое и физическое воспитание. В двухтомном труде «Руководство по физической культуре детей дошкольного возраста» (1888 и 1901 гг.) Лесгафт рекомендовал уделять пристальное внимание возрасту, полу и индивидуальным особенностям учащихся. 31. Система физического воспитания П.Ф.Лесгафта. Правильный ответ: Система физического воспитания П. Ф. Лесгафта была основана на доктрине единства психического и физического развития личности. Главной целью системы было «гармоничное, всестороннее развитие человеческого тела», под которым он понимал системное умственное, нравственное, эстетическое и физическое воспитание.

		Главным средством физического воспитания П. Ф. Лесгафт считал физические (телесные) упражнения. Любое упражнение, по учёному, содержит в себе биологическую и духовную стороны. Биологическая сторона — это физическое развитие человека, а духовная — психологический образ, который играет важную роль в формировании двигательных навыков. Все физические упражнения П. Ф. Лесгафт делил на четыре группы: Простые движения. Упражнения, целью которых является научить ребёнка владеть своим телом (элементарные составные, сложные упражнения, упражнения с передвижением, упражнения в метании). Упражнения с повышенным напряжением. Упражнения, целью которых является более интенсивное развитие физических сил ребёнка (бег в гору, преодоление сопротивлений). Ориентирование во времени и в пространстве. Ходьба в заданном темпе, ходьба на определённое расстояние, упражнения различные по силе, направлению и скорости. Проверка на практике. Простые и сложные игры, прогулки, плавание и фехтование. Процесс физического образования, по П. Ф. Лесгафту, складывается из трёх ступеней: Первая ступень. Знакомство с движениями, их восприятие и осознание. На этом этапе необходимо научить ребёнка простым (элементарным) упражнениям: правильно бегать, прыгать, метать, выполнять движения различными звеньями тела и т. п.. При этом 25% времени урока следует уделять элементарным и сложным действиям, 25% — ходьбе, бегу и метаниям, а 50% — играм (главным образом — одиночным). Вторая ступень. Развитие физических сил ребёнка. На этом этапе необходимо научить его упражнениям с повышенным напряжением: бегу в гору, преодолению сопротивлений. Третья ступень. Проверка на практике. На этом этапе следует уделять внимание простым и сложным играм, прогулкам, плаванию и фехтованию. Особое внимание Лесгафт обращал на использование народных игр. Он видел в них большое воспитывающее значение. 32. Первые российские олимпиады (1913 и 1914). Правильный ответ: Первая российская олимпиада прошла в Киеве с 20 августа (2 сентября) по 24 августа 1913 года. В программу соревнований вошли футбол, десятиборье,

		бег с препятствиями, гонки на велосипедах, гимнастика и другие виды спорта. В церемонии приняло участие 639 человек из 15 спортивных организаций, а за их выступлениями наблюдали 10 тысяч зрителей. Вторая российская олимпиада состоялась в Риге в июле 1914 года. Она была более масштабной, чем киевская — в соревнованиях участвовали 900 спортсменов. В программу соревнований вошли 13 наиболее популярных видов спорта, кроме того, условия Риги позволили включить такие виды спорта, как парусный спорт, теннис, перетягивание каната. Завершить состязания не удалось — помешала мобилизация и начало Первой мировой войны. 33. Олимпийские символы и церемонии (флаг, гимн, эстафета огня, т.д.). Правильный ответ: Флаг. Белое шёлковое полотнище с олимпийской эмблемой, вышитой на нём. Пять переплетённых колец символизируют союз пяти частей света и всемирный характер олимпийских игр. Гимн. Официальное музыкальное произведение, которое звучит во время церемоний открытия и закрытия Игр — при подъёме и спуске олимпийского флага. Как правило, гимн исполняется на официальном языке принимающей страны. Эстафета огня. Огонь на факеле передают от атлета к атлету в ходе многодневной символической эстафеты, которая проходит по всем пяти населённым континентам Земли. Огонь прибывает к месту проведения Олимпийских игр в день их открытия. Финалист эстафеты факелом зажигает пламя олимпийского костра. Это символизирует начало игр. По завершении всех соревнований олимпийский огонь костра гасят, что символизирует закрытие игр. 34. История Олимпийской деревни. Правильный ответ: История Олимпийской деревни берёт начало ещё в античные времена, когда атлеты в течение трёх недель, предшествующих играм, и во время игр жили и тренировались в Олимпии. На первых Олимпийских играх представители каждой страны самостоятельно решали вопросы о размещении своих делегаций во время соревнований. Первая Олимпийская деревня в истории современных Олимпийских игр появилась в 1924 году в Париже. Спортсменам пришлось проживать в деревянных постройках, после чего они и получили название «олимпийская деревня». В 1932 году на летних Олимпийских играх в Лос-Анджелесе возле стадиона

		были специально сооружены домики для участников. Олимпийская деревня состояла из 600 сборных деревянных домов, строительство было профинансировано частными инвесторами. В этих домиках жили участники — мужчины, спортсменки были размещены в гостиницах. К Олимпиаде 1936 года в Берлине было построено около 145 одно- и двухэтажных жилых домов, столовая, театр, больница, крытый стадион, плавательный бассейн и сауна на отдельной территории. После игр олимпийская деревня использовалась более 50 лет в качестве военных казарм. Для Олимпиады 1980 года в СССР также была построена Олимпийская деревня. Москва, принимавшая соревнования, создала целый жилой микрорайон в процессе подготовки к олимпиаде. Однако эта деревня, в отличие от предыдущих городов, изначально была задумана в качестве жилого микрорайона, поэтому, кроме самих домов, были построены школы, больница, культурные и развлекательные объекты. При строительстве Олимпийской деревни в Пекине (2008) впервые учитывались требования к проживанию участников Паралимпийских игр, которые проводятся после окончания Олимпийских игр. 35. Общее представление о научно-прикладных, программно-нормативных основах, государственных и общественных формах организации отечественной системы физического воспитания. Правильный ответ: Научно-прикладные основы отечественной системы физического воспитания опираются на достижения многих наук: естественных (анатомия, физиология, биохимия и др.), общественных (философия, социология и др.), педагогических (психология, педагогика и др.). На основе этих положений дисциплина «Теория и методика физического воспитания» разрабатывает и обосновывает наиболее общие закономерности физического воспитания. Программно-нормативные основы реализуются через обязательные государственные программы по физической культуре и спорту (программы для дошкольных учреждений, общеобразовательной школы, средних и высших учебных заведений, армии и т. д.). Эти программы содержат научно обоснованные задачи и средства физического воспитания, комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению, перечень

		конкретных норм и требований. Государственные формы организации предполагают систематические обязательные занятия физическими упражнениями в дошкольных учреждениях, общеобразовательных школах, средних специальных и высших учебных заведениях, армии, лечебно-профилактических организациях. Занятия проводятся по государственным программам, в отведённые для этого часы в соответствии с расписанием и официальным графиком под руководством штатных специалистов (физкультурных кадров). Общественно-самодетельные формы организации предполагают занятия физическими упражнениями в зависимости от индивидуальных склонностей, способностей занимающихся и потребности в физическом воспитании. Принципиальной чертой этой формы организации является полная добровольность физкультурных занятий. Организация физического воспитания на общественно-самодетельных началах предусматривает массовое вовлечение в занятия физической культурой через систему добровольных спортивных обществ: «Спартак», «Локомотив», «Динамо», «Трудовые резервы» и др.. 36. Ознакомить и создать первоначальное представление о программах по ФК в общеобразовательной школе и ДЮСШ. Правильный ответ: Да, научно-прикладные основы отечественной системы физического воспитания опираются на достижения многих наук. Теоретико-методической основой служат научные положения естественных (анатомия, физиология, биохимия и др.), общественных (философия, социология и др.), педагогических (психология, педагогика и др.) наук. На основе этих положений дисциплина «Теория и методика физического воспитания» разрабатывает и обосновывает наиболее общие закономерности физического воспитания. 37. Единая спортивная классификация (ЕСК). Правильный ответ: Единая всероссийская спортивная классификация (ЕВСК) устанавливает нормы и требования, выполнение которых необходимо для присвоения спортивных званий и разрядов по видам спорта, включённым во Всероссийский реестр видов спорта, а также условия выполнения этих норм и требований. Цель ЕВСК — создание условий для повышения уровня спортивного мастерства спортсменов,

		привлечения граждан Российской Федерации к занятиям спортом, совершенствование системы подготовки спортсменов для участия в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях. Нормы, требования и условия их выполнения по соответствующим видам спорта для их включения в ЕВСК разрабатываются общероссийскими спортивными федерациями, аккредитованными по соответствующим видам спорта, и федеральными органами исполнительной власти, осуществляющими руководство развитием военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта. 38. Ознакомление с альтернативными программами по ФВ в школе. Правильный ответ: Некоторые альтернативные программы по физическому воспитанию в школе: Художественная гимнастика. В рамках этой программы предметом служит гимнастическая лента. Занятия помогают развить владение телом, гибкость и женственность. Фитболгимнастика. Учебная программа с её применением включает комплексы упражнений парадоксальной дыхательной гимнастики Стрельниковой, упражнения с фитболгимнастикой, элементы самомассажа стоп и рефлексотерапии. Занятия помогают укрепить опорно-двигательный аппарат, совершенствовать сердечно-сосудистую и дыхательную системы, развивать физические качества ребёнка, повышать работоспособность и понижать утомляемость. Программы для учащихся специальной медицинской группы. Занятия ведутся по специальным программам в соответствии со степенью заболевания и состоянием здоровья каждого ученика. В них предусматриваются такие практические разделы, как гимнастика, подвижные игры, лёгкая атлетика, плавание, лыжи. Кроме того, в учебный материал добавлены специальные упражнения оздоровительного характера (корректирующие осанку, дыхательные и другие) 39. Особенности становления отечественной системы ФВ и перспективы её совершенствования. Правильный ответ: Особенности становления отечественной системы физического воспитания (ФВ): Мировоззренческие основы направлены на содействие всестороннему и гармоничному развитию

		личности занимающихся, реализацию возможностей достижения каждым физического совершенства, укрепление и многолетнее сохранение здоровья, подготовку на этой основе членов общества к профессиональным видам деятельности. Теоретико-методическая основа опирается на научные положения естественных (анатомия, физиология, биохимия и др.), общественных (философия, социология и др.), педагогических (психология, педагогика и др.) наук. Программно-нормативные основы осуществляются на основе государственных образовательных программ по физической культуре и спорту (программы для дошкольных учреждений, общеобразовательной школы, средних и высших учебных заведений, детско-юношеских спортивных школ и т.д.) и Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО). Организационная структура включает государственные и общественно-самодеятельные формы организации, руководства и управления. По государственной линии предусматриваются систематические обязательные занятия физическими упражнениями в дошкольных образовательных организациях, общеобразовательных школах, средних специальных и высших учебных заведениях, армии, лечебно-профилактических организациях. По общественно-самодеятельной линии занятия организуются в зависимости от индивидуальных склонностей, способностей занимающихся и потребности в физическом воспитании. Перспективы совершенствования отечественной системы ФВ могут включать: Реформирование системы с учётом положений спортизации и конверсии технологий спортивной подготовки в интересах физического воспитания подрастающего поколения. 40. Содержание и форма ФУ. Правильный ответ: Содержание физического упражнения (ФУ) — это совокупность процессов, происходящих в организме занимающегося, то влияние, которое оно оказывает на состояние человека (функциональное, психическое, личностное). Форма физического упражнения — это внешняя организация, упорядочивание движений, входящих в структуру упражнения. 41. Характеристика ФУ. Правильный ответ: Физическое упражнение (ФУ) — это двигательное

		действие, специально организованное для решения задач физического воспитания в соответствии с его закономерностями. Некоторые характеристики ФУ: Содержание. Это совокупность физиологических, психологических и биомеханических процессов, происходящих в организме человека при выполнении упражнения (физиологические сдвиги в организме, степень проявления физических качеств и т.п.). Форма. Это определённая упорядоченность и согласованность как процессов, так и элементов содержания упражнения. В форме ФУ различают внутреннюю и внешнюю структуру. Внутренняя структура обусловлена взаимодействием, согласованностью и связью различных процессов, происходящих в организме во время упражнения. Внешняя структура — это видимая форма упражнения, которая характеризуется соотношением пространственных, временных и динамических (силовых) параметров движений. Функции ФУ: Оздоровительная. Проявляется через приспособительные морфологические и функциональные перестройки организма, что отражается на показателях здоровья и оказывает лечебный эффект. Образовательная. Выражается через познание законов движения в окружающей среде собственного тела и его частей. Выполняя ФУ, человек учится управлять своими движениями, овладевает новыми двигательными умениями и навыками. Педагогическая. Физические упражнения влияют на личностные качества. Преодолевая трудности и управляя эмоциями, человек вырабатывает в себе ценные для жизни черты характера (смелость, настойчивость, трудолюбие, решительность и др.). 42. Форма ФУ, как способ его выполнения, характеризующийся пространственной, временной и динамической упорядоченностью параметров. Правильный ответ: Форма физического упражнения (ФУ) — это определённая упорядоченность и согласованность как процессов, так и элементов содержания данного упражнения. В форме ФУ различают внутреннюю и внешнюю структуру: Внутренняя структура обусловлена воздействием, согласованностью и связью различных процессов, происходящих в организме во время данного упражнения.

		Внешняя структура — это его видимая форма, которая характеризуется соотношением пространственных, временных и динамических (силовых) параметров движений. Содержание и форма ФУ взаимосвязаны между собой. Они образуют единство, причём содержание играет ведущую роль по отношению к форме. Несовершенная форма не позволяет в полной мере раскрыться содержанию. 43. Величина нагрузки: объем и интенсивность, их показатели. Правильный ответ: Величина нагрузки — это количество упражнений или работы, выполняемой за определённый срок в конкретных единицах. Она измеряется объёмом нагрузки — общим количеством упражнений или энергозатратами. Объём нагрузки — это все физические упражнения, выполняемые за определённый промежуток времени. Основными показателями объёма нагрузки являются: — количество тренировок в микроцикле; — количество тренировочных занятий в макроцикле; — время, затраченное на тренировочную и соревновательную деятельность. Интенсивность нагрузки — это количество упражнений, выполненных в единицу времени, или количество энергозатрат в единицу времени. Интенсивность нагрузки определяется 44. Отдых и его разновидности. Правильный ответ: Существует несколько видов отдыха: Физический отдых — помогает физическому телу прийти в форму. К этой категории отдыха относятся сон, спа-процедуры, массаж, йога, медитация, растяжка для мышц тела. Ментальный отдых — предполагает умственную разгрузку. Например, прогулка по лесу, общение с близким другом. Эмоциональный отдых — помогает прийти в душевное спокойствие, не утратить контакт с самим собой и окружающим миром. Социальный отдых — предполагает разгрузку от социальных контактов. Сенсорный отдых — нужен людям, которые постоянно используют свои органы чувств. Духовный отдых — предполагает честное и открытое общение с самим собой или окружающими людьми. Для определения оптимального вида отдыха рекомендуется обратиться к специалисту.

		45. Типы интервалов отдыха. Правильный ответ: Различают три типа интервалов отдыха: Полный (ординарный). Это отдых такой длительности, когда следующая порция нагрузки приходится на фазу полного восстановления работоспособности организма. Упражнения с полным интервалом отдыха характерны, например, для развития силовых и скоростно-силовых способностей. Сокращённый (жёсткий). Характеризуется тем, что следующая порция нагрузки приходится на состояние неполного восстановления. Он чаще всего используется для развития выносливости. Оптимизированный (экстремальный). Это отдых такой длительности, когда следующая нагрузка совпадает с фазой сверхвосстановления (суперкомпенсации) работоспособности. В этих случаях можно и нужно давать увеличенную нагрузку, что приведёт к повышению уровня физической подготовленности. 46. Специфические методы физического воспитания. Правильный ответ: Специфические методы физического воспитания — это способы применения физических упражнений, характерные только для этого процесса. К специфическим методам относятся: Методы строго регламентированного упражнения. Каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой. Игровой метод. Использование упражнений в игровой форме. Соревновательный метод. Использование упражнений в соревновательной форме. С помощью этих методов решаются конкретные задачи, связанные с обучением технике выполнения физических упражнений и воспитанием физических качеств. 47. Общепедагогические (неспецифические) методы. Правильный ответ: Общепедагогические (неспецифические) методы включают: Словесные методы: рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение. Наглядные методы: показ отдельных упражнений и их элементов, демонстрация учебных

		фильмов, видеозаписи техники двигательных действий, тактических схем на макетах игровых площадок и полей. В процессе спортивной тренировки все эти методы применяют в различных сочетаниях. Каждый метод используют не стандартно, а постоянно приспосабливаясь к конкретным требованиям, обусловленным особенностями спортивной подготовки. 48. Виды планирования. Этапы планирования. Правильный ответ: Этапы планирования в спорте: Разработка проекта плана тренировки. Построение модели будущего состояния спортсмена и модели тренировочного процесса, обеспечивающего достижение этого состояния к определённом моменту времени. Реализация плана подготовки. Коррекция плана. Этапы планирования в физической культуре: Определение и конкретизация целей и задач учебно-воспитательного процесса применительно к конкретному контингенту занимающихся и конкретным условиям ведения занятий. Исходя из поставленных задач, установление нормативов и требований, которые должны быть выполнены занимающимися на соответствующих этапах. Определение разделов программы занятий и расчёт учебного времени на разработку теоретического и практического содержания программы, её прохождение. Наметка рациональной последовательности прохождения учебного материала (теоретического и практического) по периодам, этапам, отдельным занятиям и уточнение объёма и интенсивности нагрузок. Определение общей организации работы по реализации плана, подбор методов и форм занятий для решения поставленных педагогических задач. Сводное текстуально-описательное либо табличное оформление плана. 49. Правила и условия оптимального построения системы уроков физической культуры в рамках учебного года и его четвертей. Правильный ответ: Некоторые правила и условия оптимального построения системы уроков физической культуры в рамках учебного года и его четвертей: Тесная связь уроков с предыдущими и

		последующими. Каждый урок должен иметь преемственную связь по направленности педагогических задач, содержанию учебного материала, объёмам и интенсивности нагрузок. 2 Сочетание фронтальной, групповой и индивидуальной работы. Учебный процесс становится эффективным только при условии учёта индивидуальных особенностей занимающихся и учебного материала. Постоянное видоизменение содержания урока, методики его организации и проведения. Разнообразие содержания, методики и процессуального обеспечения урока способствует формированию интереса у учащихся к занятиям физическими упражнениями и побуждает их к активной деятельности. Определение объёма учебного материала на каждый урок. Это нужно делать с учётом этапа обучения двигательным действиям, требований положительного или отрицательного переноса двигательных навыков, подготовленности учащихся класса к выполнению упражнений в основной части урока. Сдача учебных норм физической подготовки. Проверка проводится в конце учебной четверти по каждому физическому качеству. Контрольная проверка по завершению учебного года. Она выполняет две основные функции: оценка успеваемости учащихся по технической и физической подготовке и планирование содержания и направленности технической и физической подготовки на следующий учебный год. 50. Основы технологии планирования. Планирование годовое, четвертное и поурочное. Требования к планам. Правильный ответ: Основы технологии планирования заключаются в рациональном распределении во времени коллективного и индивидуального труда работников для достижения поставленных целей. Годовое планирование предполагает примерную градацию предметов и часов на весь учебный год. Четвертное планирование представляет собой последовательное изложение содержания каждого урока учебной четверти. Оно составляется на основании годового графика прохождения программного материала с учётом реального хода учебной работы в предыдущих четвертях. Поурочное планирование — это планирование одного конкретного урока. Учитель по календарному плану устанавливает тему, содержание, основную

		дидактическую цель урока, конкретизирует его образовательные и воспитательные задачи. Затем определяется методика работы на уроке: какие методы и приёмы будут использованы на данном уроке. Требования к планам: Конкретность. Чёткое определение этапа обучения, детализация задач и соответствие этим задачам подобранных средств. Реальность (осуществимость). Возможность успешного выполнения планируемого при существующем уровне материально-технической оснащённости и бюджете времени. Систематичность (непрерывность). План на определённый цикл должен опираться на предыдущие циклы и готовить к последующим. Гибкость (подвижность). Учёт возможных изменений в условиях педагогического процесса и введение резервных допусков в плановые документы.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОЦ.13 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

605

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в со ответствении с:
– Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/
Федеральным государственным образовательным стандартом среднего
профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01
Физическая культура,

- утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от № 968 от 11.11.2022.
- учебным планом специальности/направления подготовки от 22.02.2023 и
ученным советом вуза протокол № 6 от 16.02.2023
- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС _____ст.преподаватель Филиппов И.В.
степень, звание, фамилия, имя, отчество

1 Паспорт комплекта фонда оценочных средств

1. Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы профессионального модуля в со ответствии с ФГОС профессии/специальности 49.02.01 Физическая культура и рабочей программой дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности»:

умения:

- использовать различные методы и формы организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфо- функциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;
- комплектовать состав группы, секции, клубного или другого объединения занимающихся;
- планировать, проводить и анализировать физкультурно-спортивные занятия и мероприятия на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности (не менее 12 видов);
- подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
- организовывать, проводить соревнования различного уровня и осуществлять судейство;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

знания:

- требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;
- сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурноспортивных мероприятий и занятий;
- основы оздоровительной тренировки в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;

- историю, этапы развития и терминологию базовых и новых видов спорта и физкультурноспортивной деятельности;
- технику профессионально значимых двигательных действий изученных видов физкультурно-спортивной деятельности;
- методику проведения занятий на базе изученных видов физкультурно-спортивной деятельности; - методику обучения двигательным действиям и развития физических качеств в изученных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма при занятиях базовыми и новыми видами физкультурноспортивной деятельности;
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;
- виды физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;
- основы педагогического контроля и организацию врачебного контроля при проведении физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с занимающимися различных возрастных групп; - виды документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурно - спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом, требования к ее ведению и оформлению;
- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно -двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

Навыки и/или опыт деятельности:

- анализа планов и процесса проведения физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых занятий с различными возрастными группами,
- разработки предложений по их совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования, проведения, анализа и оценки физкультурноспортивных занятий с различными возрастными группами населения;
- наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами населения,

- обсуждения отдельных занятий в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, преподавателями, тренерами, разработки предложений по их совершенствованию и коррекции;
- ведения документации, обеспечивающей организацию и проведение физкультурноспортивных мероприятий и занятий и эффективную работу мест занятий физической культурой и спортом и спортивных сооружений;

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций**: ОК-1, ОК-2, ОК-4, ОК-6, ОК-8, ПК-1.1., ПК-1.2., ПК-1.3., ПК-1.5., ПК-2.1., ПК-3.1., ПК-3.2., ПК-3.3.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК-1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК-2. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК-4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК-6. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учётом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК-8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ПК-1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.

ПК- 1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодёжной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодёжи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях.

ПК-1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

ПК – 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК – 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.

ПК-3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

ПК – 3.2. Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

ПК – 3.3. Осуществлять контроль и учет, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируем ой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. Анализ техники и методика обучения классическому одновременному бесшажному ходу.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Освоение хода и демонстрация основ техники.	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения классическому попеременному двухшажному ходу.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Освоение хода и демонстрация основ техники.	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения классическому одновременному одношажному ходу.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Освоение хода и демонстрация основ техники.	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения классическому одновременному двухшажному ходу.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Освоение хода и демонстрация основ техники.	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Демонстрация основ техники классических лыжных ходов с выполнением норматива.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Классический стиль: Ж: - 3 км М: - 5 км	не аттестован низкий средний высокий	0 3 4 5

Подготовительная и заключительная часть занятия по лыжному спорту.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Подготовка план-конспекта и проведение вводно-подготовительной и заключительной части занятия по лыжному спорту.	не аттестован низкий средний высокий	0 1 3 5
макс:				20

МОДУЛЬ 2.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06,	Освоение хода и демонстрация основ техники.	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения коньковому попеременному двухшажному ходу.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.			
Анализ техники и методика обучения коньковому одновременному двухшажному ходу (равнинный или подъемный вариант).	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Освоение хода и демонстрация основ техники.	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения коньковому ходу без отталкивания руками (с махами и без махов руками).	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Освоение хода и демонстрация основ техники.	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5
Анализ техники и методика обучения коньковому одновременному одношажному ходу.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Освоение хода и демонстрация основ техники.	не аттестован низкий средний высокий	0 0,5 1,5 2,5

Практический норматив: демонстрация основ техники коньковых лыжных ходов с выполнением норматива.	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Свободный стиль: Ж: - 3 км М: - 5 км	не аттестован низкий средний высокий	0 3 4 5
Занятие по лыжному спорту	ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Подготовить план-конспект и провести занятие по лыжному спорту.	не аттестован низкий средний высокий	0 1 3 5
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Тестовые задания ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Практическая работа	– не аттестован – низкий – средний – высокий	-0 -1 -2 -3
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Практическая работа ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4
ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	Практическая работа ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4

ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 2.1; ПК 3.1. ПК 3.2.; ПК 3.3.	ответ на вопрос экзаменационного билета	– не аттестован – низкий – средний – высокий	- 1 - 2 - 3 - 4
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 01; ОК02 ОК 04; ОК06, ОК 08; ПК 1.1.	Знает:-средства лыжного спорта и возможности их применения в	1. Классификация беговых лыж. Правильный ответ: Лыжи для классического хода, Лыжи для

ПК 1.3.; ПК1.5.;ПК2.1; ПК3.1.ПК3.2.; ПК3.3.	физкультурно-спортивной и социальной деятельности; -основы обучения базовым видам лыжного спорта; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для проведения учебнотренировочных занятий по базовым видам лыжного спорта; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; Умеет: -применять методы организации учебной деятельности на занятиях по базовым видам лыжного спорта, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; -использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по базовым видам лыжного спорта в зависимости от поставленных задач; -использовать в своей деятельности	конькового хода, Комбинированные лыжи (Combi), Туристические лыжи (backcountry) 2. Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания. Правильный ответ: Лыжный спорт занимает важное место в системе физического воспитания по следующим причинам: Всестороннее влияние на организм. При передвижении на лыжах по равнине и пересечённой местности с преодолением подъёмов и спусков в работу вовлекаются все основные группы мышц ног, рук и туловища. Положительное воздействие на функциональные системы организма. Лыжный спорт благотворно воздействует на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему занимающихся. Развитие физических и морально-волевых качеств. 12 Систематические занятия лыжным спортом способствуют всестороннему физическому развитию, особенно положительно влияя на развитие таких двигательных качеств, как выносливость, сила, ловкость. Закаливание организма. Длительная мышечная работа на чистом воздухе в условиях низких температур способствует повышению сопротивляемости организма к различным заболеваниям. 3. Виды лыжного спорта. Правильный ответ: Лыжные гонки, Горнолыжный спорт. Прыжки на лыжах с трамплина, Сноуборд, Фристайл, Спортивное ориентирование 6. Лыжные мази и парафины. Правильный ответ: Мази скольжения, мази держания, парафины (твёрдые, жидкие) 9. Травматизм в беговых лыжах. Правильный ответ: В лыжном спорте наиболее часто встречаются следующие травмы: ушибы, повреждения суставов и связок, чаще нижних конечностей, значительно реже переломы, вывихи, ранения. Весьма редко, но все же встречаются такого рода состояния, которые сопровождаются расстройством общей жизнедеятельности организма: обморок, рефлекторный шок (при длительных напряжениях на выносливость), а также общее переохлаждение (озноб) от длительного пребывания в условиях низких

	терминологию лыжного спорта; -распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта, с учетом их влияния на организм занимающихся; -показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в базовых видах лыжного спорта; -использовать средства лыжного спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); -использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем на занятиях физической культурой с использованием средств лыжного спорта; -организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения средств лыжного спорта; -определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике базовых видов	температур. 10. Особенности организации и методика проведения уроков лыжной подготовки в начальных классах. Правильный ответ: Проведения уроков включает использование различных методов: наглядных (показ физических упражнений), словесных (описание движений, объяснение, рассказ, беседа, указание, команда) и практических (повторный,соревновательный). Рекомендуется использовать образные сравнения, имитации, когда дети не просто выполняют движения, а стараются подражать определённому образцу. 11. Пример игры на уроках лыжной подготовки. Правильный ответ: «То на правой, то на левой». Класс выстраивается в одну шеренгу на линии старта с интервалом 2 м. Через 20–30 м от линии старта обозначена линия поворота. По сигналу игроки, отталкиваясь палками, скользят до линии поворота на правой лыже, а обратно — на левой. Побеждает тот, кто выполнит задание первым, ни разу не наступив свободной ногой на снег. 12. Этапы обучения технике передвижения на лыжах. Правильный ответ: Обучение технике передвижения на лыжах включает в себя три взаимосвязанных этапа: Ознакомление со способами передвижения на лыжах. Задача этого этапа — создать у обучаемых правильное и наиболее полное представление об изучаемом способе передвижения на лыжах. Разучивание способов передвижения на лыжах. Итогом разучивания должна стать правильная техника выполнения способов передвижения на лыжах. Тренировка(совершенствование) способов передвижения на лыжах. Задача этого этапа — закрепление приёма, обучение целесообразному его применению в сочетании с другими способами передвижения на лыжах в зависимости от условий и рельефа местности. 13. Методы обучения технике передвижения на лыжах. Правильный ответ: Методы обучения технике передвижения на

	лыжного спорта подбирать приемы и средства для их устранения. Имеет опыт: -проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; -владения техникой двигательных действий; -подбора средств лыжного спорта с учетом возраста и контингента занимающихся; проведения фрагмента урока по лыжному спорту; -проведения фрагмента физкультурноспортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств лыжного спорта с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся.	лыжах: Словесный метод. С его помощью у занимающихся формируется представление об изученном движении, исправляются отдельные ошибки. К словесным методам относятся рассказ, объяснение, лекция. Наглядный метод. Применяется в виде показа, демонстрации наглядных пособий, кинограмм, кинокольцовок, видеофильмов. Показ должен быть образцовым, иногда целесообразно показать в замедленном темпе, обращая внимание на детали. 1 Практический метод. Применяется при обучении в лыжном спорте в виде упражнений, соревнований, иногда игр. Предполагает разучивание упражнений в целом и по частям. 14. Формы организации и проведения занятий по обучению передвижения на лыжах. Правильный ответ: Существуют две основные формы организации занятий по лыжной подготовке и лыжному спорту: урочные (уроки лыжной подготовки и учебно-тренировочные уроки в школьной секции и ДЮСШ) и внеурочные (организованные групповые, самостоятельные групповые и самостоятельные индивидуальные занятия). 15. Скользящий шаг, его периоды и фазы. Правильный ответ: Фазы скользящего шага: I фаза — свободное скольжение. После окончания толчка ногой лыжник скользит на другой лыже без опоры на палку. 2 II фаза — скольжение с опорой на палку и выпрямлением опорной ноги. Фаза начинается с постановки палки на снег и с началом отталкивания ею. 2 III фаза — скольжение с подседанием. Фаза начинается с резкого сгибания ноги в коленном суставе, примерно на 20°, и выведения таза вперед. 2 IV фаза — отталкивание с выпрямлением толчковой ноги. Фаза заканчивается в момент отрыва лыжи от снега. В этот момент скользящий шаг закончен и начинается скользящий шаг на другой лыже. 1 V фаза — отталкивание с выпрямлением ноги. Длительность фазы может быть в пределах 0,06–0,13 сек., а скорость достигает 10 м/сек.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практическая работа
ОК 01; ОК02 ОК 04; ОК06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК1.5.;ПК2.1; ПК3.1.ПК3.2.; ПК3.3.	Знает: - средства лыжного спорта и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; -основы обучения базовым видам лыжного спорта; -способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для проведения учебнотренировочных занятий по базовым видам лыжного спорта; -методики проведения физкультурно-	1. Демонстрация техники выполнения скользящего шага. 2. Демонстрация техники выполнения попеременного двухшажного классического хода. 3. Демонстрация техники выполнения одновременного двухшажного классического хода. 4. Демонстрация техники выполнения одновременно бесшажного классического хода. 5. Демонстрация техники выполнения одновременно одношажного классического хода.

	спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; Умеет: -применять методы организации учебной деятельности на занятиях по базовым видам лыжного спорта, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; -использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по базовым видам лыжного спорта в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта, с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в базовых видах лыжного спорта; - использовать средства лыжного спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем на занятиях физической культурой с использованием средств лыжного спорта; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения средств лыжного спорта; -	6. Демонстрация техники выполнения полуконькового хода. 7. Демонстрация техники выполнения конькового хода с махами рук и без махов руками. 8. Демонстрация техники выполнения одновременно двухшажного конькового хода. 9. Демонстрация техники выполнения одновременно одношажного конькового хода. 10. Демонстрация техники выполнения попеременного двухшажного конькового хода. 11. Демонстрация техники преодоления спусков, подъемов, преодоления неровностей, торможений, поворотов на месте и в движении. 12. Провести часть урока по лыжной подготовке в со ответствии с подготовленным планом-конспектом урока. 13. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременно бесшажному ходу. 14. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому попеременному двухшажному ходу. 15. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременному одношажному ходу. 16. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременному двухшажному ходу. 17. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения полуконьковому ходу. 18. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременному двухшажному ходу (горный вариант). 19. Составить план-конспект урока по

	определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике базовых видов лыжного спорта подбирать приемы и средства для их устранения. Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой двигательных действий; - подбора средств лыжного спорта с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока по лыжному спорту; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств лыжного спорта с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся.	лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременному двухшажному ходу (равнинный вариант). 20. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому ходу без отталкивания руками (с махами и без махов руками). 21. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому попеременному двухшажному ходу. 22. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременному одношажному ходу. 23. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке направленного на развитие силы. 24. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке направленного на развитие быстроты. 25. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке направленного на развитие координационных способностей. 26. Составить план-конспект по лыжной подготовке направленного на развитие выносливости. 27. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке направленного на развития скоростно-силовых способностей.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.

	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 01; ОК02 ОК 04; ОК06, ОК 08; ПК 1.1. ПК 1.3.; ПК1.5.; ПК2.1; ПК3.1. ПК3.2.; ПК3.3.	Знает: -средства лыжного спорта и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; -основы обучения базовым видам лыжного спорта; -способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для проведения учебнотренировочных занятий по базовым видам лыжного спорта; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; Умеет: -применять методы организации учебной деятельности на занятиях по базовым видам лыжного спорта, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; -использовать	1. На сколько групп подразделяются классические лыжные ходы? а) Две б) Три в) Четыре 2. На сколько групп подразделяются коньковые лыжные ходы? а) Две б) Три в) Четыре г) Пять 3. Основой техники классического попеременного двухшажного хода является... а) скользящий шаг б) попеременная работа палками в) отталкивание от скользящего упора г) сильное отталкивание ногой 4. Назовите основной принцип подразделения лыжных ходов на попеременные и одновременные: а) По варианту работы рук б) По варианту работы ног в) По длине проката г) По скорости передвижения 5. К попеременным ходам относится... а) бесшажный б) одношажный

	методы, средства и методические приемы при проведении занятий по базовым видам лыжного спорта в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства лыжного спорта, с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в базовых видах лыжного спорта; - использовать средства лыжного спорта для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем на занятиях физической культурой с использованием средств лыжного спорта; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения средств лыжного спорта; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике базовых видов лыжного спорта подбирать приемы и средства для их устранения. Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой двигательных действий; - подбора средств	в) двухшажный 6. Какой из названных одновременных ходов не существует в классификации коньковых ходов? а) Одношажный б) Двухшажный в) Четырехшажный 7. Для чего существуют способы переходов с одного лыжного хода на другой? а) Изменения направления движения б) Смены хода без потери времени в) Изменения скорости передвижения г) Изменения темпа передвижения 8. Какие упражнения относятся к соревновательным? а) Имитация лыжных ходов на месте и в движении б) Кроссовый бег по трассе предстоящих соревнований в) Все способы передвижения на лыжах, используемые непосредственно на соревнованиях г) Передвижение на лыжах различными способами в условиях разного рельефа трасс, с различной интенсивностью и продолжительностью 9. Существуют попеременный двухшажный и одновременный двухшажный ход. В чем существенная разница между этими ходами? а) в длине скользящего шага б) в маховом выносе ноги в) в подседании перед толчком ногой г) в работе рук 10. Какой из названных коньковых ходов не существует в классификации? а) Одношажный б) Двухшажный в) Попеременный г) Бесшажный 11. Назовите попеременные коньковые ходы: а) Попеременный одношажный б) Попеременный двухшажный в) Попеременный трехшажный г) Попеременный четырехшажный 12. Самым скоростным способом передвижения коньковым стилем на равнине считается... а) попеременный двухшажный

	лыжного спорта с учетом возраста и контингента занимающихся; -проведения фрагмента урока по лыжному спорту; -проведения фрагмента физкультурноспортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств лыжного спорта с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся. -санитарно-гигиенические требования к занятиям по базовым видам лыжного спорта, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; -факторы и причины травматизма в процессе занятий по базовым видам лыжного спорта; -приемы помощи и страховки при проведении занятий по лыжному спорту; -способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения средств лыжного спорта. Умеет: -обеспечивать безопасное выполнение средств лыжного спорта -организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения средств лыжного спорта. -проведения фрагмента урока по оказанию эффективных приемов помощи и страховки при обучении базовым видам лыжного спорта; -проведения фрагмента урока по организации группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения фрагмента урока по лыжному спорту.	б) одновременный одношажный в) одновременный двухшажный г) полуконьковый 13. В каких ходах отталкивание осуществляется в момент кратковременной остановки лыжи? а) Комбинированных б) Классических в) Коньковых г) Основных 14. Как выполняется отталкивание в коньковых ходах? а) Нажимом б) Скользящим упором в) Разворотом г) Махом 15. Какой ход используется при передвижении по дуге? а) одновременный двухшажный; б) одновременный одношажный; в) полуконьковый ход. 16. Какой из коньковых ходов применяется на проложенной лыжне? а) Полуконьковый б) Одновременный одношажный в) Одновременный двухшажный г) Попеременный 17. Какой из коньковых ходов называют «скользящей елочкой»? а) Полуконьковый б) Одновременный одношажный в) Одновременный двухшажный г) Попеременный 18. Какой из лыжных ходов наиболее часто применяется в лыжных гонках свободным стилем? а) Попеременный двухшажный б) Попеременный четырехшажный в) Одновременный двухшажный г) Одновременный одношажный 19. Выбор способа подъема в гору зависит от... а) крутизны склона б) длинны палок в) длинны лыж 20. Назовите последовательность обучения технике коньковых ходов: а) Попеременный б) Одновременный двухшажный в) Одновременный одношажный г) Полуконьковый д) Коньковый без отталкивания

		палками 21. Как изменяются компоненты скользящего шага в плохих условиях скольжения? а) Увеличивается длина свободного скольжения б) Уменьшается длина свободного скольжения в) Палки ставятся под более тупым углом г) Палки ставятся под более острым углом 22. Какова последовательность применяемых методических приемов при обучении занимающихся способам передвижения на лыжах? а) Демонстрация упражнения преподавателем б) Опробование упражнения занимающимися в) Объяснение преподавателем механизма выполнения упражнения г) Контроль преподавателя за выполнением упражнения и исправление ошибок 23. На каких дистанциях проводятся соревнования у женщин свободным стилем в программе Олимпийских игр и чемпионатах мира? а) 7,5 км б) 10 км в) 15 км г) 20 км 24. Какой из перечисленных видов спорта считается циклическим? а) гимнастика б) борьба в) волейбол г) лыжные гонки 25. На каких дистанциях проводятся соревнования у мужчин свободным стилем в программе Олимпийских игр и чемпионатах мира? а) 5 км б) 15 км в) 20 км г) 30 км 26. Во время урока по лыжной подготовке у занимающихся начали мерзнуть ноги. Назовите последовательность правильных действий:

		а) Уменьшить скорость передвижения б) Увеличить скорость передвижения в) Сняв лыжи, сделать небольшую пробежку г) Развести костер и обогреть ноги д) Выполнить энергичные махи руками и ногами е) Повести занимающихся в ближайшее теплое помещение 27. Назовите состав бригады судей на старте: а) Главный судья б) Стартер в) Хронометрист г) Помощник стартера д) Секретарь стартера 28. Назовите состав бригады судей на финише а) Главный секретарь б) Старший судья на финише в) Судья фиксатор финиша г) Судья фиксатор прихода д) Хронометрист е) Секретарь хронометриста ж) Комендант з) Начальник трасс 29. Какие мази применяются при передвижении коньковым стилем? а) мази держания б) мази скольжения в) мази ускорения 30. Название лыжных ходов (попеременные или одновременные) дают по работе... а) ног б) туловища в) рук одновременный двухшажный (равнинный вариант), одновременный одношажный.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по учебной дисциплине

ОЦ.14 Профессионально-спортивное совершенствование

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы

по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

- Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с:
- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01 Физическая культура,
код, наименование специальности/направления подготовки
утвержденный приказом № 968 Министерство просвещения РФ от 11.11.2022.
 - учебным планом специальности/направления подготовки 49.02.01 Физическая культура и протоколом ученого совета № ____ от 30.11.23
 - одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС ст. преподаватель Косулина В.В., ст. преподаватель Шамгуллина Г.Р.

степень, звание, фамилия, имя, отчество

IV. Паспорт комплекта фонда оценочных средств

2 Область применения

Комплект **фондов оценочных средств** (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу профессионального модуля «Избранный вид спорта с методикой тренировки и руководства соревновательной деятельностью спортсменов».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Педагог по физической культуре и спорту.

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения программы профессионального модуля в соответствии с ФГОС профессии/специальности 49.02.01 Педагог по физической культуре и спорту и рабочей программой дисциплины «Профессионально-спортивное совершенствование» :

умения: - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;

- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности;
- подбирать приемы и средства для устранения двигательных ошибок, создавать условия для самоанализа и совершенствования;
- использовать средства и методы спортивной подготовки для профессионально-спортивного совершенствования в ИВС (спортивной дисциплины);
- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму;

знания:

- основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели;
- требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта куровню физической подготовленности работников;
- методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами ИВС;
- правила соревнований в ИВС (спортивной дисциплины);
- средства и методы различных видов подготовки в ИВС для профессионально-спортивного совершенствования;
- иметь практический опыт: владения техникой основных двигательных действий ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;
- обеспечения безопасности при проведении занятий в ИВС;
- участия в соревнованиях по ИВС (спортивной дисциплине);

самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности. Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих **профессиональных и общих компетенций:**

ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

ПК 1.1. Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.

ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия

ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров в области физической культуры и спорта

ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 1.6. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 2.2. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы

ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

1 курс

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	макс:			20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 2.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:			20	
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:			40	
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:			10	
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:			50	

2 курс

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 3.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	макс:			20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 4.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

3 курс

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 5.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10

макс:				20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 6.	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
	ОК 8 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.5 ПК 2.3	Практическая работа Тестовые задания	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5 – 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				40
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ:				50

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3	Ответ на вопрос на зачете (тест)	– не аттестован – низкий – средний – высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций

Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован Низкий Средний Высокий	0 – 14 15 – 32 33 – 42 43 – 50
Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

1 курс

1 модуль 1 семестр

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3		1. Характеристика гимнастики как одного из средств и методов физического воспитания. Правильный ответ: Гимнастика - исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания людей. Происхождение «гимнастики» связывается с греческим словом «гимназо» - упражняю, тренирую. На современном этапе гимнастика сложилась как стройная система методов и средств, направленных на всестороннее физическое развитие людей. 2. Какие задачи решаются на занятиях гимнастикой. Правильный ответ: 1. Оздоровительные. К оздоровительным задачам относятся: гармоническое физическое развитие, укрепление здоровья, развитие физических качеств,

		развитие отдельных мышечных групп и всей мышечной системы, выработка правильной осанки, походки; повышение жизнедеятельности организма. 2. Образовательные. К образовательным задачам относятся знания, умения и навыки, получаемые занимающимися в процессе выполнения упражнений. 3. Воспитательные. К воспитательным задачам: формирование эстетических, волевых, нравственных качеств: коллективизма, дисциплинированности, смелости, решительности, целеустремленности, настойчивости, упорства, выдержки, ориентировки, инициативности. 3. Перечислите средства гимнастики. Правильный ответ: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения, прикладные упражнения, упражнения гимнастического многоборья, акробатические упражнения. 4. Перечислите спортивные виды гимнастики. Правильный ответ: Спортивная гимнастика, художественная гимнастика, спортивная акробатика спортивная аэробика. 5. Перечислите оздоровительные виды гимнастики. Правильный ответ: гигиеническая гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная минутка, лечебная гимнастика, ритмическая гимнастика, производственная гимнастика 6. Перечислите снаряды, предназначенные для занятий основной, спортивной и другими видами гимнастики. Не менее 10 наименований. Правильный ответ: бревно, брусья параллельные, брусья разновысокие, опорный прыжок, конь-махи, гимнастическая стенка, скамейка, перекладина, кольца, стоялки. 7. Дать определение гибкости. Правильный ответ: Гибкость — это способность выполнять движения с большой амплитудой. 8. Дать определение выносливости. Правильный ответ: Выносливость — это способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности. 9. Дать определение силы. Правильный ответ: Сила — это способность человека преодолевать внешнее сопротивление

		или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений). 10. Дать определение выносливости. Правильный ответ: Выносливость — это способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности. 11. Что такое перекат, перечислить его разновидности. Правильный ответ: перекат – это вращательное движение тела с последовательным касанием опоры частями тела без переворачивания через голову. Виды перекатов: перекат назад и вперед из упора присев, перекат назад согнувшись, перекат прогнувшись, перекат в сторону. 12. Что такое группировка. Перечислить ее разновидности. Правильный ответ: группировка – согнутое положение тела, в котором колени максимально подтянуты к плечам, кисти захватывают нижнюю треть голени, локти прижаты к телу, голова наклонена к коленям, спина округлена. Виды: сидя, в приседе, лежа на спине. 13. Дать определение кувырку, перечислить его разновидности. Правильный ответ: Кувырок – вращательное движение тела с последовательным касанием опоры частями тела и переворачиванием через голову. Виды: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок прыжком вперед и т.д. 14. Дать определение перевороту, перечислить его разновидности. Правильный ответ: Переворот – переворачивание гимнаста с промежуточной опорой руками с фазой полета или без фазы полета. Виды: вперед, назад, в стороны, с разбега, с места, с поворотом, без поворотов. 15. Дать определение шпагату. Правильный ответ: положение на полу с предельно разведенными ногами, выполняется поперек, продольно. 16. Дать определению вису. Правильный ответ: Вис — это положение занимающегося, когда точки хвата находятся выше центра тяжести тела. 17. Дать определению упору. Правильный ответ: Упор — это положение занимающегося, когда точки хвата находятся ниже центра тяжести тела.

		18. Техника и технология обучения лазанью по гимнастической стенке Правильный ответ: Техника выполнения. По гимнастической стенке, так же как и по гимнастическим скамейкам, выполняется лазанье вверх и вниз одноименным и разноименным способами, а также влево и вправо приставными шагами. При лазанье смотреть на место перехвата рук. Последовательность обучения. 1. Произвольное лазанье вверх и вниз. 2. Лазанье вверх, наступая на каждую рейку поочередно двумя ногами. 3. Имитация движений рук и ног на полу для лазанья одноименным способом. 4. Лазанье по стенке вверх и вниз одноименным способом. 5. Имитация движений рук на полу для лазанья разноименным способом. 6. Лазанье по стенке вверх и вниз разноименным способом до определенной высоты. 7. Лазанье влево и вправо. Упражнение выполняется приставными шагами с попеременной перестановкой в сторону одноименной ноги и руки. Сначала передвигаются стоя на нижней рейке по 2-3 пролетам, затем по всей длине стенки. После этого лазанье выполняется на большей высоте (до 5-6-й рейки). 19. Техника и технология обучения лазанью по канату на согнутых руках с захватом ногами скрестно. Правильный ответ: Техника выполнения. В висе на согнутых руках согнуть ноги вперед и захватить канат ногами скрестно так, чтобы наружная сторона стопы одной ноги и внутренняя сторона голени другой плотно прижимались к канату. Разгибая ноги, еще выше подтянуться на руках и, сохраняя захват каната ногами, поочередно перехватиться руками выше так, чтобы остаться в висе на согнутых руках. Далее действия повторяются. При опускании вниз все действия чередуются в обратном порядке. Последовательность обучения. 1. Вис на согнутых руках (5-6 с). 2. На гимнастической стенке поднимать согнутые ноги (5-6 раз). 3. Из вися на согнутых руках на гимнастической стенке, медленно разгибая руки, прийти в вис за 6-8 с. Повторить 2-3 раза.

		4. Из виса сидя ноги врозь на канате перейти в вис лежа и поочередным перехватом рук принять вис стоя. Повторить 2-3 раза. 5. Сидя на гимнастической скамейке, захватить ногами гимнастическую палку, имитируя захват каната. Для проверки прочности захвата следует предложить ученикам слегка потянуть руками палку вверх. То же, но со сгибанием ног. 6. Сидя на стуле, взяться за висящий канат руками над головой, захватить его ногами и попытаться, сжимая канат ногами, выпрямиться, сгибая руки, зафиксировав это положение, возвратиться в и. п. 7. То же, но разгибая ноги и одновременно сгибая руки, выполнить вис на согнутых руках. 8. Из виса стоя на согнутых руках захватить канат ногами и, разгибая ноги, перехватиться руками выше. После этого вернуться в и. п. Повторить 2-3 раза. 9. Лазанье по канату на высоту 1,5-2 м. 20. Техника и технология обучения подъема переворотом махом одной, толчком другой. Правильный ответ: <i>Техника выполнения.</i> Из виса стоя на согнутых руках энергичным махом одной ногой вверх-назад (через перекладину) и толчком другой согнуться в тазобедренных суставах и, подтягиваясь, перенести прямые ноги через перекладину. Затем, опираясь на нее бедрами и руками, разогнуть руки, отвести голову назад, выпрямиться и принять положение упора. <i>Последовательность обучения.</i> 1. Из виса на гимнастической стенке поднимание прямых ног повыше (2-3 раза). 2. Из виса стоя спиной к гимнастической стенке толчком одной и махом другой поднять ноги повыше; опуская ноги, вернуться в и. п. Повторить 3-4 раза. 3. Из виса стоя на согнутых руках махом одной, толчком другой подъем переворотом с помощью и самостоятельно в упор и соскок махом назад.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания

Контрольная работа	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3		1. В каком названии положения указано лишнее слово? а) Стойка ноги врозь, наклон вперед прогнувшись, руки в стороны б) Широкая стойка ноги врозь, наклон влево, руки на пояс в) Широкая стойка ноги врозь, поворот туловища направо, руки на пояс г) Стойка ноги врозь, наклон назад прогнувшись, руки в стороны 2. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Назовите средства, развивающие силу: 1) Упражнения на гимнастических снарядах; 2) Общеразвивающие упражнения с отягощениями; 3) Упражнения с предельным весом; 4) Специальные упражнения с отягощением, амортизаторами; 5) Общеразвивающие и специальные упражнения с отягощениями, выполняемые на предельной скорости; 6) Акробатические упражнения; 7) Многократные наклоны; 8) Фиксация отдельных положений (Упор, угол, горизонтальный вис) 3. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Что такое гибкость? 1) Способность совершать заданную работу длительное время; 2) Способность использовать потенциальную анатомическую подвижность одновременно в нескольких суставах; 3) Степень напряжения которую могут развить мышцы; 4) Способность занимающихся быстро производить мышечные сокращения.

		4. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Назовите средства, развивающие гибкость: 1) Упражнения с максимальной амплитудой с помощью дополнительных внешних усилий; 2) Упражнения, выполненные в условиях максимального расслабления мышц; 3) Фиксация отдельных положений (шпагат, наклон, мост) 5. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Что понимается под физическим качеством «ловкость»? 1) Способность совершать заданную работу длительное время; 2) Способность использовать потенциальную анатомическую подвижность одновременно в нескольких суставах; 3) Степень напряжения которую могут развить мышцы; 4) Способность занимающихся быстро производить мышечные сокращения; 5) Способность быстро ориентироваться в неожиданно складывающейся обстановке. 6. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. По каким признакам можно определить чрезмерность нагрузки на занимающегося и необходимость предоставления ему отдыха? 1) Учащенный пульс, учащенное дыхание, жалобы на усталость 2) Учащенное дыхание, обильное потоотделение 3) Значительное покраснение или, наоборот, побледнение кожи лица, одышка, обильное потоотделение, дрожание конечностей, нарушение координации движений, вынужденные позы с опорой, покачивание при походке, затруднительная речь 4) Покраснение кожи лица, учащенный пульс, учащенное дыхание, обильное потоотделение, просьба об утолении жажды. 7. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Назовите методы и средства, развивающие специальную выносливость: 1) Бег на средние и длинные дистанции; 2) Бег на короткие дистанции; 3) Увеличение объёма и интенсивности учебно-тренировочных занятий за счет количества выполненных элементов и сокращения интервалов отдыха между подходами. 4) Выполнение упражнений с предельным весом. 8. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Что понимается под физическим качеством «быстрота»? 1) Способность совершать заданную работу длительное время; 2) Способность использовать потенциальную анатомическую подвижность одновременно в нескольких суставах; 3 Степень напряжения которую могут развить мышцы; 4) Способность занимающихся быстро производить мышечные сокращения; 5) Способность быстро начать движение по заранее установленному сигналу; 6) Способность быстро ориентироваться в неожиданно складывающейся обстановке. 9. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа.

	Что понимается под физическим качеством «выносливость»? 1)Способность совершать заданную работу длительное время, не снижая её интенсивности; 2)Способность использовать потенциальную анатомическую подвижность одновременно в нескольких суставах; 3)Степень напряжения которую могут развить мышцы; 4)Способность занимающихся быстро производить мышечные сокращения; 5) Способность быстро начать движение по заранее установленному сигналу; 6) Способность быстро ориентироваться в неожиданно складывающейся обстановке. 10. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Назовите средства, развивающие ловкость: 1) Упражнения на гимнастических снарядах и соскоки с них; 2) Общеразвивающие упражнения с отягощениями; 3) Прыжки на батуте; 4) Специальные упражнения с отягощением, амортизаторами; 5) Прыжки со скакалкой; 6) Акробатические упражнения; 7) Многократные наклоны; 8) Фиксация отдельных положений (Упор, угол, горизонтальный вис) 11. Прочитайте текст и установите последовательность. В какой последовательности записываются несколько движений, выполняемых одновременно. Виды движений: 1) Движение руками 2) Изменение положения ног 3) Изменение положения туловища 4) Движение кистей рук 5)Изменение положения головы Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Правильный ответ: <table border="1"><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> 12. Прочитайте текст и установите последовательность: Документом, регламентирующим работу на уроке, является план-конспект. Он наиболее полно раскрывает содержание, методику и организацию занятия. В конспекте урока определяется продолжительность его частей, последовательность прохождения материала, его дозировка, необходимая для решения задач урока. Последовательность действий учителя при составлении плана-конспекта урока по гимнастике: 1) Подбор и сочетание упражнений, решающих задачи урока; 2) Определение задач урока, вытекающих из задач четверти или системы уроков;						2	3	1	4	5
2	3	1	4	5							

3) Выбор методических приемов обучения и организации учащихся. Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

Правильный ответ:

2	1	3

13. Прочитайте текст и установите последовательность:

При составлении комплексов ОРУ необходимо придерживаться определенной последовательности упражнений, учитывая методические рекомендации к их проведению.

1) упражнения общего воздействия. Простые, малоинтенсивные упражнения, но включающие в работу большие группы мышц всего тела. они стимулируют деятельность сердечно - сосудистой, дыхательной систем и обменные процессы;

2) упражнения силового характера всеми частями тела (рук, мышц, живота и спины);

3) упражнения для мышц рук, плечевого пояса, спины, брюшного пресса, ног. При этом должны включаться последовательно разные части тела;

4) упражнения на осанку (из о. с. типа потягиваний и др.);

5) ходьба на месте;

6) прыжки (многократные подскоки), бег на месте;

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

Правильный ответ:

4	1	3	2	6	5

14. Прочитайте текст и установите соответствие

В зависимости от задач урока, численности и подготовленности учащихся, наличия инвентаря и т. п. деятельность учащихся может быть организована различными способами. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

	Способ организации		Определение
А	Фронтальный	1	В каждом отделении учащиеся могут выполнять упражнения одновременно, либо друг за другом. Таким способом удобно проводить акробатические упражнения, лазанье, опорные прыжки, причем не только однотипные

					упражнения на одном снаряде, но и на различных снарядах, расположенных по кругу или квадрату.
		Б	Групповой	2	Все упражнения выполняются последовательно один за другим, как при преодолении полосы препятствий. Подобранные упражнения должны быть предварительно освоены.
		В	Поточный	3	При разучивании и повторении несложных упражнений все учащиеся выполняют упражнение одновременно. Наиболее эффективно этот способ может использоваться в проведении несложных акробатических и общеразвивающих упражнений, элементов танцев, вольных упражнений, отдельных подготовительных и подводящих упражнений, упражнений в равновесии, некоторых видов прикладных упражнений.
		Г	Игровой	4	Наиболее распространенным способом организации учащихся при выполнении упражнений на гимнастических снарядах является способ, когда класс делится на группы (отделения) и каждое отделение занимается на своем виде (снаряде). Через определенное время отделения меняются местами, чтобы в течение основной части урока все учащиеся могли пройти все виды. Желательно, чтобы в каждом отделении было не более 6-8 человек, отдельно

			мальчики и девочки.
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:			
А	Б	В	Г
Правильный ответ:			
А	Б	В	Г
3	4	1	2
15.Прочитайте текст и установите соответствие. Общеразвивающие упражнения- технически несложные упражнения, выполняемые преимущественно в отдельных суставных звеньях и направленные на всестороннюю физическую подготовку, расширение функциональных возможностей организма и воспитания правильной осанки. Правильная , краткая, доходчивая запись ОРУ имеет важное значение для их понимания. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:			
	Формы записи		Название формы
А	Представляет собой изображение в виде рисунков, поз и промежуточных положений занимающегося.	1	Обобщенная
Б	Перечисление упражнений с указанием типичных признаков группы упражнений.	2	Сокращенная
В	Применяется при составлении конспектов, для краткого изложения содержания упражнений.	3	Графическая
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:			
А	Б	В	
Правильный ответ:			
А	Б	В	
3	1	2	
16. Прочитайте текст и установите соответствие.			

Термин- краткое условное наименование какого- либо двигательного действия. Термины разделяют на основные и дополнительные. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

	Характеристика термина		Название термина
А	Уточняющие, указывающие направления движения, условия опоры и т.д.	1	Основные
Б	Конкретные термины, позволяющие полно определять смысловые признаки упражнений.	2	Дополнительные

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б
2	1

Правильный ответ:

А	Б
2	1

17.Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Дайте определение гигиенической гимнастике.

Правильный ответ:

Гигиеническая гимнастика относится к оздоровительным видам гимнастики. Используется для сохранения и укрепления здоровья, поддержания на высоком уровне физической и умственной работоспособности, трудовой и общественной активности, для отдыха после большого физического, умственного и эмоционального напряжения.

18. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Дайте определение понятию гимнастика.

Правильный ответ:

Гимнастика — одно из действенных и универсальных средств физического воспитания. Это система специфических упражнений и методических приемов, применяемых с целью физического воспитания, образования, спортивной подготовки, оздоровления, восстановления, лечения, приобретения жизненно необходимых навыков прикладного, производственного или оборонного значения.

19. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Гимнастические упражнения объединяются в группы упражнений, называемые средствами гимнастики. Группирование средств гимнастики облегчает подбор необходимых упражнений для решения тех или иных задач. Перечислите средства гимнастики:

Правильный ответ:

1. Строевые упражнения.

		2. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). 3. Прикладные упражнения. 4. Вольные упражнения. 5. Упражнения художественной гимнастики. 6. Акробатические упражнения. 7. Прыжки. 8. Упражнения на снарядах. 20. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Дайте определение общеразвивающим упражнениям. Правильный ответ: Общеразвивающими упражнениями (ОРУ) в гимнастике называются доступные занимающимся, несложные в техническом отношении элементарные движения телом и его частями, выполняемые с целью оздоровления, воспитания физических качеств, улучшения функционального состояния организма. 21. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Урок является основной формой организации занятий по гимнастике в школе. Урок должен содержать определенные общие задачи, выполнение которых обеспечивается всем процессом обучения, и складывается из последовательно решаемых конкретных задач: образовательных, оздоровительных и воспитательных. Уроки гимнастики в школе в зависимости от решаемых задач могут быть: Правильный ответ: - вводные (в начале прохождения раздела), на которых учитель ставит задачи учебной работы, сообщает требования к учащимся, раскрывает содержание программного материала, может проверить уровень физической подготовленности и качество выполнения основных упражнений за предыдущий класс; - уроки изучения нового материала; уроки повторения, направленные на закрепление и совершенствование ранее освоенных упражнений или комбинаций, они могут предшествовать контрольным; - комбинированные (смешанные) уроки, сочетающие изучение, повторение и совершенствование ранее освоенных упражнений (имеют наибольшее распространение в школе). - контрольные уроки проводятся либо после прохождения части раздела программного материала, либо в конце раздела гимнастики и направлены на выявление успеваемости и подготовленности учащихся. 22. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Различают формы занятий гимнастикой. Под формами занятий понимаются способы организации выполнения гимнастических упражнений. Умение применять различные формы занятий в связи с поставленными задачами, конкретной ситуацией, особенностями контингента критерий педагогического мастерства и организаторских способностей специалиста по физической культуре. Перечислите основные формы занятий гимнастикой: Правильный ответ: 1) Утренняя гимнастика — зарядка; 2) Физкультурная пауза; 3) Урок гимнастики; 4) Учебно-тренировочное занятие; 5) Соревнования по гимнастике; 6) Гимнастические праздники и выступления.

		23. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Перечислите средства, применяемые в подготовительной части урока: Правильный ответ: - строевые упражнения; - разновидности ходьбы и бега; - общеразвивающие упражнения; 24. Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ. Перечислите способы организации занимающихся на уроке. Правильный ответ: - Фронтальный способ; - Игровой способ; - Поточный способ; - Групповой способ.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован	50% и менее
	– низкий	51% – 65 %
	– средний	66 % – 84%
	– высокий	85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3		Практическая работа № 1. Составить 2 упражнения для рук и плечевого пояса, записать терминологически. Практическая работа № 2. Разработать карточку по обучению кувyrка вперед.

Правильный ответ:

Практическая работа 1.

Средства	Дозировка	ОМУ
I. И.П. - о.с. 1. - руки вперед; 2. - руки вверх; 3. - руки в стороны; 4. - и.п.	8 раз	Руки прямо Смотреть вперед

		Спина прямая
II. И.П. – стойка руки к плечам; 1. – руки в стороны; 2. – и.п.; 3. - руки вверх; 4. - и.п.	8 раз	Темп медленный Руки прямо Смотреть вперед Спина прямая

Правильный ответ:
Практическая работа 2.

Частные задачи	Содержание
1.Оценить готовность ученика выполнять кувырок вперед	-группировка в положении лежа на спине -из упора присев перекаат назад- перекаат вперед в группировке: -сгибание –разгибание рук в упоре лежа: -из положения лежа на спине-сед согнув ноги- И.П.
2.Создать логически –чувственный образ о кувырке вперед. (представление о технике выполнения кувырка вперед)	-мотивация на освоение кувырка вперед (базовое упражнение для освоения более сложных упражнений, связующее упражнение, выполнение кувырка как оценочный норматив и т.д.); -показ кувырка вперед (сам показываю для формирования зрительного образа кувырка вперед): -рассказ техники выполнения кувырка вперед (Из упора присев, руки поставить вперед на ладони и разгибая ноги перенести тяжесть тела на руки; сгибая их и наклоняя голову к груди, приблизить затылок к гимнастическому мату; чуть впереди рук, оттолкнувшись ногами, мягко перекаатиться по спине вперед, захватив плотную группировку., в конце переката придти в упор присев). -выделить условия и ООТ при выполнении кувырка вперед: (голова

	ставится на затылок, последовательное касание точек опоры, плотная группировка)
3.сформировать умение выполнять кувырок вперед	1.освоение кувырка вперед целостным методом используя облегченные условия: выполнение по наклонной плоскости с постепенным выравниванием поверхности для выполнения кувырка вперед. 2.освоение кувырка вперед целостным методом используя облегченные условия: выполнение кувырка из более удобного И.П. и в облегченном варианте; выполнение из И.П.—упор стоя ноги врозь согнувшись и приход в сед согнув ноги с постепенным переходом в упор присев. 3.освоение кувырка вперед используя метод по частям с последующим выполнением в целом: освоить постановку рук, постановку головы на затылок, перекат по спине с переходом в упор присев
4.закрепить кувырок вперед	Многократное выполнение кувырка вперед в стандартных условиях
5.совершенствовать технику выполнения кувырка вперед	1. Выполнение кувырка вперед с акцентом внимания на детали техники (плотная группировка, постановка голову на затылок, одновременная постановка рук и т.д.) или на основу техники (последовательное касание спиной точек опоры). Совершенствовать кувырок изменяя параметры движения (временные пространственные и т.д.)
6. совершенствовать вариативность, стабильность выполнения кувырка вперед	Выполнение кувырка вперед в различных условиях (с закрытыми глазами, на оценку, на скорость, в сочетании с другими элементами и т.д.) Осуществляется, стоя сбоку, в виде

7. страховка и помощь при выполнении кувырка вперед.	проводки, подталкивания, поддержки по ходу выполнения кувырка вперед

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

1 курс

2 модуль 2 семестр

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3		1. Характеристика гимнастики как одного из средств и методов физического воспитания. Правильный ответ: Гимнастика - исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания людей. Происхождение «гимнастики» связывается с греческим словом «гимназо» -упражняю, тренирую. На современном этапе гимнастика сложилась как стройная система методов и средств, направленных на всестороннее физическое развитие людей. 2. Какие задачи решаются на занятиях гимнастикой. Правильный ответ: 1. Оздоровительные. К

		оздоровительным задачам относятся: гармоническое физическое развитие, укрепление здоровья, развитие физических качеств, развитие отдельных мышечных групп и всей мышечной системы, выработка правильной осанки, походки; повышение жизнедеятельности организма. 2. Образовательные. К образовательным задачам относятся знания, умения и навыки, получаемые занимающимися в процессе выполнения упражнений. 3. Воспитательные. К воспитательным задачам: формирование эстетических, волевых, нравственных качеств: коллективизма, дисциплинированности, смелости, решительности, целеустремленности, настойчивости, упорства, выдержки, ориентировки, инициативности. 3. Перечислите средства гимнастики. Правильный ответ: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения, прикладные упражнения, упражнения гимнастического многоборья, акробатические упражнения. 20. Перечислить спортивные виды гимнастики. Правильный ответ: Спортивная гимнастика, художественная гимнастика, спортивная акробатика, спортивная аэробика. 21. Перечислить оздоровительные виды гимнастики. Правильный ответ: гигиеническая гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная минутка, лечебная гимнастика, ритмическая гимнастика, производственная гимнастика 22. Перечислить снаряды, предназначенные для занятий основной, спортивной и другими видами гимнастики. Не менее 10 наименований. Правильный ответ: бревно, брусья параллельные, брусья разновысокие, опорный прыжок, конь-махи, гимнастическая стенка, скамейка, перекладина, кольца, стоялки. 23. Дать определение гибкости. Правильный ответ: Гибкость — это способность выполнять движения с большой амплитудой. 24. Дать определение выносливости. Правильный ответ: Выносливость — это способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности. 25. Дать определение силы. Правильный ответ: Сила — это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений).

		26. Дать определение выносливости. Правильный ответ: Выносливость — это способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности. 27. Что такое перекат, перечислить его разновидности. Правильный ответ: перекат – это вращательное движение тела с последовательным касанием опоры частями тела без переворачивания через голову. Виды перекатов: перекат назад и вперед из упора присев, перекат назад согнувшись, перекат прогнувшись, перекат в сторону. 28. Что такое группировка. Перечислить ее разновидности. Правильный ответ: группировка – согнутое положение тела, в котором колени максимально подтянуты к плечам, кисти захватывают нижнюю треть голени, локти прижаты к телу, голова наклонена к коленям, спина округлена. Виды: сидя, в приседе, лежа на спине. 29. Дать определение кувырку, перечислить его разновидности. Правильный ответ: Кувырок – вращательное движение тела с последовательным касанием опоры частями тела и переворачиванием через голову. Виды: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок прыжком вперед и т.д. 30. Дать определение перевороту, перечислить его разновидности. Правильный ответ: Переворот – переворачивание гимнаста с промежуточной опорой руками с фазой полета или без фазы полета. Виды: вперёд, назад, в стороны, с разбега, с места, с поворотом, без поворотов. 31. Дать определение шпагату. Правильный ответ: положение на полу с предельно разведенными ногами, выполняется поперек, продольно. 32. Дать определению вису. Правильный ответ: Вис — это положение занимающегося, когда точки хвата находятся выше центра тяжести тела. 33. Дать определению упору. Правильный ответ: Упор — это положение занимающегося, когда точки хвата находятся ниже центра тяжести тела. 34. Техника и технология обучения лазанью по гимнастической стенке Правильный ответ: Техника выполнения. По гимнастической стенке, так же как и по гимнастическим скамейкам, выполняется лазанье вверх и вниз одноименным и

		разноименным способами, а также влево и вправо приставными шагами. При лазанье смотреть на место перехвата рук. Последовательность обучения. 1. Произвольное лазанье вверх и вниз. 2. Лазанье вверх, наступая на каждую рейку поочередно двумя ногами. 3. Имитация движений рук и ног на полу для лазанья одноименным способом. 4. Лазанье по стенке вверх и вниз одноименным способом. 5. Имитация движений рук на полу для лазанья разноименным способом. 6. Лазанье по стенке вверх и вниз разноименным способом до определенной высоты. 7. Лазанье влево и вправо. Упражнение выполняется приставными шагами с попеременной перестановкой в сторону одноименной ноги и руки. Сначала передвигаются стоя на нижней рейке по 2-3 пролетам, затем по всей длине стенки. После этого лазанье выполняется на большей высоте (до 5-6-й рейки). 35. Техника и технология обучения лазанью по канату на согнутых руках с захватом ногами скрестно. Правильный ответ: Техника выполнения. В висе на согнутых руках согнуть ноги вперед и захватить канат ногами скрестно так, чтобы наружная сторона стопы одной ноги и внутренняя сторона голени другой плотно прижимались к канату. Разгибая ноги, еще выше подтянуться на руках и, сохраняя захват каната ногами, поочередно перехватиться руками выше так, чтобы остаться в висе на согнутых руках. Далее действия повторяются. При опускании вниз все действия чередуются в обратном порядке. Последовательность обучения. 1. Вис на согнутых руках (5-6 с). 2. На гимнастической стенке поднимать согнутые ноги (5-6 раз). 3. Из виса на согнутых руках на гимнастической стенке, медленно разгибая руки, прийти в вис за 6-8 с. Повторить 2-3 раза. 4. Из виса сидя ноги врозь на канате перейти в вис лежа и поочередным перехватом рук принять вис стоя. Повторить 2-3 раза. 5. Сидя на гимнастической скамейке, захватить ногами гимнастическую палку, имитируя захват каната. Для проверки прочности захвата следует предложить ученикам слегка потянуть руками палку кверху. То же, но со сгибанием ног. 6. Сидя на стуле, взяться за висящий канат руками

		над головой, захватить его ногами и попытаться, сжимая канат ногами, выпрямиться, сгибая руки, зафиксировав это положение, возвратиться в и. п. 7. То же, но разгибая ноги и одновременно сгибая руки, выполнить вис на согнутых руках. 8. Из виса стоя на согнутых руках захватить канат ногами и, разгибая ноги, перехватиться руками выше. После этого вернуться в и. п. Повторить 2-3 раза. 9. Лазанье по канату на высоту 1,5-2 м. 20. Техника и технология обучения подъема переворотом махом одной, толчком другой. Правильный ответ: <i>Техника выполнения.</i> Из виса стоя на согнутых руках энергичным махом одной ногой вверх-назад (через перекладину) и толчком другой согнуться в тазобедренных суставах и, подтягиваясь, перенести прямые ноги через перекладину. Затем, опираясь на нее бедрами и руками, разогнуть руки, отвести голову назад, выпрямиться и принять положение упора. <i>Последовательность обучения.</i> 1. Из виса на гимнастической стенке поднимание прямых ног повыше (2-3 раза). 2. Из виса стоя спиной к гимнастической стенке толчком одной и махом другой поднять ноги повыше; опуская ноги, вернуться в и. п. Повторить 3-4 раза. 3. Из виса стоя на согнутых руках махом одной, толчком другой подъем переворотом с помощью и самостоятельно в упор и соскок махом назад.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

3 курс 3,4 семестр

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3		1. Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений 2. Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания 3. Возникновение и развитие легкой атлетики 4. Достижения российских легкоатлетов на Олимпийских играх 5. Характеристика основных принципов, применяемых в процессе обучения легкоатлетическим видам 6. Характеристика основных методов обучения двигательным действиям 7. Характеристика специально-подводящих и специально-развивающих упражнений 8. Основы техники ходьбы и бега 9. Основы техники легкоатлетических прыжков 10. Основы техники метаний 11. Основы техники спортивной ходьбы 12. Анализ техники бега на средние дистанции 13. Анализ техники бега на 100 м. 14. Особенности бега на 200 м. 15. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» 16. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» 17. Анализ техники метания малого мяча 18. Анализ техники толкания ядра «со скачка» 19. Особенности выполнения «обгона снаряда» в толкании ядра и метании малого мяча 20. Анализ техники метания малого мяча в цель 21. Сравнительный анализ техники спортивной ходьбы и бега 22. Сравнительный анализ техники бега по прямой и по виражу в беге на средние дистанции 23. Сравнительный анализ выполнения «высокого» и «низкого» старта 24. Сравнительный анализ техники бега на короткие и средние дистанции 25. Анализ техники низкого старта и стартового разбега в беге на 100 и 200 м. 26. Сравнительный анализ техники бега по прямой и по виражу в беге на короткие

		дистанции 27. Сравнительный анализ прыжка в длину и в высоту 28. Сравнительный анализ техники разбега и отталкивания в прыжках в длину и в высоту 29. Эволюция техники прыжков в высоту 30. Сравнительный анализ техники предварительного разгона снаряда в толкании ядра способом «со скачка» и метания малого мяча с разбега

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Контрольная работа	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3		1. Определение техники легкоатлетического упражнения: а) способ выполнения упражнения; б) наиболее рациональный и эффективный способ выполнения спортивного упражнения; в) техника направленная на достижение высоких результатов. 2. Основная форма занятий легкой атлетикой: а) урок; б) любые занятия физическими упражнениями;

		в) процесс направленный на приобретение знаний по физическому воспитанию. 3. Характерные признаки урока легкой атлетики: а) подготовительная, основная, заключительная часть; б) процесс, направленный на решение образовательных, воспитательных, оздоровительно-рекреативных, и профессионально прикладных задач; в) время не ограничено, средства только легкоатлетические упражнения. 4. Структура урока легкой атлетики: а) подготовительная, основная, заключительная; б) введение, основное содержание, заключительный; в) предварительная разминка, основная разминка, решение задач, подведение итогов. 5. Основные принципы обучения, применяемые на уроках легкой атлетики: а) научность, сознательность и активность, доступность, наглядность, внимательность, сообразительность, морально-устойчивость; б) научность, сознательность и активность, доступность, наглядность, системность, последовательность, постепенность, индивидуализация; в) сознательность и активность, волнообразность, постепенность повышения нагрузки, интегративность, гуманность, обязательность. 6. Этапы обучения легкоатлетическим упражнениям: а) начальное разучивания, углубленное разучивание, закрепление и дальнейшее совершенствование; б) ознакомление, тренировка, соревнование; в) ознакомление, повторение, закрепление. 7. Задачи подготовительной части урока: а) организация группы, повышение эмоционального тонуса, усиление обмена веществ, подготовка организма к основной части занятия; б) сообщение задач урока, строевые упражнения, ходьба, бег; в) выполнение специальных беговых упражнений. 8. Задачи основной части урока:

		а) подготовка функционального состояния организма; б) обучение технике изучаемых видов легкой атлетики, развитие физических качеств и формирование двигательных умений и навыков; в) подготовка к сдаче норматива. 9. Задачи заключительной части урока легкой атлетики а) проведение различных игр; б) подведение итогов занятия; в) способствовать снижению деятельности организма, обеспечить переход к иной деятельности. 10. Методы организации деятельности на уроке легкой атлетики: а) общие методы организации занимающихся; б) фронтальный, групповой, индивидуальный, круговой; в) общий, раздельный. 11. Как определяется физическая нагрузка на уроках легкой атлетики: а) по внутреннему ощущению занимающихся; б) по показателям ЧСС и по внешним признакам; в) по продолжительности занятия. 12. Виды интенсивности нагрузки на занятиях по легкой атлетике: а) низкая, средняя, большая, высокая, максимальная; б) по показателям ЧСС; в) умеренная, средняя, субмаксимальная. 13. Сила и силовые способности определяются: а) способностью человека преодолевать внешние сопротивления или противостоять ему за счет мышечных усилий. б) Комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности в основе которой лежит понятие «сила»; в) проявления напряжения при двигательных действиях. 14. Виды силовых способностей человека: а) мышечные способности; б) личностно-психические способности в) собственно-силовые, скоростно- силовые. 15. Виды мышечной силы человека: а) абсолютная и относительная сила; б) мышечная сила; в) психологическая и физиологическая сила. 16. Развитие силовых способностей: а) с помощью всех упражнений;

		б) упражнениями с внешним сопротивлением, с преодолением веса собственного тела и изометрическими упражнениями; в) прыжковые упражнения. 17. Методы развития силовых способностей: а) максимальные усилия, повторные не предельные усилия, изометрические усилия, изокинетические усилия, динамические усилия, «ударный» метод; б) метод «до отказа»; в) метод сопротивления. 18. Контрольные упражнения для определения уровня силовых и скоростно- силовых способностей: а) только с помощью измерительных приборов; б) отжимание и подтягивание, прыжок в длину с места; в) прыжок со скакалкой. 19. Определение скоростных способностей: а) комплекс функциональных свойств человека, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальной для данных условий отрезок времени; б) быстро ускоряться; в) максимальные скоростные возможности. 20. «Скрестный шаг» в метании гранаты выполняется с целью: а) обогнать таз; б) отведение гранаты; в) остановки гранаты.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	– не аттестован – низкий – средний – высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы

ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3		Практическая работа № 1. Составить 2 упражнения для старта с колодок. Практическая работа № 2. Составить план-конспект тренировочного процесса по легкой атлетике Практическая работа №3. Составить дневник тренировок 2-3 микроциклов. Практическая работа №4. Написать реферат

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3		1. Основы техники спортивной ходьбы. 2. Основы техники бега. 3. Основы техники прыжков. 4. Основы техники метаний. 5. Техника бега на короткие дистанции, правила старта и финиша в беге. 6. Техника бега на средние и длинные дистанции, правила соревнований по бегу.

		7. Техника барьерного бега (110 м и 100 м с/б) и правила соревнований по барьерному бегу. 8. Техника эстафетного бега (4 x100 м) и правила соревнований в эстафетном беге. 9. Техника прыжков в высоту с разбега и правила соревнований по прыжкам в высоту. 10. Техника прыжков длину с разбега и правила соревнований по прыжкам в длину. 11. Техника метания гранаты и правила соревнований по метанию гранаты. 12. Техника метания малого мяча с разбега и правила соревнований по метанию малого мяча. 13. Техника прыжков в длину и тройным с места и правила соревнований по прыжкам с места. 14. Техника тройного прыжка с разбега и правила соревнований по тройному прыжку. 15. Факторы, влияющие на дальность полета снаряда в метаниях. 16. Характеристика фаз в прыжках. 17. Характеристика фазы отталкивания в ходьбе, беге и прыжках. 18. Сходства и различия между техникой ходьбы и бега. 19. Техника и правила соревнований в спортивной ходьбе. 20. Техника метания диска и правила соревнований по метанию диска. 21. Техника толкания ядра и правила соревнований по толканию ядра. 22. Техника метания копья и правила соревнований по метанию копья

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Семестр 5,6

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3	Знает: - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств подвижных игр; - терминологию и классификацию в играх;	1. Подвижная игра – сознательная деятельность человека, характеризующаяся активными...? а) физическими упражнениями б) двигательными действиями в) подвижными действиями г) игровыми действиями 2. В классификации подвижных игр не существует деления по...? а) степени сложности б) возрасту в) виду движения г) роли играющих д) форме занятия 3. В конце основной части урока проводятся игры на воспитание...? а) гибкости б) ловкости в) быстроты г) силы 4. Какого характера игры не проводятся в подготовительной части урока...? а) на внимание б) малой подвижности для организации внимания в) на скорость г) с ОРУ 5. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке... а) название, ход игры, цель, правила б) название, правила, цель, ход игры в) название, роли, цель, правила

		в) название, цель, ход игры, роли, правила 6. Где находится учитель при объяснении игры, если учащиеся построены в круг...? а) в центре круга б) за пределами круга в) между играющими чуть впереди г) между играющими 7. Выбор игры зависит от... а) возраст б) вес в) рост г) спортивный разряд 8. В начале основной части урока не проводятся игры на воспитание...? а) быстроты б) гибкости в) силы г) выносливости
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2 ПК 2.3	Знает: - историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - средства подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности.	9. Подвижные игры характеризуются...? а) специально оборудованной площадкой б) строгой специализацией игроков в) возможностью изменения правил г) присвоением спортивных разрядов 10. Спортивные игры отличаются от подвижных игр а) наличием сюжета...? б) строго регламентированным судейством в) возможностью изменения правил г) возможностью участия всех желающих 11. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...? а) профилактики гиподинамии и закаливания б) развитии физических качеств и

		в) участии в соревнованиях г) освоении техники движений 12. Воспитательное значение подвижных игр заключается в....? а) закаливании б) развитии физических качеств и формировании организаторских качеств в) изучении народных игр г) освоении «школы движений» 13. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...? а) профилактики гиподинамии и закаливании б) развитии физических качеств и в) участии в соревнованиях г) освоении техники движений 14. Каким из способов не выбирают капитана...? а) по назначению учителя б) по расчету в) по выбору играющих г) по жребию 15. Выберите верное методическое замечание к игре «Перетягивание в парах»? а) чаще менять водящих б) заранее выучить речитатив в) строго соблюдать правила г) подобрать равных по силе соперников 16. Какому возрасту соответствует игра «Пустое место» ? а) 1-4 б) 5-6 в) 7-8 г) 9-11 17. Какие движения преимущественно входят в игру «Волк во рву» ? а) прыжки в высоту б) бег с изменением направления

		в) прыжки в длину г) метания на точность 18. В каком виде спорта используется игра «Квадрат»? а) волейбол б) баскетбол в) футбол г) гандбол 19. Какой форме организации занятия соответствует игра «Два стула и веревочка»? а) перемена б) урок в) прогулка г) соревнование 20. Результаты соревнований по подвижным играм объявляются? а) по окончанию соревнований б) во время игр в) после каждого конкурса 21. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке? а) название, ход игры, цель, правила б) название, правила, цель, ход игры в) название, роли, цель, правила г) название, цель, ход игры, роли, правила 22. Каким из способов не выбирают капитана? а) по назначению учителя б) по расчету в) по выбору играющих г) по жребию
ОК 3 ПК 1.1 ПК 1.3 ПК 1.4 ПК 1.5 ПК 1.6 ПК 2.2	Знает: - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными играми.	23. К способам регулирования нагрузки в подвижных играх не относятся? а) изменение последовательности препятствий б) изменение длины дистанции в) изменение количества команд г) изменения сложности задания 24. Укажите правильную последовательность в методике организации и проведения подвижных игр

ПК 2.3		на уроке? а) выбор игры; обеспечение инвентарем; разделение на команды и выбор водящих; определение задач; судейство; подведение итогов; окончание игры б) выбор игры; подготовка места для игры и инвентаря; разделение на команды и размещение игроков; объяснение игры; судейство; окончание игры; подведение итогов в) выбор игры; подготовка места для игры; разделение на команды; обеспечение инвентарем; объяснение игры; судейство; подведение итогов; окончание игры г) выбор игры; разделение на команды и размещение игроков; определение задач; объяснение игры; обеспечение инвентарем; судейство; окончание игры 25. Психолого-физиологической характеристике младшего школьного возраста соответствует? а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам б) быстро развивается утомление, быстро происходит восстановление в) начало полового созревания г) удлинение конечностей, нарушение координации 26. Психолого-физиологической характеристике среднего школьного возраста соответствует? а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам б) быстро развивается утомление, образное мышление в) начало полового созревания, интерес к сверстникам 27. Мышление у детей младшего школьного возраста? а) образное б) аналитическое в) последовательное 28. Наиболее рекомендуемыми для использования в младших классах являются игры? а) командные, контактные б) коллективные без водящих в) смешанные г) командные, неконтактные 29. Наиболее рекомендуемыми для использования в средних классах являются игры? а) командные, контактные б) коллективные без водящих в) коллективные с водящим г) командные, неконтактные 30. Наиболее рекомендуемыми для использования в старших классах являются игры?

		а) полуспортивные б) коллективные без водящих в) смешанные г) командные, неконтактные 31. Назовите возрастной период школьников соответствующий усиленному росту организма? а) 7-10 лет б) 10-11 лет в) 12-15 лет г) 16-17 лет 32. Укажите возрастной период школьников, в котором используются сюжетно-ролевые игры? а) 7-9 лет б) 10-11 лет в) 12-13 лет г) 14-15 лет 33. С какого возрастного периода школьников, рекомендуется организовывать и проводить подвижные игры отдельно для мальчиков и девочек? а) с 7-10 лет б) с 10-11 лет в) с 14-15 лет г) с 11-12 лет 34. Наиболее благоприятным периодом для развития выносливости является возраст? а) 15-17 лет б) 13-14 лет в) 10-11 лет г) 12-13 лет

Итоговая аттестация

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	Знает: - содержание и правила оформления конспекта урока с использованием средств подвижных игр; - терминологию и классификацию в подвижных играх;	1. Понятие об игровой деятельности. Определение подвижной игры как вида деятельности. Правильный ответ: Подвижная игра — это сознательная, активная деятельность, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. 2. Теории происхождения и развития игры. История происхождения и распространения подвижных игр. Правильный ответ: Истоки подвижных игр уходят корнями в глубокую древность. Игры, построенные на двигательных действиях, использовались в воспитании детей в родовом обществе с целью подготовки их к охоте и труду.

		Охотничья и трудовая деятельность людей требовали от них силы, ловкости и выносливости. Широко применялись игры с такими движениями, как метание, борьба, игры в палки, мяч, игры с бегом и прыжками. Несмотря на многие похожие движения, игры разных народов отличались, поскольку они отражали особенности образа и условий жизни каждого народа. 3. Специфические особенности подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных. Правильный ответ: Спортивные игры, в отличие от подвижных, проводятся по строгим правилам. В них определено количество игроков, их экипировка, место проведения и критерии определения победителя. Для занятия спортивными играми необходима хорошая физическая подготовка, более высокий уровень владения приёмами конкретной игры и знание правил игры. Также отличительным признаком спортивных игр является судейство — контроль за ходом состязания, соблюдением правил и определение победителя. 4. Оздоровительное значение подвижных игр. Правильный ответ: Оздоровительное значение подвижных игр заключается в следующем: Благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата и мышечной системы. Также игры положительно влияют на дыхательную, сердечно-сосудистую и нервную системы. Формирование правильной осанки. Повышение функциональной деятельности организма. Активизируется обмен веществ, а мышечные нагрузки стимулируют работу желёз внутренней секреции. Тренировка нервной системы. Активная двигательная деятельность совершенствует и уравнивает процессы возбуждения и торможения. 5. Образовательное значение подвижных игр. Правильный ответ: Образовательное значение подвижных игр заключается в следующем: Формирование интеллектуального

		потенциала. Игры развивают способность анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Развитие способностей к действиям в повседневной практической деятельности, в спорте и туризме. Правила и двигательные действия подвижных игр создают верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Получение новых системных знаний о подвижных играх как средстве и методе физического воспитания, самосовершенствования, о возможностях своих телесно-двигательных проявлений в игре, самопознании. Закрепление некоторых общеобразовательных знаний. Например, в играх с элементами ориентирования на местности и применением навыков походной жизни можно закреплять знания из области математики, географии, естествознания. Развитие организаторских навыков. В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи и так далее), что развивает у них организаторские навыки. 6. Воспитательное значение подвижных игр. Правильный ответ: Воспитательное значение подвижных игр заключается в следующем: Нравственное воспитание. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры регулируют поведение участников и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Воспитание волевых качеств. Необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует развитию выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. Развитие самостоятельности. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать всё новые и новые пути решения возникающих задач. Развитие интеллекта. Многие игры предполагают не только физическое воспитание, но и требуют усиленной умственной работы, быстрого принятия решения. Совершенствование эстетического восприятия мира. Дети познают красоту движений, их образность, у

		них развивается чувство ритма. Подготовка к труду. Дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определённой последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. 7. Типология и классификация подвижных игр в педагогической практике. Правильный ответ: Типология В педагогической практике, социальной жизни и быту существуют две основные формы организации подвижных игр: урочная и внеурочная. Урочная форма проведения подвижных игр предусматривает непосредственную руководящую роль учителя, регулярность занятий с неизменным составом участников, регламентированные содержание и объем игрового материала и его взаимосвязь с организацией, содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса, в который включается данная игра. Классификация Подвижные игры. РАСПРЕДЕЛЯЮТСЯ: 1 По степени сложности содержания: от простых к сложным. 2 По возрасту детей для учета возрастных особенностей. 3 По видам движений, преимущественно входящим в игры (игры с бегом, с прыжками, с метанием, бросками и ловлей, с передвижением на лыжах и коньках и т.п.). 4 По физическим качествам, преимущественно проявляемым в игре, либо в сочетании. 5 Игры, подготовительные к отдельным видам спорта.

ОК 8. ОК. 9. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 2.3.	Знает: -- историю и современное состояние подвижных игр, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; -средства подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;	8. Подвижные игры для учащихся 1-4 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Характеристика подвижных игр для учащихся 1–4 классов: Игры должны быть простыми с малым количеством правил, так как двигательный опыт у детей ещё не велик. Желательно предлагать короткие по времени игры, в которых большая подвижность чередуется с кратковременными передышками. В основной части урока для развития быстроты и ловкости лучше проводить игры-перебежки (например, «Два Мороза», «Волки во рву», «Гуси-лебеди»). Игры с ритмичной ходьбой и дополнительными гимнастическими движениями, требующие от играющих организованности, внимания, согласованности движений, лучше включать в подготовительную и заключительную части урока. 9. Подвижные игры для учащихся 5-6 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Подвижные игры для учащихся 5–6 классов характеризуются разнообразием движений. В них возможно сочетание нескольких видов движений, например, метание во время бега, перебрасывание и ловля мяча с прыжками и дополнительными движениями туловища, бег с прыжками через препятствия, эстафеты с несложными препятствиями. В некоторые игры вводятся элементы баскетбола, волейбола, футбола. Особенности организации и методики проведения подвижных игр для учащихся 5–6 классов: Целенаправленное применение. Подвижные игры используют с учётом задач урока и во взаимосвязи с изучаемым учебным материалом. Преемственность и взаимосвязь с другими упражнениями. Например, на одном уроке нежелательно совмещать изучение нового материала по гимнастике или лёгкой атлетике с разучиванием новой игры. Оптимальные нагрузки. Недопустимо доводить участников игры до переутомления. Развитие самостоятельности детей. Им

		можно предоставлять право самим выбирать водящих, распределяться по командам, устанавливать план действий в игре. 10.Подвижные игры для учащихся 7-9 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Характеристика подвижных игр для учащихся 7–9 классов: В основном проводятся командные игры. Сюжетность отпадает, основное место занимает моторное содержание и организационная структура игры. Широко используются игры, подготовительные к спортивным. Подростки любят тренировать в играх отдельные навыки, необходимые для спорта. Им нравятся игры с мячом, подготовительные к баскетболу, волейболу, футболу, хоккею и другим видам спорта. Можно проводить эстафеты с преодолением полосы препятствий, с борьбой, метанием, прыжками, лазаньем и перелезанием, с элементами футбола, баскетбола, волейбола. 11.Подвижные игры для учащихся 10-11 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения. Правильный ответ: Подвижные игры для учащихся 10–11 классов направлены на развитие физических качеств, таких как сила, скорость, координация движений и выносливость. Особенности организации:Планирование. Подвижные игры планируются на весь учебный год с учётом сезона и задач, поставленных в каждой учебной четверти. В начале первой четверти закрепляется игровой материал предыдущего учебного года, в конце первой, во второй и третьей учебной четверти разучиваются новые игры, а в четвёртой они закрепляются и усложняются. Подготовка места и инвентаря. Для проведения игр на свежем воздухе подбирается ровная площадка с травяным покрытием. В помещении нужно предусмотреть, чтобы не было посторонних предметов. Инвентарь для игр должен быть ярким и красочным, а его размер и масса — посильными для участников. Размещение игроков и место руководителя. Прежде чем начать объяснение игры, участников размещают таким образом, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его

		рассказ. 12. Критерии выбора подвижной игры. Подготовка руководителя к игре. Правильный ответ: Общие задачи урока. При их постановке основными критериями являются возрастные особенности детей, их развитие, физическая подготовленность, количество занимающихся. Форма занятий. Урок, перемена, праздник, прогулка — в разных условиях задачи и содержание игр могут быть иными. Место проведения. В небольшом узком зале или коридоре проводятся игры с линейным построением, в которых участвуют по очереди. В большом спортивном зале или на площадке хорошо проводить игры с бегом врассыпную, с метанием больших и малых мячей, с элементами спортивных игр. Состояние погоды. Если температура воздуха низкая, выбирается игра с активными действиями участников. В жаркую погоду лучше использовать малоподвижные игры, в которых участники выполняют игровое задание поочерёдно. Наличие пособий и инвентаря. Из-за отсутствия соответствующего инвентаря или при неудачной его замене игра может не состояться. Любимые игры детей. Можно опросить детей, чтобы узнать, в какие игры они любят играть, и какие из них самые любимые. 13. Подготовка места для проведения подвижных игр, разметка площадки. Правильный ответ: Для игр на воздухе нужно подобрать ровную зелёную площадку прямоугольной формы, не менее 8 м в ширину и 12 м в длину. На расстоянии 2 м от поля можно поставить несколько скамеек. Линии разметки проводят лицевыми (короткими) и боковыми линиями, а также поперечной чертой, делящей площадку пополам. По углам площадки можно поставить флажки, сделав в грунте выемки. Линии границ намечают не ближе 3 м от забора, стены или других предметов во избежание травм. Для зимних игр площадку надо очистить от снега, утрамбовать, а по краям соорудить снежный вал. Для

		проведения некоторых игр её посыпают песком. Перед началом игры в помещении руководитель должен проследить, чтобы в зале не было посторонних предметов, мешающих движениям играющих. Разметка площадки в случае, если это требует много времени, делается заранее, до начала игры. Простую разметку можно сделать одновременно с объяснением правил игры или до её начала, а рассказ сопровождать показом отмеченных границ. Если игра проводится часто, можно сделать постоянную разметку. Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры. 15. Требования к рассказу и порядок объяснения подвижной игры. Правильный ответ: Требования к рассказу о подвижной игре: Рассказ должен быть кратким. Затянутое объяснение может помешать восприятию игры. Исключение составляют игры в младших классах, которые можно объяснить в сказочной, увлекательной форме. Рассказ должен быть логичным и последовательным. Рекомендуется придерживаться следующего плана изложения: название игры (можно сказать, с какой целью игра проводится); роли играющих и их расположение на площадке; содержание игры; цель игры; правила игры. 16. Способы выбора водящего и их характеристика. Правильный ответ: По назначению руководителя. Руководитель назначает водящего, учитывая его роль в игре. Преимущество этого способа — быстрый выбор наиболее подходящего водящего, но при таком подходе подавляется инициатива играющих. Выбор по жребию. Играющие становятся в круг. Произнося каждое слово считалки, они указывают по очереди на игроков. Тот, на кого придётся последнее слово считалки, становится водящим или выбывает из круга. В последнем случае считают до тех пор, пока не останется один участник, который и станет водящим. «Тянуться на палке». Участник берёт палку снизу, за ним берётся рукой второй игрок, затем третий и т. д.. Водящим становится тот, кто возьмёт палку за конец и удержит её или покроет палку

		сверху ладонью. Выбор играющих. Этот способ позволяет выявить коллективное желание детей, которые обычно выбирают наиболее достойных водящих. Однако в игре с малоорганизованными детьми этот способ применить трудно, так как водящего часто выбирают не по заслугам, а под нажимом более сильных, настойчивых детей. Назначение по результатам предыдущих игр. Водящим становится игрок, оказавшийся в предыдущей игре наиболее ловким, быстрым, пойман последним и т. п. Об этом надо сообщить участникам заранее, чтобы они стремились проявлять в игре необходимые качества. 17.Способы распределения игроков на команды и их характеристика. Правильный ответ: Случайное разделение. Простой и быстрый способ, не требует предварительной подготовки. Однако может привести к тому, что в одной команде окажутся люди с разными уровнями навыков и опыта. Методы случайного разделения: Жеребьёвка. Для распределения участников по командам используют карточки, жребии или любые другие случайные элементы. Например, разноцветные шарики или бумажки с номерами. Счёт по порядку. Участники считают по порядку, и каждый n-й человек попадает в одну команду. Этот метод удобен, если есть ограниченное время на разделение. Цветные карточки. Участникам раздают карточки разных цветов, и те, у кого одинаковый цвет, образуют команду. Это добавляет элемент игры и делает процесс более увлекательным 18. Руководство процессом игры, судейство. Правильный ответ: Начало игры. Она должна начинаться организованно и своевременно, по условному сигналу (команде, свистку, хлопку в ладоши, взмаху рукой или флажком). Руководитель заранее предупреждает о выбранном сигнале и даёт его только после того, как убедится в том, что все игроки поняли содержание игры и заняли свои места. Следить за ходом игры. Руководитель внимательно следит за игрой, за поведением играющих, делает поправки и замечания, не останавливая общего хода игры. Если большинство играющих

		допускают одинаковую ошибку, он может приостановить игру и сделать указания, как правильно выполнять приёмы игры. Судейство: Судья должен найти удобное для судейства место, чтобы видеть всех играющих, не мешать им. Заметив нарушение правил, судья подаёт сигнал. Замечания и разъяснения, касающиеся судейства, надо делать по окончании игры. 19. Дозировка физической нагрузки в процессе игры. Правильный ответ: Уменьшение или увеличение поля игры и продолжительности по времени. Изменение основных характеристик игры (игры с интенсивным передвижением, с меньшим напряжением, с медленным передвижением). Незначительное изменение некоторых правил в сторону увеличения или уменьшения нагрузки. Введение в игру новых этапов, препятствий или устранение некоторых из них. Остановки для отдыха или для указания ошибок. Перераспределение обязанностей водящих. Смена мест команд на площадке. Кратковременные паузы для совещания капитанов или водящих. При дозировке нагрузки важно учитывать физиологические особенности организма занимающихся. Также необходимо учитывать характер предшествующей деятельности и настроение участников. 20. Подведение итогов игры и ее обсуждение. Правильный ответ: Подведение итогов игры должно быть оптимистичным, коротким и конкретным. При подведении итогов игры в старшей и подготовительной группах педагог анализирует, как детям удалось достичь успеха. Оценивая игру, педагог отмечает положительные качества детей, называя тех, кто удачно исполнил свои роли, проявил смекалку, выдержку, взаимопомощь, творчество, а затем тщательно анализирует причины нарушения правил игры. К обсуждению итогов привлекаются дети. Это приучает их к анализу своих поступков. Подведение итогов игры должно проходить в интересной и занимательной форме, чтобы вызвать желание в следующий раз добиться ещё лучших результатов. 21. Оздоровительные задачи подвижных игр

		в спорте. Правильный ответ: Благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата и мышечной системы. Особенно полезны игры, вовлекающие в динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела, а также увеличивающие подвижность в суставах. Активацию всех видов обмена веществ (углеводного, белкового, жирового и минерального). Мышечные нагрузки стимулируют работу желёз внутренней секреции. Положительное влияние на нервную систему. Для этого необходимо оптимально дозировать нагрузку на память и внимание участников, строить игру так, чтобы она вызывала положительные эмоции. Закаливание и усиление притока кислорода в организм. Особенно ценно круглогодичное проведение подвижных игр на свежем воздухе. Активный отдых после длительной умственной деятельности. Поэтому игры уместны на школьных переменах, по окончании уроков в группах продлённого дня или дома, после прихода из школы. Восстановление здоровья. Подвижные игры применяются в специальных лечебных целях при восстановлении здоровья больных детей, поскольку функциональный и эмоциональный подъём, возникающий в процессе игры, оказывает на них оздоравливающее воздействие. 22. Образовательные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Развитие умений анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижных игр создают у играющих верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Облегчение освоения техники движений. Элементарные двигательные навыки, приобретаемые в играх, легко перестраиваются при последующем, более углублённом, изучении техники движений и облегчают овладение ею. Формирование умения экономно и целесообразно выполнять двигательные действия. Многократное повторение двигательных действий во время игры

		помогает формировать у занимающихся умение выполнять их в законченном виде. Развитие способности адекватно оценивать пространственные и временные отношения, одновременно воспринимать многое и реагировать на воспринятое. Развитие организаторских навыков. В подвижных играх участникам приходится исполнять различные роли (водящего, судьи, помощника судьи и так далее), что развивает у них организаторские навыки. 23. Воспитательные задачи подвижных игр в спорте. Правильный ответ: Воспитание физических качеств. Подвижные игры способствуют развитию быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости. 14 Развитие чувства единства, товарищества и ответственности за действия друг друга. 3 В зависимости от качества выполнения роли участник игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей. Так дети приучаются к деятельности в коллективе. Воспитание воли, выдержки, дисциплинированности. Правила игры содействуют этому, а также учат умению взять себя в руки после сильного возбуждения. Формирование доброжелательности, навыков общения и взаимодействия со сверстниками. Игра учит дружить, оказывать помощь друг другу. Формирование навыков организации самостоятельной деятельности, инициативы и ответственности. Участники игр приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость. 24. Методика применения подвижных игр для отбора в спорте. Правильный ответ: Методика применения подвижных игр для отбора в спорте предполагает учёт следующих аспектов: Подбор игр-тестов. Как правило, это несколько игр с разной двигательной характеристикой, в которых предъявляются различные требования к проявлению нужных качеств. Например, при отборе баскетболистов используется комплекс из четырёх-пяти подвижных игр. Учёт

		способностей и предшествующего опыта спортсменов. Это позволяет предлагать в игре оптимальные условия. Использование игр на разных этапах тренировки. Объём, характер и методика использования подвижных игр изменяются в соответствии с задачами каждого этапа тренировки: На начальном этапе игры содействуют развитию силы, быстроты, ловкости и других качеств. В игры включаются упражнения, сходные с избранным видом спорта и существенно отличающиеся от него. На втором этапе подготовительного периода игры помогают более углублённо освоить и совершенствовать двигательные навыки в том виде спорта, в каком они будут применяться в спортивных состязаниях. Объём игр несколько снижается, так как увеличиваются нагрузки, специфичные для соревнований в избранном виде спорта. 3 В конце подготовительного периода игры используются для сохранения эмоционального настроения на последующие тренировки. Они проводятся в начале или в конце тренировочного урока и предусматривают сравнительно небольшие физические и психические усилия. 25. Методика использования подвижных игр для физической, технической, тактической, морально-волевой подготовки юных спортсменов. Правильный ответ: Для физической подготовки. На начальном этапе тренировки используются игры, содействующие развитию силы, быстроты, ловкости и других качеств. В игры включаются упражнения, сходные с избранным видом спорта и существенно отличающиеся от него. Для технической подготовки. Подвижная игра выступает как средство совершенствования навыка, выполняемого в повышенном эмоциональном состоянии, в изменяющихся ситуациях. Юный спортсмен приобретает способность применять освоенный навык в целостной деятельности, выбирать для каждого случая наилучшие варианты выполнения действия. Для тактической подготовки. Элементы тактики заложены в простых командных салках, играх с мячом. Например, в «Удочках», где смена ритма вращения верёвки помогает быстрее салить

		играющих, а также в таких несложных играх, как «Челнок» или «Вызов», где приходится планировать тактические действия. Для морально-волевой подготовки. В игре велика роль правил. Их соблюдение способствует воспитанию честности и справедливости, дисциплины. Игра приучает юного спортсмена владеть своими эмоциями.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

ОЦ.15 Теоретические и практические основы плавания

(код и наименование модуля)

профессиональной образовательной программы
по специальности СПО:

49.02.01 Физическая культура

(код и наименование специальности)

Форма обучения: очная

Казань
2024

680

Фонд оценочных средств учебной дисциплины (ФОС) разработан в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования/ Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности/направлению подготовки 49.02.01 Физическая культура, код, наименование специальности/направления подготовки утвержденный приказом Министерство просвещения РФ от 11 ноября 2022г.
- учебным планом специальности/направления подготовки 49.02.01 Физическая культура, педагог по физической культуре и спорту

- одобрен Педагогическим советом № 2 от 08.09.2023

Разработчик(и) ФОС доцент, Басин Д.И., преподаватель Гайнеттинов Б.Р., преподаватель Поливкин И.А.

степень, звание, фамилия, имя, отчество

Область применения

Комплект фондов оценочных средств (ФОС) предназначен для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Теоретические и практические основы плавания».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и промежуточного контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО __49.02.01__ Физическая культура «Теоретические и практические основы плавания».

2. Объекты оценивания – результаты освоения УД/МДК

Комплект ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС профессии/специальности 49.02.01 Физическая культура и рабочей программой дисциплины теоретические и практические основы плавания:

Знает:

- поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- знает и соблюдает нормы здорового образа жизни;
- историю развития и современного состояния спортивного плавания, место и значение в физической культуре, науке и образовании;
- значение и виды плавания;
- принципы построения и функционирования образовательного процесса по физической культуре (раздел плавания);
- основы техники способов плавания и прикладного плавания;
- терминологию и классификацию в плавании;
- принципы и порядок разработки учебной программной документации для проведения занятий по плаванию;
- организацию и подготовку к уроку плавания;
- содержание и правила оформления конспекта учебного занятия с использованием средств плавания;
- правила и организацию школьных соревнований по плаванию;
- причины травматизма и несчастных случаев, их предупреждение в процессе занятий плаванием;
- особенности занятий с обучающимися различных медицинских групп;
- требования к оборудованию и инвентарю для занятий плаванием в школе;
- методы контроля и самоконтроля на занятиях плаванием;
- специфику планирования, и предметные аспекты планирования образовательного процесса по физической культуре в общеобразовательной школе;
- документы планирования образовательного процесса на разных стадиях и этапах;
- содержание школьного предмета «физическая культура» (плавание);
- современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора;
- принципы, методы и средства обучения плаванию;
- методики начального обучения плаванию;
- методики обучения технике спортивного и прикладного плавания;

- основы начальной тренировки в плавании;
- способы оценки результатов обучения плаванию;
- способы организации образовательной деятельности обучающихся при обучении физической культуре;
- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;

Умеет:

- использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности
- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом специфики плавания;
- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по плаванию;
- применять методы организации учебной деятельности на занятиях плавания с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации) и возрастных особенностей занимающихся;
- использовать средства плавания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения;
- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся;
- регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;
- обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию;
- проектировать, анализировать элементы образовательной программы, рабочую программу учителя по физической культуре;
- формулировать дидактические цели и задачи обучения физической культуре и реализовывать их в образовательном процессе по физической культуре;
- планировать, моделировать и реализовывать различные организационные формы в процессе обучения физической культуры (урок, малые формы физической культуры, домашнюю, внеклассную и внеурочную работу);
- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по плаванию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
- планировать и комплексно применять различные средства обучения физической культуре;
- организовывать различные виды деятельности (индивидуальной и групповой, исследовательской, проектной, коммуникативной и др.) обучающихся в образовательном процессе по физической культуре;
- применять приемы, направленные на поддержания познавательного интереса к занятиям плавания;

- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;

Навыки и/или опыт деятельности:

- владения терминологией адекватно отражающий морфо-функциональные характеристики обучающихся, виды их двигательной деятельности;
 - проведения анализа физических упражнений по плаванию;
 - владение приемами тестирования и самоконтроля за текущим состоянием и уровнем подготовленности
 - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения
 - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока плавания;
 - владения техникой обще подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов техники плавания;
 - анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия;
 - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;
 - планирования занятия по плаванию;
 - проведения урока (фрагмента урока) физической культуры по плаванию;
 - владение приемами исправления ошибок в технике плавания, упражнения для совершенствования техники, включая использование вспомогательных средств.
 - владение методами проведения упражнений на суше и в воде для развития двигательных качеств
 - планирования мероприятий оздоровительного характера по плаванию;
 - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);
 - умениями по организации разных видов деятельности обучающихся при обучении физической культуре, и приемами развития познавательного интереса к плаванию;
 - ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности при занятиях плаванием;
 - владение приемами страховки при проведении упражнений в бассейне, выполнении упражнений на суше;
 - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических требований;
 - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации;
 - проведения физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) (фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия) по плаванию;
 - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;
 - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.
- Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование у студентов следующих профессиональных и общих компетенций:

ОК-7 - Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК-8 - Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ПК-3.2 - Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

ПК-3.5 - Осуществлять набор и комплектование групп на обучение по дополнительным общеразвивающим программам.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения УД/МДК

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины

Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство	Уровни сформированности компетенции	
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 1.				
	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Собеседование (устный опрос)	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
МОДУЛЬ 1. СЕМЕСТР 2.	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Собеседование (устный опрос)	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20

МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 3.	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Реферат и презентация	не аттестован низкий средний высокий	4 и менее 5– 6 7 – 8 9 – 10
макс:				20
МОДУЛЬ 2. СЕМЕСТР 4.	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Реферат и презентация	не аттестован низкий средний высокий	8 и менее 9– 12 13 – 16 17 – 20
макс:				20
МОДУЛЬ 3. СЕМЕСТР 5.	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Практическая работа	не аттестован низкий средний высокий	8 и менее 9– 12 13 – 16 17 – 20
макс:				20
МОДУЛЬ 3. СЕМЕСТР 6.	ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	8 и менее 9– 12 13 – 16 17 – 20
макс:				20
ИТОГО ЗА 6 семестра:				120
За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу:				30
ВСЕГО ЗА ТРИ МОДУЛЯ:				150

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 3-х модулей текущих аттестаций). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 30 баллов (до 10 в каждой из 3-х модулей).

Выполнение заданий на этапе сдачи экзамена/зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе сдачи экзамена/зачета.

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции	Форма оценивания	Уровни сформированности компетенции	
1 МОДУЛЬ			
ОК-7	Зачет (устный или письменный ответ на вопросы билета)	не аттестован	0 – 14
ОК-8		низкий	15 – 32
ПК-3.2		средний	33 – 42
ПК-3.5		высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			
2 МОДУЛЬ			
ОК-7	Экзамен	не аттестован	0 – 14
ОК-8		низкий	15 – 32
ПК-3.2		средний	33 – 42
ПК-3.5		высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			
3 МОДУЛЬ			
ОК-7	Экзамен	не аттестован	0 – 14
ОК-8		низкий	15 – 32
ПК-3.2		средний	33 – 42
ПК-3.5		высокий	43 – 50
макс: 50 баллов			

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций	Уровни сформированности компетенций	
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50
Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации	Не аттестован	0 – 14
	Низкий	15 – 32
	Средний	33 – 42
	Высокий	43 – 50

Итоговая оценка сформированности компетенций	Не аттестован Низкий Средний Высокий	50 и менее 51 – 65 66 – 84 85 – 100

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень
66 – 84	Хорошо	Средний уровень
85 – 100	Отлично	Высокий уровень

II. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

СЕМЕСТР 1.

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Знает: - историю развития и современного состояния спортивного плавания, место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды плавания;- основы техники способов плавания и прикладного плавания; - организацию и подготовку к уроку плавания; - содержание и правила оформления конспекта учебного занятия с использованием средств плавания; - особенности занятий с обучающимися различных медицинских групп; - требования к оборудованию и инвентарю для занятий плаванием в	1.Классификация плавания. Правильный ответ: По классификации Международного Олимпийского комитета (МОК) плавание, как вид спорта, включает в себя: спортивное плавание водное поло прыжки в воду синхронное плавание 2.Значение плавания. Правильный ответ: Во время плавания человек тренирует дыхательную и нервную систему, сердце, сосуды и мышцы, снимая при этом стресс и эмоциональную нагрузку: При плавании работают почти все группы мышц. На какие из них нагрузка больше – зависит от выбранного стиля. Например, если плавать брассом, то тренируются бедра, ягодицы, икры. 3.История возникновения плавания.

	школе; Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом специфики плавания; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники плавания; - использовать средства плавания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств; - регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока плавания; - владения техникой обще подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов техники плавания;	Правильный ответ: Зарождение плавания как вида спорта Плавание как жизненно необходимый навык имеет древнюю историю. С древнейших времен люди селились по берегам рек, озер и морей, т. е. там, где была вода. А это требовало от них умения передвигаться по воде и в воде. До наших дней дошли свидетельства о том, что люди, жившие в Египте, Ассирии, Финикии и других странах, за несколько тысячелетий до нашей эры умели плавать. Об этом свидетельствуют изображения на старинных вазах, фресках, наскальной живописи, статуэтки, барельефы, показывающие людей, плывущих способами, напоминающими современный кроль и брасс. Изображения позволяют говорить о том, что в то время плавание носило чисто прикладной характер 4.Первые школы плавания в России. Правильный ответ: Первая в России школа плавания была открыта в 1834 году в Санкт-Петербурге преподавателем гимнастики Густавом Паули. В числе ее посетителей были Александр Сергеевич Пушкин и Петр Андреевич Вяземский. В конце XIX века в России начинается строительство крытых плавательных бассейнов. Первый такой бассейн был открыт в 1891 году в Москве при Центральных банях. Популярной русской школой плавания, где была широко поставлена спортивная работа, являлась Шуваловская школа, организованная в 1908 году по инициативе морского врача В. Н. Пескова на Суздальском озере в пригороде Петербурга — Шувалово. 5.Плавание на Олимпийских играх. Правильный ответ: На первом заседании Международного олимпийского комитета (МОК), проведенном под председательством

		французского общественного деятеля, стоявшего у истоков возрождения Олимпийских игр, Пьера де Кубертэна в 1894 г., было решено, что плавание, как один из самых популярных в мире видов спорта, должно быть представлено в программе I Олимпийских игр. Так, на первых Олимпийских играх в 1896 г. в Афинах спортсмены соревновались только в плавании вольным стилем. Программа соревнований включала дистанции 100, 500 и 1 200 м для спортсменов и 100 м для матросов. 6.Физические свойства воды. Чистая вода – бесцветная жидкость, без вкуса и запаха, при нормальном давлении кипит при температуре 100 °С, а замерзает при 0 °С. Ее максимальная плотность при 4 °С равна 1 г/см³. 7.Основы техники плавания. Правильный ответ: Основу техники спортивного плавания составляют те элементы которые в конечном итоге обеспечивают оптимальное и безопасно! нахождение тела человека в воде и характеризуют тот или иной способ плавания. Поэтому следует различать элементы, которые характерно представлены в имеющихся способах плавания. Положение тела. Работа ног. Работа рук. Дыхание 8.Техника движений ногами при плавании кролем на спине. Правильный ответ: Как при плавании кролем на груди: ноги пловца ритмично и умеренно сгибаясь и разгибаясь в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах, перемещаются попеременно вверх и вниз. Но при этом направление наиболее эффективного удара снизу вверх (в кроле на груди наоборот). От поверхности воды сверху

		вниз нога движется почти прямая, и только после пересечения линии уровня тела она начинает сгибаться. Для движения снизу вверх характерно энергичное разгибание ноги в колене, бедро при этом опережает голень и стопу. При увеличении скорости нога сильнее сгибается в колене перед ударом сверху вниз, стопа частично выходит из воды 9.Техника движений руками при плавании кролем на спине. Правильный ответ: Выполнить активный захват воды в направлении вперед-вниз и кнаружи кистью правой руки, разворачивая ее ладонью немного кнаружи-вниз и немного сгибая в запястье. Подчеркивать опережающее движение кисти по отношению к локтю, направлять локоть вслед за кистью. 10.Техника общего согласований движений при плавании кролем на спине. Правильный ответ: Наиболее рациональным вариантом общего согласования движений является шестиударный кроль на спине. Основу его составляют непрерывно чередуемые гребки руками в сочетании с правильным дыханием. На один полный цикл движений руками приходится шесть попеременных движений ногами — шесть ударов стопами вверх. 11.Техника движений ногами при плавании кролем на груди. Правильный ответ: Рабочая часть движения ноги удар сверху вниз. Бедро, двигаясь вниз, немного обгоняет голень–стопу Расстояние между стопами в крайнем нижнем и верхнем положении достигает примерно 40 см Носки ног оттянуты и развёрнуты немного внутрь, большие пальцы почти соприкасаются 12.Техника движений руками при

		плавании кролем на груди. Правильный ответ: Руки (в первую очередь это кисти и предплечья) движутся по криволинейным траекториям, обеспечивают основное продвижение тела вперед. Туловище совершает поворот вокруг продольной оси тела на 35–50°. Наибольший наклон приходится на момент вдоха (в некоторых случаях поворот может возрастать до 60–65°). Существуют 3 разновидности способа кроль в зависимости от частоты работы ног: 2-ударный, 4-ударный и 6-ударный

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

СЕМЕСТР 2.

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса)

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для собеседования (устного опроса)
ОК-7	Знает: - историю развития и современного состояния	1. Техника движений ногами при плавании брасс.

ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	спортивного плавания, место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды плавания; - принципы построения и функционирования образовательного процесса по физической культуре (раздел плавание); - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - терминологию и классификацию в плавании; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; - организацию и подготовку к уроку плавания; - содержание и правила оформления конспекта учебного занятия с использованием средств плавания; - правила и организацию школьных соревнований по плаванию; - причины травматизма и несчастных случаев, их предупреждение в процессе занятий плаванием; - особенности занятий с обучающимися различных медицинских групп; - требования к оборудованию и инвентарю для занятий плаванием в школе; - методы контроля и самоконтроля на занятиях плаванием; Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом	Правильный ответ: Работу ног можно разделить на две фазы: 1.Подтягивание 2.Отталкивание 2.Техника движений руками при плавании брасс. Правильный ответ: Подразделяются на три фазы: гребок наружу, гребок внутрь, возврат. Цикл начинается с гребка наружу. Сначала руки погружаются глубже в воду, затем ладонями наружу разводятся в стороны друг от друга. Руки практически не согнуты и параллельны поверхности воды. Затем следует гребок внутрь. Кисти поворачиваются вниз ладонями и отталкивают воду назад. Движение продолжается примерно до уровня плеч. После этого, ладони смыкаются перед грудью, локти по сторонам туловища. В фазе возврата руки снова уходят вперед в начальную позицию. 3.Техника выполнения старта с тумбочки. Правильный ответ: Чаще для быстрого старта с тумбы используют легкоатлетический вариант или «разножку». Для выполнения следует: Толчковую ногу поставить на край тумбы. Для повышения устойчивости пальцами нужно зацепиться за края платформы. Маховую ногу отставить назад на край тумбы. Расстояние между ногами составляет от 30 до 50 см. Подбирается индивидуально, исходя из антропометрических данных спортсмена. Ладони расставить шире ступней, крепко взяться за край тумбы. Таз поднять вверх. Центр тяжести сместить немного вперед. При классическом варианте ноги располагаются на краю платформы рядом. Руки держатся за край тумбы, таз поднят высоко вверх. После сигнала судьи надо сделать предельно мощный толчок вперед.

специфики плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по плаванию; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях плавания с учетом материальнотехнических возможностей учебного заведения (организации) и возрастных особенностей занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники плавания; - использовать средства плавания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся; - регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации	Движение начинает голова, потом присоединяются плечи, выпрямляется спина. При этом надо выполнить мах руками вперед, и выпрямить их. Это позволит придать дополнительное ускорение телу. Оно должно располагаться параллельно воде. Стоящая сзади нога отталкивается, выпрямляется. Затем следует мощный толчок ноги, стоящей первой. Важен угол входа в воду. Он должен составлять от 30 до 45 градусов . Прыжок нужно выполнять вперед. Отклонение вверх или вниз считается ошибкой, снижает скорость и время прохождения дистанции. 4. Техника выполнения старта из воды. Правильный ответ: Погрузиться в воду, подплыть к бортику. Двумя руками взяться за поручни лицом к тумбочке для старта. Если их нет, то держаться надо за край бортика. Руки должны быть выпрямлены, хват выполняется сверху на ширине плеч. Согнутыми ногами упереться в стену бассейна. Колени находятся между рук, стопы располагаются на одном уровне. По правилам пальцы ног не могут быть выше уровня воды. Ширина постановки ног на уровне плеч. По стартовой команде спортсмен сгибает руки, подбородок касается груди. В такой группировке надо зафиксироваться. При повторном сигнале старта пловец резко выпрямляется, голову запрокидывает назад. Прямые руки выкидывает, ноги выпрямляет, натягивает стопы, спину прогибает. Первым в воду входят кисти. При этом, меняя угол атаки рук, можно корректировать дальность и глубину прыжка. При погружении головы и плечевого пояса в воду, руки следует вытянуть горизонтально, перестать прогибаться. Скольжение под водой продолжается при

	(размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока плавания; - владения техникой обще подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов техники плавания; - анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно спортивного мероприятия;	помощи движения «дельфином». В нос не попадет вода, если делать выдохи. Через 15 метров подниматься к поверхности, активно работая ногами. 5.Характеристика поворотов в плавании. Правильный ответ: Соревнования по плаванию проводятся в бассейнах длиной 25 или 50 метров, поэтому спортсменам приходится во время проплывания дистанции выполнять один или несколько поворотов. Все повороты, независимо от способа плавания, делятся на: открытые и закрытые (по моменту выполнения вдоха во время вращения); простые и сложные (по количеству осей, задействованных во время вращения). При анализе техники поворота принято выделять следующие фазы: подплывание; касание (вход во вращение) и вращение; толчок; скольжение; первые плавательные движения и выход на поверхность воды. 6.Прикладное плавание. Правильный ответ: Прикладное плавание — способность человека держаться на воде (то есть обладать навыком плавания) и производить в воде жизненно необходимые действия и мероприятия. Прикладное плавание подразделяется на следующие основные виды: преодоление водных преград, ныряние и прыжки в воду, спасение утопающих. Способы прикладного плавания: брасс на спине, плавание на боку спортивные способы (в первую очередь брасс) и различные комбинированные варианты 7.Особенности обучения плаванию в открытых водоемах.

		Правильный ответ: Определяющее отличие плавания на открытой воде – в окружении. В открытом водоёме нет разметки бассейна, дорожек, кафеля, флажков на потолке – всего, что помогает ориентироваться при плавании. Есть лучи солнца, ветер, возможно, рябь или волны. Эти факторы плавания на открытом водоёме требуют от спортсмена вооружения – знания о правилах поведения на открытой воде, зашитого в подкорку. В случае ситуации, угрожающей здоровью и жизни, это знание само должно прийти на помощь. 8.Методика спасения утопающего. Правильный ответ: Спасение утопающего можно условно разбить на несколько следующих этапов: вход в воду, •подплывание к тонущему, •освобождение от возможных захватов, •транспортировка к берегу и оказание первой помощи на берегу.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Собеседование	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом специфики плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по плаванию; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях плавания с учетом материально технических возможностей учебного заведения (организации) и возрастных особенностей занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники плавания; - использовать средства плавания для формирования двигательных	1. Демонстрация техники движения ног способом кроль на груди; 2. Демонстрация техники движения рук способом кроль на груди; 3. Демонстрация техники плавания кролем на груди (в полной координации); 4. Демонстрация техники движения ног способом кроль на спине; 5. Демонстрация техники движения рук способом кроль на спине; 6. Демонстрация техники плавания кролем на спине (в полной координации);

	навыков и развития физических качеств; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся; - регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока плавания; - владения техникой обще-подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных	

	элементов техники плавания; - анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия;	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

СЕМЕСТР 3.

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом специфики плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по плаванию; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях плавания с учетом материально технических возможностей учебного заведения (организации) и возрастных особенностей занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники плавания; - использовать средства плавания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств; - определять причины возникновения у	1. Демонстрация техники движения ног способом брасс; 2. Демонстрация техники движения рук способом брасс; 3. Демонстрация техники плавания брасс (в полной координации); 4. Демонстрация техники движения ног способом баттерфляй; 5. Демонстрация техники движения рук способом баттерфляй; 6. Демонстрация техники плавания баттерфляй (в полной координации); 7. Демонстрация техники выполнения старта; 8. Демонстрация техники выполнения поворота (открытого, закрытого); 9. Демонстрация техники прикладного плавания;

	занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся; - регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока плавания; - владения техникой обще подготовительных, специально- подготовительных и соревновательных элементов техники плавания; - анализа проведения занятия и фрагмента	

	физкультурно-спортивного мероприятия;	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

Темы рефератов и презентаций

1. Основы техники плавания (общая характеристика движений по стилям плавания);
2. Гидродинамические свойства воды и движущая сила, влияющая на пловца при плавании;
3. Способы спортивного плавания (история, описание техники по стилям);
4. Способ спортивного плавания - кроль на груди (история, описание техники, подводящие и специальные упражнения на суше и на воде);
5. Способ спортивного плавания - кроль на спине (история, описание техники, подводящие и специальные упражнения на суше и на воде);

Требования к оформлению рефератов и презентаций.

Титульный лист:

- в верхней части листа указывается название учебного заведения и кафедра, где выполняется реферат;
- тема реферата (его название) располагается в средней части титульного листа по центру;
- в правом нижнем углу указывается фамилия, имя, курс, факультет, группа студента, выполняющего реферат;
- в нижней части титульного листа (по центру) указывается город и год выполнения работы.

План:

- материал, полученный в результате анализа и изучения литературных источников, излагается соответственно плану.

Текст реферата:

- реферат – краткое изложение определяемой темы, основанное на анализе различных литературных источников;
- текст реферата может быть написан от руки или отпечатан на машинке, или представлен в виде компьютерной распечатки;
- текст должен быть написан или напечатан на одной стороне листа бумаги формата А4;
- реферат может быть проиллюстрирован таблицами, рисунками, схемами и границами представленные как в тексте, так и в приложении, все иллюстрации выполняются на стандартных листах того же размера;
- в случае использования в реферате цитат, мысль других авторов, необходимо делать ссылки на первоисточники.

Список литературы.

Список используемой литературы составляется в алфавитном порядке авторов или названия произведений под общей их нумерацией в соответствии с требованиями ГОСТ.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.

	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

СЕМЕСТР 4.

Темы рефератов и презентаций

- 1.Способ спортивного плавания - брасс (история, описание техники, подводные и специальные упражнения на суше и на воде);
2. Способ спортивного плавания - баттерфляй (история, описание техники, подводные и специальные упражнения на суше и на воде);
3. Значение плавания в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, образовательное и т.д.)
4. Плавание на открытой воде (марафонское плавание);
5. Спасение утопающих;
6. История развития плавания.

Требования к оформлению рефератов и презентаций.

Титульный лист:

- в верхней части листа указывается название учебного заведения и кафедра, где выполняется реферат;
- тема реферата (его название) располагается в средней части титульного листа по центру;
- в правом нижнем углу указывается фамилия, имя, курс, факультет, группа студента, выполняющего реферат;
- в нижней части титульного листа (по центру) указывается город и год выполнения работы.

План:

- материал, полученный в результате анализа и изучения литературных источников, излагается соответственно плану.

Текст реферата:

- реферат – краткое изложение определяемой темы, основанное на анализе различных литературных источников;
- текст реферата может быть написан от руки или отпечатан на машинке, или представлен в виде компьютерной распечатки;
- текст должен быть написан или напечатан на одной стороне листа бумаги формата А4;

- реферат может быть проиллюстрирован таблицами, рисунками, схемами и границами представленные как в тексте, так и в приложении, все иллюстрации выполняются на стандартных листах того же размера;
- в случае использования в реферате цитат, мысль других авторов, необходимо делать ссылки на первоисточники.

Список литературы.

Список используемой литературы составляется в алфавитном порядке авторов или названия произведений под общей их нумерацией в соответствии с требованиями ГОСТ.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Реферат / Презентация	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.

СЕМЕСТР 5

Практические работы

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Практические работы
ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с	1. Совершенствование техники плавания способом кроль на груди и кроль на спине 2. Совершенствование техники плавания способом брасс и баттерфляй. 3. Организационно-методическое обеспечение работы по плаванию в различных звеньях. 4. Использование игровых методов в организации занятий по плаванию

	учетом специфики плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по плаванию; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях плавания с учетом материально технических возможностей учебного заведения (организации) и возрастных особенностей занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники плавания; - использовать средства плавания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся; -	5. Методика организации соревнований по плаванию.

	регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока плавания; - владения техникой обще-подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов техники плавания; - анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия;	

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания

Практические работы	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время.

СЕМЕСТР 6

Тестовые задания

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Тестовые вопросы
ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Знает: - историю развития и современного состояния спортивного плавания, место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды плавания; - принципы построения и функционирования образовательного процесса по физической культуре (раздел плавание); - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - терминологию и	1. Плавание в древние времена применялось с целью: а) оздоровления б) имело прикладное значение в) участия в состязаниях и праздниках на воде 2. В каком году была написана первая книга по плаванию, автор которой был датчанин Н. Винман а) в 1515г б) в 1498г в) в 1538г 3. В каком году и где была основана первая школа плавания: а) в 1785г в Париже

	классификацию в плавании; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; - организацию и подготовку к уроку плавания; - содержание и правила оформления конспекта учебного занятия с использованием средств плавания; - правила и организацию школьных соревнований по плаванию; - причины травматизма и несчастных случаев, их предупреждение в процессе занятий плаванием; - особенности занятий с обучающимися различных медицинских групп; - требования к оборудованию и инвентарю для занятий плаванием в школе; - методы контроля и самоконтроля на занятиях плаванием; Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом специфики плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по плаванию; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях плавания с учетом материальнотехнических возможностей учебного заведения (организации) и	б) в 1725г. в Лондоне в) в 1722 г. в Риме 4. Шуваловская школа создана по инициативе морского врача В.Н. Пескова: а) в 1900г. б) в 1902г, в) в 1908г. 5. В каком году и где были проведены первые международные соревнования по плаванию: а) в Будапеште в 1889г б) в Париже в 1892г в) в Вене в 1900г 6. Международная любительская федерация плавания была создана: а) в 1900г б) в 1904г в) в 1908г 7. Плавание было включено в программу Олимпийских игр: а) в 1896г б) в 1892г в) в 1900г 8. Дебют российской сборной команды по плаванию на Олимпийских играх состоялся: а) в 1916г б) в 1912г в) в 1920г 9. Первый зимний плавательный бассейн в СССР был построен: а) в 1927г б) в 1948г в) в 1950г 10. В каком году в СССР был введен новый комплекс ГТО, который включал плавание для всех возрастов населения от 10 до 60 лет? а) в 1969 г. б) в 1972 г. в) в 1979 г. 11. Под техникой плавания понимается: а) система движений спортивных способов плавания с максимальной скоростью проплывания.

	возрастных особенностей занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники плавания; - использовать средства плавания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся; - регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения, показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока плавания; - владения техникой обще подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов техники плавания; - анализа проведения занятия и	б) система движений, позволяющих пловцу преодолевать соревновательную дистанцию с более высокой скоростью, оптимальной затратой сил и в соответствии с правилами соревнований. в) преодоление соревновательной дистанции за короткий промежуток времени. 12. Спортивными способами плавания являются: а) кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс б) кроль на груди, на боку, кроль на спине, дельфин, брасс в) кроль на груди, кроль на спине, дельфин, брасс, брасс на спине 13. В неподвижном положении на тело пловца действует: а) силы тяжести тела и выталкивающая сила воды б) силы гидродинамического давления в) силы центра сопротивления 14. Тормозит продвижение пловца вперед: а) сила подъемная б) лобовое сопротивление в) сила трения 15. Выберите оптимальные углы атаки при плавании кролем: а) 1-2 градуса б) 3-5 градусов в) 0-2 градуса 16. В способе кроль на груди фазами рабочих движений в работе рук является: а) захват, подтягивание, отталкивание б) наплыв и основная часть гребка в) захват, отталкивание, вынос руки вперед 17. В способе кроль на груди к фазе рабочих движений в работе ног относят: а) удар стопой вниз б) удар стопой вверх в) удар стопой в сторону 18. При плавании кролем на спине в движениях рук выделяют:

	фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия;	а) 6 фаз б) 5 фаз в) 4 фазы 19. В фазе подтягивание в кроле на спине угол сгибания руки в локтевом суставе достигает а) 90-120 градусов б) 100-150 градусов в) 110-150 градусов 20. В цикле движений ногами в способе брасс выделяют: а) 2 фазы б) 3 фазы в) 4 фазы 21. Рабочей фазой движений ногами в брассе является: а) подтягивание б) разворот стоп в) отталкивание 22. В полном цикле движений рук в брассе условно выделяют: а) 2 фазы б) 3 фазы в) 4 фазы 23. ФИНА официально разделила способы брасс и баттерфляй: а) в 1952 г б) в 1948 г в) в 1956 г 24. Рабочей фазой в движении ног дельфином является: а) удар стопами вниз б) удар стопами вверх в) удар стопами в сторону 25. В фазе захват в способе дельфин кисти пловца: а) движутся наружу и немного вниз б) движутся назад в) движутся немного внутрь и назад 26. В общем согласовании движений способом баттерфляй, первый удар приходится на фазы: а) выход рук из воды и начало выноса рук вперед б) вход рук в воду и начало захвата

		в) отталкивание и выход рук из воды 27. С помощью, какой группы упражнений решается задача освоение рабочей позы пловца, чувства опоры о воду: а) подготовительные упражнения для освоения с водой б) игры и развлечения на воде в) упражнения для изучения техники спортивных способов плавания 28. Игры, применяемые при обучении плаванию, в зависимости от возраста и подготовленности участников, и делятся: а) на 2 группы б) на 3 группы в) на 4 группы 29. Что должен иметь при себе занимающийся: а) Плавательный костюм (плавки, купальник), очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кроссовки) б) Плавательный костюм (плавки, купальник), шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кроссовки) в) Плавательный костюм (плавки, купальник), шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности г) Шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кроссовки)

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Тестирование	не аттестован низкий средний высокий	50% и менее 51% – 65 % 66 % – 84% 85% – 100%

III. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УД/МКД

Оцениваемая компетенция	Оцениваемый индикатор	Вопросы для промежуточной аттестации
ОК-7 ОК-8 ПК-3.2 ПК-3.5	Знает: - историю развития и современного состояния спортивного плавания, место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды плавания; - принципы построения и функционирования образовательного процесса по физической культуре (раздел плавание); - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - терминологию и классификацию в плавании; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по плаванию; - организацию и подготовку к уроку плавания; - содержание и правила оформления конспекта учебного занятия с использованием средств плавания; - правила и организацию школьных соревнований по плаванию; - причины травматизма и несчастных случаев, их предупреждение в процессе занятий плаванием; - особенности занятий с обучающимися различных медицинских групп; - требования к оборудованию и инвентарю для занятий плаванием в школе; - методы контроля и самоконтроля на занятиях плаванием;	1.Определение и содержание предмета плавание. Задачи и характерные особенности плавания, как средства физического воспитания. Правильный ответ: Плавание как физическое действие — способность (или умение) человека держаться на поверхности воды и передвигаться в заданном направлении без посторонней помощи и дополнительных приспособлений. Ныряния, погружения и плавание под водой, в том числе с помощью различных средств (ласты, акваланг и др.), является уже производным от умения плавать, т. е. способности держаться на поверхности воды. Плавание как учебный предмет — область знаний, которая включает гидродинамические и биохимические законы взаимодействия человека с водой, технику плавания, методику обучения и т. д. Данная область знаний, постоянно пополняющаяся и совершенствующаяся, используется для качественного проведения процесса обучения плаванию, организации учебных и тренировочных занятий, подготовки специалистов (учителей, тренеров, инструкторов) и их профессиональной переподготовки. Вид плавания — одно из направлений (так называемая разновидность) активной физической деятельности человека в воде. Каждый из видов плавания характеризуется особыми движениями или способами передвижения в водной среде. А способ передвижения в воде определяет технику плавания. 2.Оздоровительное, прикладное и

	Умеет: - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом специфики плавания; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программы по плаванию; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях плавания с учетом материальнотехнических возможностей учебного заведения (организации) и возрастных особенностей занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение элементов техники плавания; - использовать средства плавания для формирования двигательных навыков и развития физических качеств; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике плавания, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся; - регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - обеспечивать безопасное проведение занятий по плаванию; Имеет опыт: - объяснения,	спортивное значение плавания. Правильный ответ: Оздоровительное плавание — использование особенностей плавательных движений и нахождения тела в воде в лечебных, профилактических, гигиенических, закаливающих, восстановительных, тонизирующих и др. целях. Способы плавания могут использоваться самые разнообразные — спортивные и самобытные. Плавание рекомендуется людям всех возрастов, за исключением случаев ограничения по состоянию здоровья. Однако именно плавание имеет минимум ограничений для людей с различными отклонениями в здоровье, по сравнению с другими видами физических упражнений, что связано со специфическими особенностями самого плавания. Во многих случаях плавание рекомендовано врачами и специалистами в качестве восстановительно-реабилитационных мероприятий, коррекции и т. д. Прикладное плавание — способность человека держаться на воде (то есть обладать навыком плавания) и производить в воде жизненно необходимые действия и мероприятия. Например, человек идет в бассейн, чтобы за какое-то время научиться плавать. Он не хочет быть спортсменом, он не хочет или не может заниматься оздоровительным плаванием, но он хочет овладеть навыком плавания, чтобы выжить в экстренной ситуации, оказавшись в воде, помочь пострадавшим и т. д. Прикладное плавание является частью профессиональной подготовки работников силовых и спасательных структур, людей, чья рабочая деятельность связана с водой. Многие

	показа, имитации изучаемого упражнения; - быстрого и рационального управления и организации (размещения, перемещения) группы занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения урока плавания; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных элементов техники плавания; - анализа проведения занятия и фрагмента физкультурноспортивного мероприятия;	из них сдают специальные нормативы по плаванию для определения своей профессиональной пригодности. Прикладное плавание подразделяется на виды: преодоление водных преград, ныряние, спасение утопающих. Спортивное плавание характеризуется системой специальной подготовки и участием в соревнованиях, которые проходят по определенным правилам. К классическому виду спортивных соревнований относят состязания в бассейнах стандартных размеров (ванны длиной 25 м и 50 м) путем преодоления различных строго регламентированных расстояний (дистанции) за определенное время. Основная задача пловца в спортивном плавании – подготовиться к скоростному преодолению дистанции и показать свой максимально возможный результат на соревнованиях. Саму дистанцию преодолевают различными строго регламентированными правилами соревнований способами. 3. Шуваловская школа плавания и её значение. Правильный ответ: Мощный толчок в развитии плавания в Санкт-Петербурге и в России дала организация Шуваловской школы плавания. Идея создания этой школы на озере в местечке Шувалово принадлежала доктору медицины Владимиру Николаевичу Пескову. На этой базе была организована работа по четырем главным направлениям: обучение новичков спортивным способам плавания, подготовка спортсменов-пловцов, подготовка инструкторов по плаванию, еженедельное проведение водно-спортивных праздников с приглашением иногородних и зарубежных участников. Шуваловская

		школа отличалась дисциплиной, методической стройностью в работе, спортивными традициями. Серьезная организация обучения позволила Шуваловской школе стать методическим и спортивным центром всей России. Эта школа оказала значительное влияние на развитие плавания в дореволюционной России. Звание магистра плавания, которое получали выпускники школы, давало возможность преподавать на всей территории России 4.Современное состояние плавательного спорта в России. Правильный ответ: Состояние современного спортивного плавания находится на этапе все продолжающихся методических разработок по целостной многолетней системе подготовки пловцов высокого класса, включающей целенаправленный отбор, планирование тренировок и восстановление, базирующиеся на научных разработках по теории и методике спортивной тренировки, биомеханике, спортивной физиологии, психологии, медицине и фармакологии. При распаде целых научно-исследовательских центров, поддерживаемых государством (как это было в ГДР и в некоторой степени в СССР), научные кадры и специалисты интегрируются в другие системы. Так, неожиданный взлет результатов спортивного плавания Китая и других стран связан с использованием опыта и практических навыков специалистов и тренеров других стран. Проблемы современного спортивного плавания напрямую связаны с проблемами спорта высших достижений: применение допинга, подход в какой-то мере к пределу

		человеческих возможностей, а отсюда и поиск новых форм и вариантов решения этих задач. Плавание в России пожинает плоды некогда интенсивной системы плавательного отбора в СССР, когда при острой нехватке бассейнов уже на первых годах обучения плаванию перспективные пловцы отбирались в спортивные группы, а те, в свою очередь, «урезались» ежегодно опять же по принципу «перспективности». «Неперспективные» пловцы шли в греблю, пятиборье, подводное плавание и на удивление довольно быстро добивались самых высоких результатов и олимпийских высот. 5.Понятие о технике плавания. Основные факторы, определяющие технику плавания. Правильный ответ: Под техникой плавания следует понимать совокупность различных по структурным отношениям движений, выполняемых человеком в условиях водной среды. Если человек попал в воду, то он может производить разнообразные движения, структура которых определяет тот или иной способ плавания. Каждый способ плавания включает выполнение гребковых и подготовительных движений конечностями, акт дыхания, чередование напряжений и расслаблений мышц, а также работу внутренних органов и систем организма. Основными факторами, определяющими технику плавания, являются: 1) цель и задачи; 2) обстановка и условия, в которых выполняются эти задачи; 3) физические свойства среды; 4) анатомическое строение тела

		человека; 5) физиологические функции организма. 6. Подвижные игры в воде как средство обучения плаванию. Правильный ответ: Игры в воде являются наиболее эффективным средством начального обучения плаванию. Они формируют у детей самые первые, необходимые для плавания движения, дают начало развитию физических качеств. С помощью подвижных игр в воде воспитываются воля, характер, чувство товарищества. Важнейшее значение этих игр состоит в том, что они одновременно развивают моторную и психическую сферы деятельности ребенка. Сам по себе приход ребенка в бассейне и первый вход в воду создают значительную эмоциональную нагрузку. По этому, желательно провести с детьми предварительные беседы, в которых объяснить необходимость умения плавать для каждого человека, рассказать о том, что плавание – наиболее эффективный вид физической культуры для укрепления здоровья, а также – об огромном удовольствии, доставляемом плаванием. 7. Методы обучения плаванию. Правильный ответ: При обучении плаванию используются три основные группы методов: словесные, наглядные и практические. К словесным методам относятся: описание, объяснение, рассказ, беседа, методические указания, разбор и анализ действий, команды и распоряжения, подсчет. 8. Методы ведения урока по плаванию. Правильный ответ: Фронтальный метод предусматривает

		одновременное выполнение упражнений всеми занимающимися. Его хорошо использовать при выполнении на суше упражнений вводноподготовительной части урока, а также при проведении некоторых упражнений в воде в опорном положении (стоя на дне или держась за опору) и положении без опоры (проплывая отрезки или дистанции по заданию учителя). Преимущество этого метода заключается в том, что все эти упражнения выполняются учащимися одновременно – повышается плотность урока и увеличивается физическая нагрузка. Используя этот метод, учитель может вести урок с большим количеством занимающихся. Поточный метод заключается в том, что все занимающиеся распределяются по дорожкам бассейна (желательно поровну на каждой) и по команде учителя потоками начинают выполнять задание, соблюдая установленный интервал между началом 1-го и 2-го (2-го и 3-го; 3-го и 4-го и т.д.) заплывов. Отдых после окончания и начала каждого упражнения занимает строго определенное время и, как правило, используется для выполнения дыхательных упражнений и получения новых заданий от учителя. При комплектовании заплывов следует учитывать подготовленность школьников в плавании: в один заплыв необходимо объединять равных по силе учащихся. Поточный метод является основным методом проведения учебных занятий по плаванию. Целесообразнее всего использовать этот метод для совершенствования в технике плавания. Групповой метод. Класс распределяется на несколько групп (подгрупп, бригад) в зависимости от

		подготовленности школьников или сложности изучаемых упражнений (движения ногами, руками, согласование движений). Каждая группа под руководством учителя (или его помощников из актива пловцов) занимается на своей дорожке (части бассейна). Индивидуальный метод чаще всего применяется при работе с отстающими или отлично успевающими учениками. Он также используется на зачетных уроках, когда за тем, кто делает упражнение, наблюдают все занимающиеся, а учитель комментирует, как выполняется упражнение, выделяя положительные и отрицательные моменты в технике движений. В процессе работы по плаванию в школе учитель использует различные типы уроков: игровой, учебный, учебноигровой, учебно-тренировочный и контрольный. Игровой урок предусматривает использование целого ряда игр и развлечений, выполняемых в опорном и безопорном положениях в целях освоения с водной средой или изучения отдельных элементов техники плавания. Учебный урок предполагает изучение нового программного материала с помощью упражнений. Однако необязательно на каждом уроке изучать новые элементы движений. Наряду с новыми упражнениями продолжается изучение уже знакомого, но еще не освоенного материала. Учебно-игровой урок проводится с целью изучения новых движений (элементов техники и их согласований) и последующей проверки и совершенствования этих движений в игровой обстановке. Учебно-тренировочный урок предусматривает

		изучение нового материала и освоение пройденного путем выполнения тренировочных упражнений. Контрольный урок посвящается подведению итогов работы за определенный период. Эти уроки могут быть посвящены текущему и итоговому учету успеваемости. Итоговые контрольные уроки проводятся по окончании изучения программного материала в каждом классе и носят характер соревнований. Итоговые нормативы, как правило, устанавливаются программой. 9. Анализ техники плавания способом "кроль" на груди Правильный ответ: Положение тела: тело занимает горизонтальное положение, голова опущена в воду, глаза открыты, взгляд направлен вперед-вниз. При плавании туловище поворачивается вдоль продольной оси тела до 30° и более, сопровождая рабочую и подготовительную часть гребка руками. Угол атаки 3-5°. Движение ногами: попеременные, встречные вверх - подготовительное движение, вниз-хлыстообразное, стопой от бедра - рабочее. Движение ног обеспечивают горизонтальное положение тела и создают определенное тяговое усилие, способствующие продвижению в воде. Гребок руками: основное тяговое усилие создают поочередные, попеременные гребки руками в направлении спереди - назад по криволинейной траектории как вдоль продольной оси тела, так и в различных плоскостях. Различают подготовительную и основную часть гребка. Подготовительная часть гребка состоит из трех подфаз: выход руки из воды, локтем вверх, пронос над водой,

		вход в воду (большим и указательным пальцами на глубину 20-30 см). Рабочая часть также состоит из трех подфаз: захват воды, подтягивание и отталкивание (основная часть гребка). Во время гребка кисть обгоняет локоть, угол между плечом и предплечьем 90°-110°. Дыхание: осуществляется в тесном контактах с движением рук. Как правило, пловец в конце гребка рукой поворачивает голову в сторону и через рот производит энергичный вдох, во время проноса руки над водой поворачивает голову лицом вниз осуществляет выдох через рот и нос. На один цикл движений руками приходится один вдох и один выдох. Координация движения: при плавании кролем на груди различают согласование шести ударов ногами с двумя гребками руками - 6-тиударный кроль, 4-х ударный кроль, двух ударов ногами с двумя гребками руками - 2-х ударный кроль. Применение указанных сочетаний обусловлено как индивидуальными особенностями пловцов, так и решением поставленных задач на коротких, средних и длинных дистанциях. 10. Анализ техники плавания способом "кроль" на спине Правильный ответ: Положение тела. Пловец должен постоянно находиться в положении на спине, приняв наиболее обтекаемое горизонтальное положение с вытянутыми ногами и отведенными назад за голову руками (угол атаки 6-8°). В результате гребковых движений рук плечевой пояс поворачивается вдоль продольной оси тела вверх и вниз для осуществления гребка одной в воде и проноса другой по воздуху. Голова затылком лежит на

		воде, шея расслаблена (мочки ушей в воде). Движение ногами. Различают подготовительную фазу в движении ногой - сверху-вниз и рабочую снизу-вверх с хлыстообразным движением бедра, голени и стопы для поддержания тела в горизонтальном положении для создания продвигающихся сил. Гребок руками. Является основным продвигающим звеном, гребки руками совершают поочередные, попеременные захваты воды с поиском опоры и дальнейшим подтягиванием - отталкиванием по криволинейной траектории вдоль продольной оси тела. После окончания гребка происходит выход руки из воды, пронос ее по воздуху с последующим входом в воду. Этим завершается один гребковый цикл руки (захват глубина 25-30 см). Дыхание. В плавании кролем на спине дыхание в значительной степени облегчено, так как лицо постоянно находится на поверхности воды и не погружается в воду за исключением поворотов. Вдох осуществляется через рот в момент проноса одной из рук, а выдох - через рот и нос одновременно для удаления частиц воды с лица пловца в момент гребка рукой при подтягивании с отталкиванием и завершается при выдохе, руки из воды. Координация движений. Наибольшее признание у пловцов получило согласование шести движений ногами с двумя гребками рук - шестиударный кроль на спине. Менее распространены среди пловцов четырехударный, а тем более двухударный его варианты из-за того, что создаются трудности с поддержанием тела в горизонтальном положении и необходимостью участия движения ног в продвижении пловца. 11. Анализ техники плавания способом

		"дельфин" Правильный ответ: Положение тела. При плавании баттерфляем туловище пловца совершает ритмичные, волнообразные движения вверх-вниз, что способствует активной работе ног и особенно рук. Горизонтальное положение пловца постоянно нарушается, происходит опускание и последующий подъем таза, передней и задней частей тела. Голова расположена между руками лицом вниз, ноги вытянуты, носки ног оттянуты. Движение ногами. Движение ногами тесно связано с волнообразным движением туловища. Различают подготовительную фазу - при поднимании ног вверх и основную рабочую - при захлестывающем от таза и бедра ударе стопы с голенью - вниз. Ступни ног несколько повернуты внутрь, а пятки наружу. Движение руками. В плавании баттерфляем гребковые движения руками создают основное тяговое усилие в продвижении пловца на воде. Различают фазу захвата воды кистями рук с поиском опоры, которая затем переходит основную часть гребка кистями рук по криволинейной траектории вдоль продольной оси тела спереди-назад. В завершающей части гребка кисти рук приближаются к тазу, бедрам, выходят из воды с последующим проносом - полетом над водой вперед. Дыхание. Дыхательные процессы тесно связаны с рабочими и под-ми движениями рук и ног при плавании баттерфляем. Выдох начинается через рот и нос одновременно с опусканием головы в воду в момент захвата кистями рук воды. Он усиливается при основной

		части гребка и завершается к моменту выхода рук и воды. Далее вместе с проносом - полетом рук над водой голова приподнимается, совершается энергичный вдох через рот. Дыхательный цикл на этом замыкается - лицо опускается в в воду. Координация движений. Существуют различные варианты согласования движений при плавании баттерфляем. Так например, удар ногами с гребком руками и актом вдоха-выдоха - одноударный баттерфляй. Согласование двух ударов ногами с двумя гребками руками и одним актом вдоха-выдоха образовали двухударный баттерфляй-дельфин. Согласование одного гребка руками и акта вдоха-выдоха с много ударными движениями ногами составляют многоударный баттерфляй (дельфин). Наиболее рациональным для соревновательной деятельности оказалось применение двухударного баттерфляя. 12. Анализ техники плавания способом "брасс" Правильный ответ: Положение тела. Пловец находится в горизонтальном положении. Голова опущена в воду, глаза открыты, взгляд направлен вниз-вперед. При захвате воды руками положение тела наиболее обтекаемая, а при совершении вдоха (голова поднята) - менее обтекаемое Движение ногами. Различают подготовительную фазу - плавное подтягивание ступней ног к ягодицам с разворотом стоп носками в стороны и рабочую фазу - отталкивание бедра, голени и стопы в слитном движении выполняется с большим усилием и носит взрывной характер по направлению назад-внутрь. После завершения толчка ногами следует небольшая пауза - ноги расслабляются.

		Гребок руками. При гребке руками различают: захват воды - после нахождение опоры кистями рук, основная часть гребка - при сгибании рук в локтевых суставах и опорного движения кистей рук назад-вниз-внутри с высоко поднятыми локтями, выведение рук вперед - после сближения кистей и локтей - руки, выпрямляясь, выводятся вперед для придания телу обтекаемого положения. Дыхание. В плавании брассом дыхание строго подчинено движениям рук. При захвате воды в основной части гребка пловец производит выдох через рот и нос одновременно, что позволяет к моменту окончания гребка руками его завершить, а в момент проноса рук совершить энергичный вдох через рот, приподняв плечи и голову из воды. Это относится к разновидности брасса - его скоростного варианта. Более ранний вдох, производимый пловцом в момент начала гребка руками, характерен для варианта классического брасса. Согласование движений рук и ног и дыхания. Из и.п., в котором руки и ноги выпрямлены и почти соединены, захват и подтягивание выполняют руки, а ноги остаются выпрямленными и расслабленными. Затем, когда руки заканчивают подтягивание, ноги начинают под-ные движения (подтягивание к тазу). Далее руки выполняют отталкивание и вступают в фазу выведения, а ноги продолжают подтягивание (в этот момент вдох). Когда локти находятся на уровне подбородка, ноги заканчивают сгибание в коленных и тазобедренных суставах и разворачивают стопы наружу. 13. Анализ техники старта с тумбочки, основные фазы движений. Правильный ответ:

		При анализе техники старта принято было выделять следующие фазы: исходное положение, подготовительные движения и толчок, полет, вход в воду, скольжение, первые плавательные движения и выход на поверхность воды. Старт с махом руками вперед. Из исходного положения (туловище наклонено вперед до горизонтального положения), по сигналу пловец сгибает ноги в коленных суставах и подает тело вперед. Руки выполняют мах по направлению вниз-вперед-вверх так, чтобы с серединой этого движения совпало начало толчка ногами. Старт с круговым махом руками. Исходное положение аналогично предыдущему, но туловище спортсмена больше наклонено вперед. Руки направлены вперед-вверх. Пловец по сигналу выполняет мах руками по направлению вверх-наружу-назад-вперед, больше наклоняя туловище и сгибая ноги в коленных суставах, подает тело вперед. С выносом рук вперед происходит резкое разгибание ног в коленных и голеностопных суставах. Старт с захватом. В исходном положении ноги находятся на ширине 10—15 см, пальцы стоп захватывают край тумбочки. По команде пловец сгибает ноги в коленных суставах и наклоняет туловище вперед, захватив руками край тумбочки. При этом проекция ОЦМ выходит за пределы переднего края опоры. Хват руками края тумбочки может быть уже или шире положения стоп, сбоку тумбы. По сигналу стартера пловец энергично отталкивается руками от края тумбочки/сгибает ноги в коленных и голеностопных суставах и выводит тело вперед. Руки движутся по

		направлению вперед-вверх, ноги и тело одновременно выпрямляются вперед-вверх. Легкоатлетический старт. В исходном положении толчковая нога находится впереди, пальцы захватывают край тумбочки, маховая нога, согнутая в коленном и голеностопном суставах, находится сзади. Туловище спортсмена наклонено вперед, пальцы рук захватывают край тумбочки. По сигналу пловец сгибает руки в локтевых суставах и подтягивает туловище вперед, а стоящая сзади нога присоединяется к толчковой ноге для выполнения отталкивания. 14. Анализ техники старта из воды. Основные фазы движения. Правильный ответ: Исходное положение. Принимается по предварительной команде: «На старт!»). Пловец подтягивает себя к поручням, сгибая руки, подбородок берется на грудь. Пловец фиксирует себя в положении плотной группировки. Отталкивание с махом руками. Движение длится до момента отрыва стоп от стенки бассейна, начинается с энергичного отталкивания ногами. Это главная рабочая фаза. Ее эффективность определяется строгим согласованием движений ногами, верхней частью туловища, быстрыми маховыми движениями руками и движением головой назад. Пловец посылает плечевой пояс, а за ним туловище и таз по пологой дугообразной траектории вверх-вперед и прогибается. Выполняется вдох. Ноги выпрямляются в тот момент, когда завершается энергичный мах руками, руки вытянуты вперед, голова находится между руками, тело выпрямлено, стопы ног завершают

		разгибание. Полет. Фаза длится от момента отрыва стоп от стенки до момента касания воды кистями рук. Полет осуществляется по пологой дугообразной траектории. Тело в полете еще больше прогибается, голова еще больше откидывается назад и перед входом в воду оказывается строго между руками. Таз находится в высоком положении. Вход в воду длится до полного погружения в воду. Тело пловца напряжено и находится в обтекаемом положении. Фаза скольжения. Фаза длится от момента полного погружения в воду до момента появления головы на поверхности воды. Скольжение непродолжительное. Пловец слегка берет подбородок на грудь, это способствует движению тела вперед-вверх и приближению головы и плечевого пояса к поверхности воды. С окончанием первого гребка пловец выходит на поверхность. В дальнейшем начинается преодоление гладкой части дистанции. 15. Анализ техники поворотов в плавании "кролем" на груди, основные фазы движения. Правильный ответ: Хорошо подготовленные занимающиеся могут освоить наиболее быстрый поворот при плавании кролем на груди - поворот кувырком вперед. Действия пловца во время поворота условно делятся на фазы: вход во вращение, вращение, отталкивание, скольжение под водой с активными движениями ногами, выход на поверхность. Вход во вращение. Подплывая к щиту кролем, спортсмен ориентируется и метра за два до щита завершает гребок

		одной рукой (и оставляет ее у бедра), тотчас подхватывая высокую скорость про-движения к щиту последним гребком другой рукой. При выполнении второй половины последнего гребка рукой пловец начинает вращение. Вращение. Одновременно с ударом ногой (ногами) вниз и завершением гребка рукой голова резко уходит под воду; пловец энергично сгибает тело в тазобедренных суставах, приближая подбородок к коленям, и выполняет вращение вперед-вниз (относительно поперечной оси) с винтовым движением (относительно продольной оси); ноги выбрасываются к стенке через верх и сгибаются в коленях; руки помогают вращению; дыхание задержано. Отталкивание. Тотчас после касания ногами стенки бассейна выполняется отталкивание; руки вытягиваются вперед, голова между руками; туловище начинает поворачиваться относительно продольной оси для принятия положения на груди; пловец принимает горизонтальное и обтекаемое положение. Скольжение под водой. Пловец скользит в обтекаемом положении, поддерживая высокую скорость скольжения активными движениями ногами кролем. Выход на поверхность. Спортсмен выполняет первый гребок рукой кролем, другая остается вытянутой вперед и рассекает встречный поток воды; ноги выполняют непрерывные движения кролем; голова и плечевой пояс выходят на поверхность воды, пловец смотрит под водой вперед-вниз; дыхание задержано. 16. Анализ техники плавания и методика обучения прикладному

		способу "на боку". Правильный ответ: При плавании на боку выполняются асимметричные и поочередные движения руками и ногами. Исходное положение тела — пловец лежит почти горизонтально на левом или правом боку, часть лица в воде, одна рука (та, на котором боку находится пловец) вытянута вперед, другая прижата к туловищу, плечо ее над водой, ноги вытянуты (соответственно, одна выше другой). Угол атаки тела 6–8°. На протяжении плавательного цикла наблюдаются колебания туловища пловца вокруг продольной оси. В результате вращения туловища плечи могут отклоняться от вертикали на 40–50°. При плавании на боку цикл работы ногами может быть разделен на следующие фазы: подготовительная, опорная и скольжение. Правая нога делает подготовительное движение в плоскости под углом 10–20° к поверхности воды. Это объясняется тем, что выполнение подготовительной части движений ног совпадает с вращением туловища вокруг продольной оси в сторону груди. На подготовительную фазу затрачивается примерно 0,3–0,4 сек. Левая нога выполняет подготовительное движение в более наклонной плоскости. Угол между ней и поверхностью составляет примерно 15–20°. Движение осуществляется за счет сгибания ноги в коленном и голеностопном суставах. Бедро отклоняется от продольной оси тела незначительно. В исходном положении перед опорной фазой угол между бедром и осью тела составляет примерно 15–20°, а между голенью и бедром — 30–40° (т. е. нога согнута в

		коленном суставе почти полностью), носок ноги оттянут, голень и стопа развернуты немного внутрь. Колено в исходном положении несколько опущено вниз, стопа у поверхности. Опорная фаза начинается энергичным разгибанием ноги в коленном суставе. Опора на воду осуществляется тыльной поверхностью стопы и нижней частью голени. Начало опорной фазы выполняется в наклонной плоскости, а окончание — в плоскости, близкой к горизонтальной. После опорной фазы следует фаза скольжения, которая продолжается около 0,5–0,6 с при общей продолжительности цикла примерно 1,2 с. Во время скольжения ноги вытянуты вдоль обтекающего потока, мышцы ног расслаблены. За это время правая нога плавно выводится в исходное положение для выполнения опорной части (опорной фазы). В этом положении бедро расположено по отношению к туловищу под углом 110–120°. Голень с оттянутым носком во время подготовительной фазы укрыта за бедром, и угол между ними не превышает 90°. Опорная фаза начинается с энергичного разгибания в тазобедренном и коленном суставах. С началом опорной фазы голень выходит из-за бедра, образуя с направлением движения угол до 30°. Стопа поставлена в положение наибольшего возможного перемещения в тыльную сторону. Опора на воду осуществляется главным образом подошвенной стороной стопы. Опорная фаза длится примерно 0,25–0,30 с. разбит на те же фазы, что и в плавании кролем на груди: фаза входа в воду, фаза захвата, опорная фаза, фаза выхода руки из воды и фаза проноса

		руки над водой. После движения над водой рука входит в воду под острым углом. Поверхность сначала проходит кисть, затем предплечье и плечо. Вход руки в воду и захват сопровождаются вращением тела вокруг продольной оси в сторону груди. Пловец стремится быстрее вынести руку в положение для начала эффективной части гребка. Этому способствует поворот тела в сторону руки. При общей продолжительности цикла в 1,2 с продолжительность фазы захвата и опорной фазы составляет примерно 0,2–0,3 с. При гребке правая рука согнута в локте. Сгибание начинается во время наплыва. К концу опорной части угол между предплечьем и плечом составляет около 140°. Кисть и предплечье перпендикулярны плоскости движений, локоть наружу. Опорная часть гребка выполняется вдоль тела в плоскости, близкой к вертикальной. Продолжительность опорной фазы составляет около 0,4 с. В первой половине опорной фазы пловец удерживает руку локтем наружу, во второй половине локоть разворачивается назад. Вторая половина гребка сопровождается вращением тела вокруг продольной оси в сторону спины. При этом плечо выходит из воды. Опорная часть гребка завершается у линии таза. Затем рука движется к бедру и останавливается. Пауза после остановки может продолжаться примерно от 0,2 с до 1,0 с при медленном плавании и длинном скольжении. Во время проноса над водой рука полусогнута (примерно как при плавании кролем на груди), мышцы расслаблены. Цикл движения левой («нижней») руки

		может быть условно разделен на следующие фазы: фаза захвата, опорная фаза, фаза выведения руки вперед. Фаза захвата выполняется прямой рукой. К концу фазы рука начинает сгибаться в локтевом суставе. Продолжительность фазы захвата составляет примерно 0,2 с. При медленном плавании время фазы может увеличиваться до 1,0 с. Опорная фаза левой руки выполняется так же, как и в кроле на груди, только плоскость гребка по отношению к поверхности воды смещена примерно на 90°, так как пловец лежит на боку. Кроме того, во время гребка левой рукой положение пловца на боку зафиксировано. И он не может движением тела вокруг продольной оси содействовать его выполнению. Так же, как и в способе кроль на груди, рука во время гребка сгибается в локте. В середине движения угол между предплечьем и плечом равен примерно $90-110^\circ$. Продолжительность опорной фазы составляет примерно 0,3–0,5 с. В фазе выведения левая рука сначала движется к туловищу, а потом вперед. Движение руки к туловищу выполняется согнутой в локте примерно до $35-40^\circ$. Кисть разворачивается ладонью к туловищу. Далее рука в наиболее обтекаемом положении выводится вперед, при этом она разгибается в локте и разворачивается ладонью вниз. Согласование движений рук и ног. Во время гребка левой («нижней») рукой и движения над водой правой («верхней») руки ноги вытянуты вдоль обтекающего потока. Далее при движении левой руки к туловищу и вперед правая рука выполняет захват воды и опорную часть гребка, а ноги совершают подготовительное

		движение. Опорная фаза правой руки совпадает с опорной фазой ног. Левая рука, уже убранный в обтекаемое положение, окончательно выводится вперед. Далее следует скольжение, продолжительность которого зависит от темпа движений и скорости плавания. При скоростном плавании скольжение сводится к минимуму и наблюдается в момент выполнения фазы захвата левой рукой и начала движения над водой правой руки. Согласование движений рук и дыхания. В момент, когда левая («нижняя») рука находится в горизонтальном положении, правая («верхняя») зафиксирована после гребка у бедра. При гребке левой рукой правая рука выполняет движение над водой. В то время когда правая рука начинает опорную часть, левая убирается в обтекаемое положение. Для вдоха голова поворачивается подбородком к правому плечу, когда правая рука завершает гребок. За счет обтекания щеки пловца встречным потоком воды у рта, так же, как и в способе кроль на груди, образуется лунка, которая облегчает выполнение вдоха. При плавании с паузой вдох выполняется во время паузы. При непрерывных движениях рук время вдоха совпадает с окончанием гребка правой рукой и началом ее движения над водой. Выдох выполняется в воду на протяжении остальной части плавательного цикла. 17. Спасательные средства и методика их применения. Правильный ответ: Спасательные средства - это устройства, способные обеспечить сохранение жизни людей, терпящих бедствие, с момента оставления ими

		судна или попадания в воду. Они обеспечивают всплытие на поверхность человека, оказавшегося в воде, без приложения с его стороны физических усилий, тем самым спасая ему жизнь. К спасательному инвентарю относятся: спасательные круги, шары Сулова, конец Александрова, багры и «кошки» 18. Техника ныряния в глубину и длину. Правильный ответ: Ныряние в глубину — перемещение пловца преимущественно в вертикальной плоскости на определенное расстояние. Причем с помощью плавательных движений это будет ныряние, а без них, скорее, все-таки погружение. При погружении головой вниз вначале следует приподняться из воды за счет гребка руками вниз и выполнить глубокий вдох, затем сделать группировку и поворот вперед за счет быстрого движения рук вперед, а головы вниз. Придав таким образом туловищу вертикальное положение головой вниз, надо резко выпрямить ноги, подняв их как можно выше над водой, и погрузиться в воду, при необходимости выполняя затем движения в зависимости от избранного способа ныряния При погружении ногами вниз надо одновременно оттолкнуться от воды руками и ногами, выпрыгнуть повыше, поднять руки вверх, сделать глубокий вдох, выпрямить и соединить ноги. После того как тело погрузится в воду, оставляя ноги выпрямленными и соединенными, согнуть руки и делать энергичные гребки снизу через стороны вверх. Этот способ используется при погружении на небольшую глубину

		19. Приемы освобождения от захватов. Способы транспортировки утопающих и их выбор с учетом своих возможностей и поведения пострадавшего. Правильный ответ: Существует два основных способа освобождения от таких захватов: погружение и использование болевых приемов. Перед погружением необходимо сделать глубокий вдох и опуститься вместе с тонущим под воду. Этого часто бывает достаточно, чтобы тонущий отпустил спасателя. Освободившись от захвата, нужно взять пострадавшего за руку и повернуть к себе спиной. Болевые приемы могут быть самые разнообразные и применяться в зависимости от сложившейся обстановки и характера захватов тонущего. Так, от захватов за руки освобождаются резким движением одной руки или обеих рук в сторону больших пальцев рук тонущего. Транспортировка к берегу спасатель плывет брассом, а потерпевший держится сзади за его плечи Потерявшего сознание транспортируют, держа за волосы, выполняя движения ногами (брассом, на боку или кролем) и свободной рукой В положении лежа на спине, взять пострадавшего двумя руками за подбородок, чтобы лицо его было на поверхности, выпрямить руки и плыть на спине, работая ногами брассом В положении лежа на боку одну («верхнюю») руку продеть под руку пострадавшего, взять его за подбородок и транспортировать к берегу, выполняя движения ногами на боку и делая

		гребки другой рукой В положении на боку положить пострадавшего на спину, «верхней» рукой взять его за «дальнюю» руку (за плечо, предплечье или запястье), продев свою между спиной и «ближней» рукой пострадавшего 20. Оказание доврачебной помощи. Способы искусственного дыхания, непрямой массаж сердца. Правильный ответ: Убедиться, что при оказании первой помощи вам ничего не угрожает и вы не подвергаете себя опасности. Обеспечить безопасность пострадавшему и окружающим (например, извлечь пострадавшего из горящего автомобиля). Проверить наличие у пострадавшего признаков жизни (пульс, дыхание, реакция зрачков на свет) и сознания. Для проверки дыхания необходимо запрокинуть голову пострадавшего, наклониться к его рту и носу и попытаться услышать или почувствовать дыхание. Для обнаружения пульса необходимо приложить подушечки пальцев к сонной артерии пострадавшего. Для оценки сознания необходимо (по возможности) взять пострадавшего за плечи, аккуратно встряхнуть и задать какой-либо вопрос. Вызвать специалистов: 112 — с мобильного телефона, с городского — 03 (скорая) или 01 (спасатели). Оказать неотложную первую помощь. В зависимости от ситуации это может быть: - восстановление проходимости дыхательных путей; - сердечно-лёгочная реанимация; - остановка кровотечения и другие мероприятия. Обеспечить пострадавшему

		физический и психологический комфорт, дождаться прибытия специалистов. Искусственное дыхание Обеспечить проходимость верхних дыхательных путей. Повернуть голову пострадавшего набок и пальцем удалить из полости рта слизь, кровь, инородные предметы. Проверить носовые ходы пострадавшего, при необходимости очистите их. Запрокинуть голову пострадавшего, удерживая шею одной рукой. Не менять положение головы пострадавшего при травме позвоночника! Положить на рот пострадавшего салфетку, платок, кусок ткани или марли, чтобы защитить себя от инфекций. Зажать нос пострадавшего большим и указательным пальцем. Глубоко вдохнуть, плотно прижаться губами ко рту пострадавшего. Сделать выдох в лёгкие пострадавшего. Первые 5–10 выдыхов должны быть быстрыми (за 20–30 секунд), затем — 12–15 выдыхов в минуту. Следить за движением грудной клетки пострадавшего. Если грудь пострадавшего при вдохе воздуха поднимается, значит, вы всё делаете правильно. Техника непрямого массажа сердца Уложить пострадавшего на плоскую твёрдую поверхность. На кровати и других мягких поверхностях проводить компрессию грудной клетки нельзя. Определить расположение у пострадавшего мечевидного отростка. Мечевидный отросток — это самая короткая и узкая часть грудины, её окончание. Отмерить 2–4 см вверх от мечевидного отростка — это точка компрессии. Положить основание ладони на точку

		компрессии. При этом большой палец должен указывать либо на подбородок, либо на живот пострадавшего, в зависимости от местоположения лица, осуществляющего реанимацию. Поверх одной руки положить вторую ладонь, пальцы сложите в замок. Надавливания проводятся строго основанием ладони — ваши пальцы не должны соприкасаться с грудиной пострадавшего. Осуществлять ритмичные толчки грудной клетки сильно, плавно, строго вертикально, тяжестью верхней половины вашего тела. Частота — 100–110 надавливаний в минуту. При этом грудная клетка должна прогибаться на 3–4 см.

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

Форма оценивания	Уровни оценивания	Критерии оценивания
Устный опрос	Не аттестован (Не удовлетворительно)	Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.
	Низкий (Удовлетворительно)	Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.
	Средний (Хорошо)	Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок.
	Высокий (Отлично)	Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике.