

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЙ ИННОВАЦИОННЫЙ КОЛЛЕДЖ АЛЬЯНС»  
(АНО ПО «МИКА»)**



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор  
АНО ПО «МИКА»

\_\_\_\_\_ М.Е.Кортосова

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для специальности *49.02.03 Спорт*

**форма обучения:** *очно-заочная*

Тюмень, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Представленный фонд оценочных средств содержит оценочные материалы для проведения входного, текущего и рубежного контроля, а также промежуточной аттестации обучающихся.

Входной контроль проводится в начале учебного года. Целью входного контроля является выявление актуальных знаний и умений обучающихся по физике.

Текущий контроль осуществляется преподавателем в течение учебного года в целях систематической проверки и оценки полученных обучающимися результатов в процессе изучения физики. Для проведения текущего контроля разработаны тематические тесты. Важную роль в содержании заданий текущего контроля играет профессионализация, поэтому в каждый вариант включены профессионально направленные задачи.

Рубежный контроль представляет собой проверку и оценку результатов обучающихся в форме выполнения ими контрольных работ, проводимых по окончании изучения разделов курса физики.

Оценочные материалы для проведения контрольных работ содержат по шесть задач, три из которых являются профессионально направленными. Каждый вариант включает ответы, критерии оценивания и рекомендуемую шкалу перевода полученных баллов в 5-балльную систему.

**ОГСЭ.01 ОСНОВЫ ФИЛОСОФИИ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины  
Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)  
Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация  
Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.01 ОСНОВЫ ФИЛОСОФИИ

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.  
 1.2 Уровень образования: СПО.  
 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.  
 1.4 Срок обучения: 3г 10м и 2г 10м.  
 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

## *Цель:*

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

## *Задачи:*

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ано по «Межрегиональный инновационный колледж Альянс» (колледж, АНО ПО «МИКА»))
  - Оценка достижений обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
  - Обеспечение соответствия результатов обучения задач будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс колледжа.

1.6 Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств. Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно-методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ  
(РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.1. Что такое философия?	Устный опрос № 1 Практическое занятие № 1 Самостоятельная работа № 1	Дифференцированный зачет
Тема 1.2. Развитие античной философии	Устный опрос № 2 Практическое занятие № 2 Самостоятельная работа № 2	
Тема 1.3. Философия эпохи Средневековья	Устный опрос № 3 Практическое занятие № 3 Самостоятельная работа № 3	
Тема 1.4. Философия эпохи Возрождения, Нового	Устный опрос № 4 Практическое занятие № 4 Самостоятельная работа № 4	
Тема 1.5. Русская философия Контроль по темам 1-5	Устный опрос № 5 Практическое занятие № 5 Самостоятельная работа № 5 Тест по 1 разделу	
Раздел 2. Основные раздела философии Тема 2.1. Методы и внутреннее строение философии	Устный опрос № 6 Практическое занятие № 6 Самостоятельная работа № 6	
Тема 2.2. Происхождение и устройства мира. Человек и смысл его существования	Устный опрос № 7 Самостоятельная работа № 7	
Тема 2.3. Познание мира и истина	Устный опрос № 8 Практическое занятие № 7 Самостоятельная работа № 8	
Тема 2.4. Этика и проблема свободы	Устный опрос № 9 Практическое занятие № 8 Самостоятельная работа № 9	
Тема 2.5. Социальная философия	Устный опрос № 10 Самостоятельная работа № 10	

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСТАЦИЯ

#### 3.1 Устный опрос обучающихся, текущая аттестация.

##### *Устный опрос № 1*

##### *Вопросы для устного опроса № 1*

1. Что такое философия?
2. От каких слов происходит название этой дисциплины?
3. Из какой отрасли культуры, и каким образом произошла философия?
4. В чем причины и обстоятельства смерти Сократа?

##### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

##### *Устный опрос № 2*

##### *Вопросы для устного опроса № 2*

1. Что можно сказать о Сократе как личности?
2. В чем ценность метода майевтика?
3. Что такое «мир идей» в понимании Платона?
4. В чем специфика диалектики Платона?
5. Что такое форма, по Аристотелю, в отличие от идеи?
6. Кто такие скептики?

##### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

##### *Устный опрос № 3*

##### *Вопросы для устного опроса № 3*

1. В чем основные особенности средневековой философии?
2. Как соотносятся с античной философией представления Августина?
3. В чем отличие Града Божьего от Града Земного?
4. Каковы главные направления мусульманской философии?
5. Как соотносятся с античной философией представления Фомы Аквинского?

##### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

#### **Устный опрос № 4**

##### **Вопросы для устного опроса № 4**

1. В чем философская специфика эпохи Возрождения?
2. Как понимаются субъект и объект в философии Нового времени?
3. В чем специфика новоевропейской философии?
4. Каковы основные проблемы теории познания Нового времени?
5. Что такое субстанция?
6. В чем разница между эмпиризмом и рационализмом?

##### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

#### **Устный опрос № 5**

##### **Вопросы для устного опроса № 5**

1. Каковы особенности русской философии?
2. Как соотносится «Слово о законе и благодати» Илариона с «Государством и революцией» В.И. Ленина?
3. Какие этапы развития прошла «русская идея»?
4. Каковы основные направления развития советской и постсоветской философии?
5. В чем значение русской философии?
6. Каких современных русских философов вы знаете?

##### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не



ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### ***Устный опрос № 6***

#### ***Вопросы для устного опроса № 6***

1. Как соотносятся предмет и метод исследования?
2. Как соотносятся философский метод и философские принципы?
3. Как соотносятся систематическая философия и специальные философские дисциплины?

#### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### ***Устный опрос № 7***

#### ***Вопросы для устного опроса № 7***

1. Объясните термин «онтология».
2. Какова специфика онтологических представлений античной философии?
3. Что такое атом в понимании Демокрита?
4. Что говорили о бытии средневековые философы?
5. Что изучает философская антропология?
6. Что, по-вашему, смысл жизни?

#### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### ***Устный опрос № 8***

#### ***Вопросы для устного опроса № 8***

1. Что изучает гносеология?
2. Какова структура философской истины?
3. Какова структура научной истины?
4. Какова структура религиозной истины?
5. Как соотносятся философская, научная и религиозная истины?

#### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### ***Устный опрос № 9***

#### ***Вопросы для устного опроса № 9***

1. Что изучает этика?
2. В чем отличие киников от киренаиков?
3. В чем секрет известности Диогена Синопского?
4. Каково соотношение в античной философии между знанием, удовольствием и добродетелью?

#### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### ***Устный опрос № 10***

#### ***Вопросы для устного опроса № 10***

1. Каков предмет социальной философии?
2. Какова типология общества?
3. Какие типы социальной динамики вы знаете?
4. Каково учение Платона о государстве?
5. Каково соотношение прогресса и эволюции?

#### **Критерии оценивания устного ответа:**

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### Тестирование № 1

1. С греческого языка слово «философия» переводится как:
    - А) любовь к истине
    - Б) любовь к мудрости
    - В) учение о мире
    - Г) божественная мудрость
  2. Впервые употребил слово «философия» и назвал себя «философом»:
    - А) Сократ
    - Б) Аристотель
    - В) Пифагор
    - Г) Цицерон
  3. Вопрос о роли и месте России в истории человечества был поставлен в «Философических письмах»:
    - А) В.С. Соловьевым
    - Б) П.Я. Чаадаевым
    - В) А.С. Хомяковым
    - Г) А.И. Герценом
  4. Какой смысл вкладывал Г. Гегель в утверждение о том, что «философия есть эпоха, схваченная мыслью»?
    - А) Ход истории зависит от направленности мышления философов;
    - Б) Философия должна решать конкретные задачи, стоящие пред обществом в данное время;
    - В) Философия призвана отражать особенности эпохи, выражать духвремени;
    - Г) Мышление философов определяется социально-экономическими условиями того общества, в котором они живут.
  5. Онтология Демокрита строится на принципе:
    - А) мир состоит из невидимых, неделимых частиц — атомов;
    - Б) первоэлементом мира является апейрон;
    - В) любая вещь мира есть соединение материи и формы;
    - Г) первоэлементом мира является число;
    - Д) познание мира невозможно.
  6. Сократ говорил: «Я знаю, что ничего не знаю, но...»
    - А) знать все и невозможно;
    - Б) знания увеличивают скорбь;
    - В) знать что-то вовсе и не нужно;
    - Г) попытаюсь узнать;
    - Д) другие не знают и этого.
  7. Характерной чертой средневековой философии является:
    - А) космоцентризм
    - Б) антропоцентризм
    - В) теоцентризм
    - Г) скептицизм
  8. Отказ от желаний, добровольное перенесение физической боли, одиночества:
    - А) аскетизм
    - Б) гедонизм
    - В) рационализм
    - Г) эпикурейство
  9. Положения о бесконечности Вселенной во времени и пространстве, о тождестве Бога и природы обосновал:
    - А) Фр. Петрарка
    - Б) Фома Аквинский
    - В) Дж. Бруно
    - Г) К. Птолемей
  10. Основная идея философии французского Просвещения
    - А) Приоритет разума как высшей инстанции при решении проблем человеческого общества
    - Б) Приоритет чувственного познания мира при решении проблем человеческого общества
    - В) Агностицизм
    - Г) Клерикализм
- Ключ к тесту: 1-Б, 2 - В, 3 - Б, 4 - Г, 5 - А, 6- Д, 7 - В, 8- А, 9 - В, 10- А.**

### Тестирование № 2

1. Основы бытия, проблемы познания, назначение человека и его положение в мире изучает:

- А) философия Б) онтология В) гносеология Г) этика
2. Мироззренческая форма общественного сознания, рационально обосновывающая предельные основания бытия, включая общество и право:
    - А) история
    - Б) философия
    - В) социология
    - Г) культурология
  3. Мироззренческая функция философии состоит в том, что:
    - А) философия осуществляет рефлексию современной ей культуры;
    - Б) философия направляет деятельность людей на борьбу с недостатками существующего строя;
    - В) философия способствует улучшению характеров людей;
    - Г) философия помогает человеку понять самого себя, своё место в мире.
  4. Мироззрение - это:
    - А) совокупность знаний, которыми обладает человек;
    - Б) совокупность взглядов, оценок, эмоций, характеризующих отношение человека к миру и к самому себе;
    - В) отражение человеческим сознанием тех общественных отношений, которые объективно существуют в обществе;
    - Г) система адекватных предпочтений зрелой личности.
  5. Онтология - это:
    - А) учение о всеобщей обусловленности явлений
    - Б) учение о сущности и природе науки
    - В) учение о бытии, о его фундаментальных принципах
    - Г) учение о правильных формах мышления
  6. Гносеология - это:
    - А) учение о развитии и функционировании науки
    - Б) учение о природе и сущности познания
    - В) учение о логических формах и законах мышления
    - Г) учение о сущности мира, его устройстве
  7. Антропология - это:
    - А) учение о развитии и всеобщей взаимосвязи
    - Б) учение о человеке
    - В) наука о поведении животных в естественных условиях
    - Г) философское учение об обществе
  8. Аксиология - это:
    - А) учение о ценностях
    - Б) учение о развитии
    - В) теория справедливости
    - Г) теория о превосходстве одних групп людей над другими
  9. Этика - это:
    - А) учение о развитии
    - Б) учение о бытии
    - В) теория о нравственном превосходстве одних людей над другими
    - Г) учение о морали и нравственных ценностях
  10. Дедукция как основной метод познания характерна для
    - А) Р. Декарта
    - Б) Ф. Бэкона
    - В) Ж.Ж. Руссо
    - Г) Дж. Беркли

**Ключ к тесту: 1 - А, 2- Б, 3 - Г, 4 - Б, 5- В, 6 - Б, 7 -Б, 8- А, 9- Г, 10 -А.**

#### **Инструкция по выполнению теста:**

- предлагается 10 вопросов с разными вариантами ответов, из которых нужно выбрать только один правильный;

- каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный в 0 баллов;
- максимальное количество баллов за тест - 10 баллов;
- время выполнения теста 10 минут.
- ответы необходимо записать в тетради;
- выполняйте задания в предложенной последовательности;
- не задерживайтесь слишком долго, если не сможете выполнить определенное задание, переходите к следующему, лучше вернуться к нему в конце, если останется время.
- приступайте к выполнению задания.

#### **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

##### **4.1. Паспорт контрольно-измерительных материалов для промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного дифференцированного зачета. Устный дифференцированный зачет проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном дифференцированном зачете в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный дифференцированный зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На дифференцированном зачете обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса по пройденному материалу. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине Основы философии путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

##### **Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации**

1. Зарождение, цель и предназначение философии.
2. Мироззрение - форма познания мира.
3. Объект, предмет и особенности философии.
4. Категории и функции философии.
5. Онтология и логика как разделы философии.
6. Гносеология, этика, эстетика и история философии как разделы философии.
7. Методы философии.
8. Материализм и идеализм в философии - противоположность взглядов.
9. Основные философско-религиозные учения Древнего Востока (Индия, Китай).
10. Основные философские учения Древней Греции и Древнего Рима.
11. Основные философские учения Средневековья.
12. Философия и культура эпохи Возрождения.
13. Основные философские учения Нового Времени.
14. Теория «Общественного договора». Философия французского Просвещения.
15. И. Кант - основоположник классической немецкой философии.
16. Г. Гегель - символ классической немецкой философии.
17. Основная идея классической марксистской философии.
18. Философия позитивизма.
19. Становление и характерные черты русской философии. Русские философы 11-17 в.в.
20. Русская философия 18 - начало 19 в.в.

21. Русская философия 19 в. Направления русской философии.
22. Русская религиозная философия.
23. Русский марксизм. Философия советского времени.
24. Философия русского космизма.
25. Философское учение о бытии.
26. Философия сознания. Сферы, области и источники сознания.
27. Философия познания. Практика, как творческая деятельность человека.
28. Гностицизм и агностицизм - философские учения о познании.
29. Религиозно-мифологическая картина мира.
30. Философская картина мира.
31. Научная картина мира.
32. Проблема человека в философии. Вопрос о природе человека.
33. Философия человека. Человек - индивид - личность - индивидуальность.
34. Философия осмысления жизни человека.
35. Философия о призвании человека.
36. Философия религии. Человек и Бог.
37. Первые религии. Мировые религии.
38. Философия общества. Общество как система.
39. Философия общества. Общество как исторический процесс.
40. Понятие культуры в философии.
41. Философия о цивилизации.
42. Личность и общество как проблема социальной философии.
43. Философия о свободе и ответственности личности.
44. Философия науки. Наука - важнейшая социокультурная ценность.
45. Философия о роли науки в жизни общества. Ответственность ученого за состояние и результаты научных исследований.
46. Философское учение о прогрессе и обществе.
47. Философия о глобальных проблемах человечества. Человечество перед лицом глобальных проблем.
48. Великая миссия человека в философии глобальных проблем человечества.

### **Критерии оценивания**

Каждый вопрос дифференцированного зачета оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практикоориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания,

допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Оценка за дифференцированный зачет определяется как средний балл по всем заданиям (вопросам).

**ОГСЭ.02 ИСТОРИЯ**



## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ.02 ИСТОРИЯ

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 3г 10 м и 2г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледжа.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочные средства.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт.
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1. Послевоенное устройство мира. Начало «холодной войны»	Устный опрос № 1 Практическое занятие № 1 Самостоятельная работа № 1	Дифференцированный зачет
Тема 2. Этапы развития Советского общества в послевоенные годы - нач.50-60 гг. XX вв.	Устный опрос № 2 Практическое занятие № 2 Самостоятельная работа № 2	
Тема 3. СССР во второй половине 60-х - начале 90 - х гг. XX вв.	Устный опрос № 3 Практическое занятие № 3 Самостоятельная работа № 3	
Тема 4. Советская наука и культура в 50- х - начале 90-х гг. XX вв.	Устный опрос № 4 Практическое занятие Самостоятельная работа № 4	
Тема 5. Россия на рубеже XX-XXI вв.	Устный опрос № 5 Практическое занятие Самостоятельная работа № 5	
Тема 6. Ведущие капиталистические страны и страны Восточной Европы	Устный опрос № 6 Практическое занятие Самостоятельная работа № 6	
Тема 7. Крушение колониальной системы	Устный опрос № 7 Практическая занятие № 7 Самостоятельная работа № 7	
Тема 8. Международные отношения и региональные конфликты	Устный опрос № 8 Практическое занятие № 8 Самостоятельная работа № 8	
Тема 9. Важнейшие правовые и законодательные акты мирового и регионального значения	Устный опрос № 9 Практическое занятие № 9 Самостоятельная работа № 9	
Тема 10. Наука, культура и религия в современном мире.	Устный опрос № 10 Практическое занятие № 10 Самостоятельная работа № 10	

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ

#### 3.1. Устный опрос обучающихся

##### *Устный опрос № 1*

##### *Вопросы для устного опроса №1*

1. Какие решения приняла Потсдамская конференция?
2. Когда была создана ООН? Каковы были ее цели? Какие пункты были включены в Устав ООН?
3. Что такое холодная война? В чем состояли ее причины? К каким последствиям она привела?
4. Что такое биполярный мир? Как он сложился?
5. В чем состояли причины Берлинского кризиса? Каковы его последствия?
6. Почему началась Корейская война? Каковы ее итоги?
7. Была ли неизбежной холодная война?

##### *Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

##### *Устный опрос № 2*

##### *Вопросы для устного опроса №2*

1. Назовите этапы развития советского общества в послевоенные годы.
2. Как была восстановлена советская экономика после войны?
3. Каких успехов добились советские люди в экономическом развитии? С чем были связаны трудности?
4. Назовите основные черты жизни общества после войны.
5. В чем состояли основные особенности внутренней политики после войны?
6. Охарактеризуйте развитие науки и культуры после войны.
7. Как протекала и чем завершилась борьба за власть после смерти И.В. Сталина?
8. Какие социальные процессы происходили в СССР в данный период?

##### *Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

##### *Устный опрос № 3*

### *Вопросы для устного опроса №3*

1. Как Л.И. Брежнев встал во главе СССР? В чем состояли особенности внутренней политики в брежневский период?
2. В чем заключалась суть экономической реформы 1965 г.? почему реформа претерпела изменения?
3. Как развивалась советская экономика во второй половине 60 х - первой половине 80х гг.?
4. Расскажите о советском обществе в период правления Л.И. Брежнева
5. Чем характеризовалась внешняя политика СССР во второй половине 60 первой половине 80 г.?
6. Что такое «шоковая терапия»? Каковы были ее последствия?
7. Для чего осуществлялась приватизация в России? К каким результатам она привела?
8. Чем характеризовалась политическая жизнь России в 1991-1993гг.? В чем причины конфликта 1993г. между Президентом и Верховным Советом?

#### *Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### *Устный опрос № 4*

#### *Вопросы для устного опроса №4*

1. Как развивалась система образования в СССР в 50-х - начале 90-х гг.?
2. Сравните развитие культуры и ее главные достижения в период правления Н.С. Хрущева и в период правления Л.И. Брежнева.
3. Каковы были особенности развития культуры в период перестройки?
4. В чем феномен российского диссидентского движения

#### *Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### *Устный опрос № 5*

#### *Вопросы для устного опроса №5*

1. Сравните политическую жизнь России в 1993-1999 гг. и в начале XXI в. Какие выводы можно сделать из этого сравнения?

2. Какие перемены происходили в России в начале XXI в.? Как они влияли на жизнь населения?
3. Какие перемены происходили в позиции России на международной арене в 90е гг. XXв. и в начале XXIв.
4. В чем состояли особенности развития российской культуры в конце XX- начале XXIв.?

*Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

*Устный опрос № 6*

*Вопросы для устного опроса №6*

1. Как изменилась роль США в мире после Второй мировой войны?
2. Каковы были особенности развития США во второй половине XX - начале XXI в.?
3. Как развивались ведущие страны Западной Европы во второй половине XX - начале XXI в.? В чем состояли общие черты и в чем специфика в развитии этих стран?
4. Как и почему пали авторитарные режимы в Европе?
5. Как началась европейская интеграция? Чем была вызвана ее необходимость?
6. Охарактеризуйте структуру Европейского союза. Какую роль играет ЕС в жизни современного мира?
7. Каковы последствия миграционных процессов для Европы?
8. В чем состоят особенности развития Японии во второй половине XX-XXI в.?
9. С чем связаны кризисы в Польше, Венгрии, Чехословакии? Как они были решены?

*Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы. Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

*Устный опрос № 7*

*Вопросы для устного опроса №7*

1. Назовите причины усиления национально-освободительного движения после Второй мировой войны? Какие страны первыми получили независимость?
2. Когда и как африканские страны стали свободными?
3. Какими путями шли развивающиеся страны во второй половине XX в.? Каковы результаты их развития?

4. Как образовались государства Индия и Пакистан?
5. Как была создана Китайская Народная Республика? В чем состояли особенности развития Китая в 50-70гг.?
6. Каковы направления и результаты реформ, проводимых в Китае в конце XX - начале XXI в.?

*Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

*Устный опрос № 8*

*Вопросы для устного опроса №8*

1. В чем состояли причины образования военно-политических блоков?
2. Задачи военно-политических блоков?
3. Каковы причины и последствия кризисов в 40-50-х гг.?
4. Каковы причины крупнейших военных конфликтов 60-80-х гг.?
5. Что такое разрядка? В чем ее причины? Какие были достигнуты соглашения?
6. Как изменилось соотношение сил в мире в конце XX - начале XXI века?

*Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

*Устный опрос № 9*

*Вопросы для устного опроса №9*

1. Какие сферы жизни затрагивают правовые и законодательные акты международного права?
2. Какие права человека провозглашает Всеобщая Декларация прав человека?
3. В чем состоят основные положения Международного пакта о гражданских и политических правах и Международного пакта об экономических, социальных, культурных правах?
4. В чем главное отличие Европейской Конвенции о защите прав человека и основных свобод от правовых и законодательных актов мирового значения в области защиты прав и свобод человека?

*Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.

### *Устный опрос № 10*

#### *Вопросы для устного опроса № 10*

1. Какие направления науки развивались во второй половине XX в. Наиболее интенсивно?
2. Как изменилась роль науки в обществе?
3. Какие новые черты в развитии культуры можно назвать, говоря о второй половине XX в.?
4. В чем состоят особенности положения католической церкви в современном мире?
5. Каковы основные вехи истории Русской православной церкви в XX в.?
6. Какую роль играет ислам в современном мире?

#### *Критерии оценивания устного ответа:*

Отметка «5» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка «4» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка «3» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка «2» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

Время на подготовку каждого ответа: 1 минута.



## Тестирование № 1

**1. Соперничество между какими государствами определяло баланс сил в послевоенном мире**

- 1) СССР и Китай
- 2) СССР и Великобритания
- 3) СССР и США
- 4) Великобритания и Франция

**2. Какие изменения в международном положении США произошли после Второй мировой войны?**

- 1) превращение страны в доминирующую политическую силу в мире
- 2) превращение США в крупную колониальную империю
- 3) упадок экономики в связи с поражением в войне
- 4) превращение страны в младшего партнера СССР

**3. Какое название после Второй Мировой войны получила совокупность стран, принявших советскую модель строительства социализма?**

- 1) Советский союз
- 2) Социалистическое содружество
- 3) реальный социализм
- 4) коммунистический интернационал

**4. Как называлось социалистическое государство в Германии, созданное в 1949г?**

- 1) ФРГ
- 2) ГДР
- 3) КНДР
- 4) КНР

**5. Укажите одно из решений XX съезда КПСС в области внешней политики.**

- 1) прекращение «холодной войны»
- 2) отказ от гонки вооружений
- 3) вхождение в НАТО
- 4) возможность диалога и компромиссов во взаимоотношениях со странами Запада

**6. Организацией Варшавского договора называли:**

- 1) международную миротворческую организацию
- 2) международную коммунистическую организацию
- 3) военно-политический союз, созданный для противодействия военной угрозе, исходящей от СССР и его союзников
- 4) военно-политическую организацию социалистических стран

**7. Что из названного было характерно для экономического развития СССР в 1953-1964 гг.?**

- 1) освоение целины
- 2) вывоз из Германии промышленного оборудования
- 3) использование труда политзаключенных на строительстве промышленных объектов
- 4) репрессии в наркомате сельского хозяйства

**8. После смерти Сталина основная борьба за власть развернулась между:**

1. В.М. Молотовым, А.И. Микояном, Л.П. Берией
2. Н.С. Хрущевым, Л.П. Берией, Г.М. Маленковым
3. Н.С. Хрущевым, А.А. Ждановым, Н.А. Булганиным
4. Н.С. Хрущевым, А.А. Ждановым, М.А. Сусловым
5. Н.С. Хрущевым, Л.П. Берией, Л.И. Брежневым

**1. Каким термином определяют период правления Л.И. Брежнева?**

1. Оттепель
2. Перестройка
3. Застой
4. Железный занавес

**2. Декларация о государственном суверенитете России принята**

1. 12 июня 1990 г.
2. 12 декабря 1991 г.

3. 20 августа 1990 г.
4. 12 апреля 1993 г.

### Ответы к тесту №1

1	3
2	1
3	2
4	2
5	4
6	4
7	1
8	2
9	3
10	1

### Тестирование № 2

**1. Что характеризует образование в послевоенный период? Выберите три правильных ответа.**

1. Сохранение платы за обучение;
2. Обязательное десятилетнее образование;
3. Дефицит педагогических кадров;
4. Политика «коренизации»;
5. Быстрый рост числа вузов и техникумов;
6. Отказ в образовании всем, кроме выходцев из пролетарской среды.

**2. Какое из событий произошло позже других?**

1. Строительство научного городка около г. Новосибирска
2. Восстановление Государственного комитета по науке и технике
3. Первый пилотируемый космический полет
4. Запуск первого искусственного спутника Земли

**3. М.С. Горбачева сменил**

1. Л.И. Брежнев
2. В. В. Путин
3. Б.Н. Ельцин
4. Д.А. Медведев

**4. Идеологом и основным проводником «шоковой терапии» стал**

1. В.Ю. Андропов
2. К.У. Черненко
3. Е.Т. Гайдар
4. Г.А. Зюганов

**5. Конституция Российской Федерации была принята**

1. 12 декабря 1993 г.
2. 12 июня 1991 г.
3. 20 апреля 1991г.
4. 12 апреля 1999 г.

**6.Какая страна не входит в Шанхайскую организацию сотрудничества?**

1. Китай
2. США
3. Киргизия
4. Таджикистан

**7. Установите хронологическую последовательность правления президентов США**

1. Джорш Буш-младший
2. Рональд Рейган

3. Джон Кеннеди
4. Ричард Никсон

**8. Совет Европы возник в**

1. 1949
2. 1950
3. 1980
4. 2001

**9. Организацией Варшавского договора называли:**

- 1) международную миротворческую организацию
- 2) международную коммунистическую организацию
- 3) военно-политический союз, созданный для противодействия военной угрозе, исходящей от СССР и его союзников
- 4) военно-политическую организацию социалистических стран

**10. Союзная Республика Югославия - это страны**

1. Босния и Герцеговина
2. Сербия и Черногория
3. Испания и Португалия
4. Украина и Белоруссия

**Ответы к тесту № 2**

1	1,3,5
2	3
3	3
4	3
5	1
6	2
7	3,4,2,1
8	1
9	4
10	2

**Тестирование № 3**

**1. Соотнесите страну и год ее освобождения от колониальной зависимости:**

- 1) Вьетнам            а) 1950г
- 2) Филиппины      б) 1946г
- 3) Индия             в) 1945г
- 4) Ливия             г) 1956г
- 5) Пакистан

**2. Укажите «Год Африки»**

1. 1961
2. 1960
3. 1980
4. 1945

**3. Какие события последовали после предоставления Британской Индии независимости?**

- 1) страна была разделена на Индию и Пакистан, произошли национально-религиозные конфликты произошло восстание сикхов
- 2) в стране началась война между коммунистическими повстанцами и правительственными войсками
- 3) Индия была исключена из Британского Содружества Наций

**4. Напишите название страны по ее руководителю:**

- 1) Фидель Кастро Рус

- 2) Аугусто Пиночет  
 3) Уго Чавес  
 4) Даниэль Ортега
- 5. Укажите регион мира, где в конце XX - начале XXI происходили вооруженные конфликты:**  
 1) Ближний Восток 2) Индонезия  
 3) Иран 4) Индокитай
- 6. Установите хронологическую последовательность правления президентов Франции**  
 1) Ф. Миттеран 2) Ш. деГолль  
 3) Н. Саркози 4) Ж. Ширак
- 7. 1 октября 1949г было провозглашено создание Китайской Народной Республики (КНР). Кто первый возглавил ее правительство?**  
 1) Дян Сяопин 2) Мао Цзэдун  
 3) Сунь Ятсен 4) Чан Кайши
- 8. В каком локальном конфликте непосредственное участие принимали войска США в 1964-1973гг?**  
 1) Корейской войне 2) Война во Вьетнаме  
 3) Карибский кризис 4) ближневосточный конфликт
- 9. Всеобщая декларация прав человека была принята**  
 1. 10 декабря 1948 г.  
 2. 3 июня 1984 г.  
 3. 20 августа 1991 г.  
 4. 12 апреля 1961 г.
- 10.Какая страна является ведущей в мировом производстве кино?**  
 1) Италия 2) Россия  
 3) Франция 4) США

**Ответы к тесту № 3**

1.	1в, 2б, 3а, 4-,5г
2.	2
3.	1
4.	Куба, Чили, Венесуэла, Никарагуа
5.	1
6.	2,1,4,3
7.	2
8.	2
9.	1
10.	4

**Инструкция по выполнению теста:**

- предлагается 10 вопросов с разными вариантами ответов, из которых нужно выбрать только один правильный;
- каждый правильный ответ оценивается в 1 балл, неправильный в 0 баллов;
- максимальное количество баллов за тест - 10 баллов;
- время выполнения теста 10 минут.
- ответы необходимо записать в тетради;
- выполняйте задания в предложенной последовательности;
- не задерживайтесь слишком долго, если не сможете выполнить определенное задание, переходите к следующему, лучше вернуться к нему в конце, если останется время.

- приступайте к выполнению задания.

#### **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

**Промежуточная аттестация проходит в форме дифференцированного зачета**

##### **ВАРИАНТ 1**

**1. Концепция развернутого построения коммунистического общества за 20 лет, принятая в период «оттепели», была заменена руководством СССР в 1970-е гг. на концепцию**

- А. совершенствования «развитого социализма»
- Б. окончательной победы социализма в СССР
- В. «нового политического мышления»
- Г. построения социалистического общества «с человеческим лицом»

**2. Что было одним из последствий участия советских войск в афганской войне?**

- А. Исключение СССР из ООН
- Б. Укрепление авторитета СССР в мировом коммунистическом движении
- В. Усиление противоречий между СССР и многими странами мира
- Г. Переход к политике «разрядки» в международных отношениях

**3. Термином «период застоя» чаще всего характеризуется развитие СССР во время руководства:**

- А. Н.С. Хрущева
- Б. Л.И. Брежнева
- В. М.С. Горбачева
- Г. Б.Н. Ельцина

**4. Что из названного относилось к периоду перестройки в СССР?**

- А. принятие новой Конституции СССР
- Б. падение в обществе интереса к публицистике
- В. возобновление процесса реабилитации жертв массовых репрессий
- Г. изгнание из страны представителей диссидентского движения

**5. Общественно-политическая жизнь в России в 1990-х гг. характеризовалась**

- А. борьбой за свободу выезда из страны
- Б. подпольным распространением запрещенных литературных произведений
- В. проведением безальтернативных выборов
- Г. идеологическим плюрализмом

**6. Программа «500 дней» С.С. Шаталина и Г.А. Явлинского предполагала:**

- А. Переход к рыночной экономике за 1,5 года
- Б. Поэтапное введение рыночных отношений за 10-20 лет
- В. Усовершенствование плановой экономики
- Г. Применение метода «шоковой терапии» в проведении реформ

**7. 8 декабря 1991 г. в резиденции под Минском президенты России, Украины и Председатель Верховного Совета Белоруссии подписали соглашение о**

- А. Введении в СССР чрезвычайного положения
- Б. Образовании содружества Независимых Государств
- В. Запрещении в СССР деятельности КПСС
- Г. Создании межреспубликанского экономического комитета

**8. Прочтите отрывок из выступления государственного деятеля СССР по Центральному телевидению в декабре 1991 г. и напишите его фамилию.**

«В силу сложившейся ситуации... прекращаю свою деятельность... Я покидаю свой пост с тревогой. Но и с надеждой, с верой в вас, в вашу мудрость и силу духа. Мы - наследники великой цивилизации, и сейчас от всех и каждого зависит, чтобы она возродилась к новой современной и достойной жизни...»

Ответ: \_\_\_\_\_ .

**9. Какое изменение произошло в международных отношениях после распада СССР?**

- А. Сокращение числа стран - членов блока НАТО
- Б. Выход России из ООН
- В. Превращение США в единственную сверхдержаву мира
- Г. Ухудшение отношений России со странами Азиатско-Тихоокеанского региона

**10. Одним из важных событий во внешней политике России в 1990-е гг. стало ее вступление в:**

- А. Лигу Наций
- Б. Совет Европы
- Г. НАТО
- В. ООН

**11. Изменение геополитического положения РФ после распада СССР выразилось в:**

- А. Усилении влияния России в странах Восточной Европы
- Б. Потере выхода к Черному морю
- В. Приближении НАТО к границам России
- Г. Утрате Курильских островов

**12. Суверенитет России был провозглашен:**

- А. 12 июня 1987 г. В. 12 июня 1991 г.
- Б. 12 июня 1990 г. Г. 12 июня 1993 г.

**13. Идею о передаче полномочий федерального Центра автономиям в таком объеме, который им по силам реализовать («сколько можете проглотить»), выдвинул в 1991 г.:**

- А. Е.Т.Гайдар
- В. Б.Н.Ельцин
- Б. В.В.Жириновский
- Г. М.С.Горбачев

**14. Какое из средств массовой информации имеет в начале XXI века наибольшее влияние на население России:**

- А. Телевидение
- В. Газеты
- Б. Радио
- Г. Журналы

**15. Каким термином принято обозначать слой не элитарной культуры, производимый для всеобщего потребления и рассчитанный на максимальное число потребителей?**

- А. Авангард
- В. Субкультура
- Б. Контркультура
- Г. массовая культура

**16. Что является одной из важнейших внешнеполитических задач РФ в начале XXI века?**

- А. Вхождение в «большую семерку» ведущих стран мира
- Б. Усиление интеграционных процессов в СНГ
- В. Вступление в НАТО
- Г. Вывод войск из стран Восточной и Центральной Европы

**17. Какие черты характеризовали общественно-политическую жизнь СССР в 1970-х - середине 1980-х гг.?**

- А. сокращение численности партийно-государственного аппарата
- Б. усиление борьбы с инакомыслием
- В. возобновление критики культа личности И.В. Сталина
- Г. стабильность внутривнутриполитической обстановки
- Д. проведение альтернативных выборов
- Е. усиление роли партноменклатуры

**18. Расположите события в хронологической последовательности:**

- А. Принятие Конституции «развитого социализма»
- Б. Первые выборы в Государственную Думу РФ
- В. Подписание Беловежских соглашений
- Г. Избрание М.С. Горбачева Генеральным секретарем ЦК КПСС

**19. Какие три из названных положений относятся к последствиям политики перестройки в СССР?**

- А. Укрепление содружества социалистических стран
- Б. Ухудшение геополитического положения страны
- В. Начало реабилитации жертв политических репрессий
- Г. Складывание многопартийности
- Д. Осложнение межнациональных отношений
- Е. Укрепление Советской армии

**20. Прочитайте отрывки из двух законов, принятых в годы перестройки и определите, что общего в содержании законов и чем они отличаются?**

А) «... Закон определяет экономические и правовые основы хозяйственной деятельности социалистических государственных предприятий (объединений), укрепляет государственную (общенародную) собственность, расширяет возможность участия трудовых коллективов в эффективном использовании этой собственности. ..» (из Закона СССР «О государственном предприятии»)

Б) «... Закон определяет общие правовые, экономические и социальные основы организации предприятия при многообразии форм собственности и его деятельности в условиях развития товарно-денежных отношений и регулируемого рынка.» (из Закона СССР «О предприятиях в СССР»)

## **ВАРИАНТ 2**

**1 . В начале 1970-х гг. был исключен из Союза писателей и выслан из страны писатель**

А. С.В.Михалков

В. К.М.Симонов

Б. М.А.Шолохов

Г.А.И.Солженицын

**2 .Какой фактор способствовал разрядкемеждународной напряженности в 1970-е гг?**

А. Объединение ГДР и ФРГ в одно государство

Б. Подписание Заключительного акта Совещания по безопасности и сотрудничеству в Европе

В. Разработка в СССР концепции «нового политического мышления»

Г. Окончание Корейской войны

**3. Прочтите отрывок из книги современных историков и напишите фамилию руководителя СССР, о котором идет речь.**

«Набирал кажущуюся силу новый культ личности. Первый становится генеральным. (Он) занимает еще один пост - Председателя Президиума Верховного Совета СССР. По обкомам партии рассылается подписанный Суловым документ об укреплении авторитета Генерального секретаря ЦК КПСС. Но ничто не помогает: авторитет на бумаге, в речах, в награждениях (Герой Социалистического труда, четырежды Герой Советского Союза), но не у трудящихся». Ответ:

**4. Кто сменил Л.И. Брежнева на посту Генерального секретаря КПСС?**

А. Ю.В. Андропов

В. М.С. Горбачев

Б. К.У. Черненко

Г. Б.Н. Ельцин.

**5. Что было одним из последствий реформы политической системы СССР в период перестройки?**

А. учреждение нового органа власти - Государственного Совета

Б. урегулирование межнациональных отношений

В. укрепление КПСС

Г. становление многопартийности

**6. Какое новое положение было включено в Конституцию СССР, принятую в 1977 г.?**

А. осуждение культа личности Сталина

Б. построение за двадцать лет коммунистического общества

В. введение принципа разделения властей

Г. построение в СССР развитого социализма

**7. Что из названного свидетельствовало о трудностях в проведении перестройки в СССР?**

А. Принятие решения о децентрализации управления промышленностью

Б. Принятие закона об индивидуальной трудовой деятельности

В. Освоение целинных и залежных земель

Г. Проведение шахтерских забастовок в Кузбассе и других регионах СССР

**8. Когда в конце 1980-х гг. в странах Восточной Европы началась волна «бархатных революций», советское руководство**

1. Заявило о прекращении деятельности СЭВ

Б. Отказалось вмешиваться во внутренние дела этих стран

8. Заявило о намерении ввести советские войска

Г. Выразило резкое осуждение руководства этих стран

9. Прочтите отрывок из документа и укажите год, когда он был принят.

«Содружество Независимых Государств в составе республик Беларуси, РСФСР, Украины является открытым для присоединения всех государств - членом Союза ССР, а также для иных государств, разделяющих цели и принципы настоящего соглашения»

А. 1985 г.

В. 1993 г.

Б. 1991 г.

Г. 1998 г.

10. Что из названного характеризовало международное положение и внешнюю политику России в 1990-е гг.?

А. Расширение сотрудничества со странами Восточной Европы

Б. Ослабление напряженности в отношениях со странами Запада

В. Подписание соглашения о будущем вступлении России в НАТО

Г. Поддержка Россией всех внешнеполитических действий США

11. Что из названного было одной из причин усиления сепаратистских тенденций в национальных регионах СССР в конце 1980-х - начале 1990-х гг.?

А. Неэффективность реформ, проводимых в период перестройки

Б. Нарастающее усиление центральной власти

В. Стремление руководства центральных регионов изменить Конституцию СССР

Г. Отсутствие экономической поддержки Россией союзных республик

12. Одной из основных задач государственного устройства России на рубеже XX и XXI вв. стало

А. Выстраивание четкой вертикали власти

Б. Создание двух-трех крупных регионов России

В. Переустройство регионов на территориальной основе

Г. Превращение субъектов Российской Федерации в дотационные

13. Административные реформы, проводимые в России, направлены на:

А. Увеличение числа субъектов федерации

Б. Укрупнение субъектов федерации

В. Образование ряда новых автономных республик

Г. Отход от принципов федерализма

14. Какая из перечисленных республик НЕ относится к республикам Северного Кавказа:

А. Бурятия

В. Дагестан

Б. Чечня

Г. Ингушетия

15. Кто из ниже перечисленных деятелей культуры современной России не является писателем?

А. А.И. Солженицын Б. Ч.Т. Айтматов В. В.А. Гергиев Г. В.Г. Распутин

16. Что является одной из задач внешней политики современной России

А. Интеграция России в мировой рынок

Б. Оказание экономической помощи странам Восточной Европы

В. Вывод войск из Афганистана

Г. Подписание советско-американского договора о сокращении ракет средней дальности.

17. Какие из перечисленных тенденций характерны для СССР начала 1980-х гг.?

А. отказ от экономической поддержки стран социалистического лагеря

Б. активное внедрение в промышленность наукоемких и ресурсосберегающих технологий

В. существенное снижение производительности труда

Г. усиление государственного контроля за соблюдением трудовой дисциплины



- Д. существенное снижение рентабельности производства
- Е. отказ от плановой и переход на рельсы рыночной экономики

**18. Какие три из перечисленных событий произошли в период перестройки?**

- А. учреждение должности Президента СССР
- Б. отказ государства от оплаты внешних и внутренних долгов (дефолт)
- В. принятие Конституции РФ
- Г. провозглашение суверенитета России
- Д. проведение ваучерной приватизации
- Е. выступление ГКЧП

**19. Какие три положения относятся к причинам распада СССР?**

- А. Прекращение воздействия Запада на внешнюю политику страны
- Б. Научно-техническое отставание, падение эффективности производства
- В. Переход на семилетнее планирование экономического развития
- Г. Ликвидация монопольной власти КПСС в конце 1980-х гг
- Д. Отсутствие у централизованной, плановой экономической системы возможностей дальнейшего эффективного развития
- Е. Ликвидация Советов народного хозяйства

**20.** Прочтите отрывок из книги М.С.Горбачева. Выделите на основании данного отрывка три основных положения, определивших внешнеполитический курс страны во времена перестройки. Какое название получил этот внешнеполитический курс?

«Придя к концепции противоречивого, но взаимосвязанного, взаимозависимого, по сути дела, целостного мира, мы стали на этой основе выстраивать и свою внешнюю политику. Да, мы остаемся разными — что касается социального выбора, идеологических и религиозных убеждений, образа жизни. Различия, конечно, будут оставаться. Но что же, нам стреляться из-за них? Не правильнее ли будет перешагнуть через то, что нас разделяет, ради общечеловеческих интересов, ради жизни на Земле? Основной, исходный принцип прост: ядерная война не может быть средством достижения политических, экономических, идеологических, каких бы то ни было целей. Впрочем, развитие военной техники приобрело такой характер, что теперь и неядерная война по своим губительным последствиям становится сопоставимой с ядерной войной. Отсюда совершенно новая ситуация. Образ мысли и образ действия, основанные на применении силы в мировой политике, утратили всякое разумное основание. Впервые в истории жизненной потребностью стало положить в основу международной политики общечеловеческие морально-этические нормы, очеловечить, гуманизировать межгосударственные отношения.»

**Критерии оценивания:**

При оценивании практической и самостоятельной работы обучающегося учитывается следующее:

- качество выполнения практических заданий;
- качество оформления отчета о работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы;
- качество ответов на вопросы, обсуждаемые на семинаре.

Оценка производится по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно обосновывает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но допускает неточности в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Выполнение задания в тестовой форме оценивается по пятибалльной шкале следующим образом:

Оценка «5» соответствует 85%-100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 70%-84,9% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 50%-69,9% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0%-49,9% правильных ответов.

Элементы компетенций считаются сформированными, если обучающийся дал 70% и более % правильных ответов.

Элементы компетенций считаются частично сформированными, если обучающийся дал от 50% до 69,9 % правильных ответов.

Элементы компетенций считаются не сформированными, если обучающийся дал от 0% до 49,9 % правильных ответов.

**ОГСЭ.03 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# **1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОГСЭ.03 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 3г 10м и 2г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средства.

### ***Цель:***

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### ***Задачи:***

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочные средства.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
80 - 100	5 (отлично)
65 - 79	4 (хорошо)
50 - 64	3 (удовлетворительно)
менее 50	2(неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

<b>3. Результаты обучения (освоенные умение, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p>Освоенные умения:                      - общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы;                      - переводить (со словарём) иностранные тексты профессиональной направленности;                      - самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас</p> <p>Усвоенные знания:                      - лексический (1200 - 1400 лексических единиц) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарём) иностранных текстов профессиональной направленности.</p>	<p><i>Практическая проверка</i> знаний и умений у обучающихся на практических занятиях/<i>семинарах</i>).</p> <p><i>Устный опрос</i> (фронтальный, индивидуальный, комбинированный), доклады, сообщения, ответы на контрольные вопросы.</p> <p><i>Письменная проверка</i> знаний у обучающихся в виде контрольной, проверочных и самостоятельных работ, тестов и др.</p> <p><i>Стандартизированный контроль</i> знаний - (тест с последующей проверкой по эталону).</p> <p>Устный дифференцированный зачет</p>

<b>Результаты освоения общих, профессиональных компетенций и личностных результатов</b>	<b>Основные показатели оценки результатов</b>	<b>Формы и методы контроля</b>
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;</p> <p>ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий</p>	<p>Знание лексического (1200 - 1400 лексических единиц) и грамматического минимума, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности.</p> <p>Умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, используя адекватные языковые средства.</p> <p>Владение навыками проектной деятельности, моделирующей реальные ситуации межкультурной коммуникации.</p> <p>Умение самостоятельно выбирать успешные коммуникативные стратегии в различных ситуациях общения.</p> <p>Умение работать с информацией: поиск с использованием информационно-коммуникационных</p>	<p><i>Практическая проверка</i> знаний и умений у обучающихся на практических занятиях/<i>семинарах</i>).</p> <p><i>Устный опрос</i> (фронтальный, индивидуальный, комбинированный), доклады, сообщения, ответы на вопросы.</p> <p><i>Письменная проверка</i> знаний у обучающихся в виде контрольной, проверочных и самостоятельных работ, тестов и др.</p> <p><i>Стандартизованный контроль</i> знаний - (тест с последующей проверкой по эталону).</p> <p>Устный дифференцированный зачет.</p>

<p>уважение законных интересов и прав представителей различных этнокультурных, конфессиональных групп в российском обществе; национального достоинства, религиозных убеждений с учётом соблюдения необходимости обеспечения конституционных прав и свобод граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного и межнационального согласия людей, граждан, народов в России. Выражающий сопричастность к преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства, включенный в общественные инициативы, направленные на их сохранение</p>	<p>технологий, систематизация, анализ и оценка информации. Ясность и аргументированность ответов на заданные вопросы. Логичность сформулированных выводов. Правильное выполнение заданий для самостоятельной работы. Обладание навыками четкого и точного изложения собственной точки зрения в устной и письменной форме. Умение принимать правильное решение на основе анализа ситуации. Правильное оформление письменных работ.</p>	
---	---	--

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

Текущий контроль успеваемости и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, семинарских занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

#### **Перечень типовых тем для составления монологического высказывания.**

1. Человек, здоровье, спорт
2. Город, деревня, инфраструктура
3. Природа и человек (климат, погода, экология)
4. Повседневная жизнь, условия жизни.
5. Досуг.
6. Новости, средства массовой информации.
7. Навыки общественной жизни (повседневное поведение, профессиональные навыки и умения).
8. Культурные и национальные традиции, краеведение, обычаи и праздники
9. Государственное устройство, правовые институты
10. Планирование времени (рабочий день, досуг)
11. Условия проживания, система социальной помощи
12. Межличностные отношения (отношения между полами, семейные отношения, отношения между представителями разных поколений, социальные отношения, межконфессиональные отношения, расовые отношения).
13. Профессии и профессиональные качества, профессиональный рост, карьера.
14. Новости, средства массовой информации.
15. Реклама.
16. Искусство, музыка, литература, авторы произведений.

#### **Перечень типовых тем для составления диалогического высказывания.**

1. Описание людей (внешность, характер, личностные качества, профессии).
2. Человек, здоровье, спорт.
3. Город, деревня, инфраструктура.
4. Природа и человек (климат, погода, экология).
5. Повседневная жизнь, условия жизни.

6. Досуг.
7. Новости, средства массовой информации.
8. Навыки общественной жизни (повседневное поведение, профессиональные навыки и умения).
9. Культурные и национальные традиции, краеведение, обычаи и праздники.
10. Государственное устройство, правовые институты.
11. Планирование времени (рабочий день, досуг).
12. Условия проживания, система социальной помощи.
13. Межличностные отношения (отношения между полами, семейные отношения, отношения между представителями разных поколений, социальные отношения, межконфессиональные отношения, расовые отношения).
14. Профессии и профессиональные качества, профессиональный рост, карьера.
15. Новости, средства массовой информации
16. Реклама.
17. Искусство, музыка, литература, авторы произведений.

### **Типовые задания для контроля письменной речи**

#### **Вариант 1**

You have received a letter from your English-speaking pen friend Mary.

... I'm so impressed! Last weekend our class visited the Museum of the Moving Image. We learnt about the history and magic of cinema and TV. We could even try to draw our own cartoon film! I enjoyed it very much! We also met characters from the past and asked them different questions.

What was the last museum you visited? Did you enjoy it?

With love, Mary.

Write her a letter and answer the questions.

Ask three questions about the Museum of the Moving Image.

Write 100—120 words. Remember the rules of letter writing.

#### **Вариант 2**

You have received a letter from your English-speaking pen friend Andrew.

... Last weekend my father and I went fishing. It was great. How did you spend your last weekend? Does your leisure depend on the season of the year? Do you prefer to spend your weekends with your parents or with your friends? Why?...

Write him a letter and answer his 3 questions.

Write 100 — 120 words. Remember the rules of letter writing.

### **Типовые задания для проведения самостоятельной работы.**

#### **Вариант 1**

**1. Установите соответствие между заголовками А-Н и текстами 1-7. Запишите свои ответы в таблицу. Используйте каждую букву только один раз. В задании одна тема лишняя (Т4).**

- A. Land of poetry E. Want to entertain?
- B. Tourism industry F. If you like winter
- C. Paradise — or Paradise Lost? G. White beaches, warm sun
- D. A new discovery of the ancient land H. Leader № 1

1. China was closed to almost all foreign visitors from 1949 to the mid-1970s. Since economic reforms were implemented in 1979, China's tourism has developed very rapidly. The government has constructed major hotels, increased air travel to China and within the country, and opened historic sites to tourists. Millions of



visitors travel to China for its beautiful landscapes, interesting and diverse culture, and important historical attractions.

2. With the famous Alps and a wealth of cultural and recreational facilities, Austria is one of the world's top tourist destinations. Skiing is a popular pastime in the region of Tirol, in western Austria. The resort village of St. Christoph on the Arlberg Pass offers skiing at an altitude of more than 2,000 m.

3. Surfers Paradise, less than an hour's drive south of Brisbane, the capital of Queensland, is now at the heart of Australia's fastest-growing region in terms of both population and economic development. To some, Surfers Paradise on the Gold Coast — a strip of coastline that extends southward from Brisbane for about 100 kilometres to the New South Wales border — is the nightmare that will overwhelm much of Queensland's coastal regions if present population and tourist development trends continue. To others, Surfers Paradise is a dream about to come true, the symbol of a glittering future that will see Queensland transformed from Australia's poorest state into its richest and most populated one.

4. Early in the 1950s, Alaskans recognized tourism as a major source of income and tourists discovered Alaska as a vacationland. Each year visitors spend \$ 1.5 billion while in Alaska. The development and advertising of national parks has contributed to a dramatic increase in Alaskan tourism during the past decade. Tourists come in organized groups on tour ships, buses, or airplanes; as motor home caravans; and as individuals enjoying a wilderness experience. International tourism has also shown a dramatic increase in the 1990s.

5. Las Vegas bills itself as the "Entertainment Capital of the World," and tourism, gaming, and entertainment represent a large portion of the city's revenue. In addition to its renowned casinos, Las Vegas attracts visitors to its outdoor shows, including simulated volcanic eruptions, pirate duels on artificial lakes, and laser cannon displays. Indoor casino shows, with world-famous entertainers, are also popular. Annual events include the National Finals Rodeo and the Las Vegas Invitational Golf Tournament.

6. Lake District extends about 50 km from north to south and about 40 km from east to west. It became famous when a group of British poets (including William Wordsworth, Samuel Taylor Coleridge, and Robert Southey) made it their home about the beginning of the 19th century; they were described by unsympathetic critics as the Lake School of poetry. In 1906, 304 hectares on Ullswater were set apart as a national park. Lake District National Park now incorporates 2,240 sq km of the region. The area is a popular tourist destination.

7. An attractive and varied landscape, a rich set of cultural resources, and a world-renowned collection of foods and wines make France a major tourist destination. In 2002, France had 77 million visitors, more than any other nation in the world. Tourism is a leading industry in

France. The French themselves travel widely in their own country, an activity encouraged by the mandatory five-week paid vacation received annually by most workers.

**Прочитайте текст и заполните пропуски 1-6 частями предложений А-Г. Одна из частей в списке А-Г - лишняя. Перенесите ответы в таблицу.**

Today, when English is one of the major languages in the world, it is spoken in many countries either as the mother tongue or as a second language. It is the language of business, technology, sport, and aviation. In this article I'll focus on the two mostly commonly used versions of English — British and American English.

Before we take a look at some of the differences between the two main types of English I'd like to stress 1 \_\_\_\_\_ and with the ongoing internationalization of our modern world they could even said to be diminishing. The few differences that exist between British and American English tend rather to enrich

communication 2 . Although not all my British readers might agree, I think that the American version of spoken English is becoming more and more dominant for several reasons. Let me give you an example to show you 3

. When you go to the UK and switch on the TV you will see a lot of American shows, movies and films 4 \_\_\_\_\_ . Thus, especially young people watching TV will learn a lot of American vocabulary and phrases 5 \_\_\_\_\_ . It follows that modern British English is much more likely to be influenced by American English than the other way round because when you live in the US and watch TV you

rarely will see a British show or film. Another area where US English dominates is international business. Most globally operating companies are based in the US and 6\_\_\_\_\_.

However, as with any issue, the more you think about it, the more variations you will encounter and it would be impossible to cover them all in one article.

- A. hence the influence of American English terminology is very strong
- B. why American English has a stronger impact on British English than vice versa
- C. that has given English its present standing in the world
- D. that these differences are somewhat minor
- E. which they easily use as their own
- F. than slow it down
- G. which are shown in the original American version

**Прочитайте текст и выполните задания А15-А21, обводя цифру 1, 2, 3 или 4, соответствующую номеру выбранного вами варианта ответа.**

### **AUSTRALIA**

Crime was so common in 18th-century Britain that executions were weekly spectacles. Food shortages, harsh penal laws, and the general displacement of people during the early stages in the Industrial Revolution added to its criminal population. Leading social reformers of the day assumed that the best way to eliminate crime was to remove criminals from society. The British government deported many criminals to British overseas colonies. Tens of thousands of convicts were sent to the Americas. With the loss of its American colonies in 1783, Britain no longer had a convenient place to send its criminals.

Australia was portrayed as a remote and unattractive land for European settlement. However, British merchants and ship owners were looking for new trading opportunities in the East. Naval strategists were seeking fresh supplies of ship timbers and sailcloth.

Australia turned out to be of social and strategic value for a nation with rising crime rates and commercial interests in the Pacific and East Asia. In addition, nearby Norfolk Island, with its tall pine trees, offered a new supply of wood for ships' masts and flax for rope and sailcloth.

In 1786, the British government announced its intention to establish a penal settlement at Botany Bay in Australia. Men, women, and sometimes even children were sent to Australia. When the time of their sentence had been served, they were permitted either to go home — if they could pay the passage — or stay in Australia, which was more usual.

On May 13, 1787, Captain Arthur Phillip of the Royal Navy set sail from Portsmouth with the First Fleet. In addition to their crews numbering over 400 seamen, the 11 ships carried about 780 convicts. Phillip arrived at Botany Bay on January 18, 1788. Finding the bay a poor choice, he moved north to Port Jackson, which he discovered to be one of the world's best natural harbors. Here he began the first permanent settlement on January 26, now known as Australia Day. The settlement was named Sydney for Britain's home secretary, Lord Sydney, who was responsible for the colony.

Phillip's territory covered half of Australia, but his human resources were limited. In particular, he lacked the gardeners, skilled carpenters, and engineers needed to develop a self-supporting colony.

His major concern, until his departure in 1792, was ruling virtually single-handedly over the small penal settlement. Conditions were tremendously hard for both convicts and their warders. Three major problems confronted the early governors: providing a sufficient supply of foodstuffs; developing an internal economic system; and producing exports to pay for the colony's imports from Britain. Land around Sydney was too sandy for suitable farming, and the colony faced permanent food shortages through the 1790s. Natural food sources were largely limited to fish and kangaroo. Phillip encouraged the establishment of farms on the more fertile banks of the Hawkesbury River, a few miles northwest of Sydney, but floods often spoiled the crops. Starvation was prevented only by the arrival of ships bearing supplies of grain from Africa's Cape of Good Hope.

Vitally needed food supplies came mainly from Norfolk Island, nearly 1,600 km away, which Phillip had occupied in February 1788. The island later served as a jail for the more hardened criminals.

The population, both convict and free, increased rapidly after the end of the Napoleonic Wars in 1815. There was a growing tension between convict and free colonists. The released convicts wanted land and opportunities and urged that they be given more rights. They also opposed further convict transportation and wanted it to be abolished. The free settlers demanded that convicts, even after their release, should be kept in reservation and excluded from polite society. The end to the tension was put only by the Act of Parliament in 1823.

The British government came to the conclusion that the best way of eliminating crime was

- 1) to execute criminals.
- 2) to put criminals to prisons.
- 3) to remove criminals from the country.
- 4) to introduce harsh penal laws.

Which of the following statements contradicts the text?

- 1) Britain regarded Australia as a place of strategic value.
- 2) Rising crime rates in Australia made this land unattractive for Europeans.
- 3) Britain was interested in the Pacific region.
- 4) The phrase "a nation with rising crime rates" refers to Great Britain.

Britain was eager to establish its first settlement in Australia because

- 1) they did not want to send prisoners to America.
- 2) America was a long way from Britain.
- 3) the place where they sent convicts became independent of Britain.
- 4) it was a rich colony.

British criminal population rose due to all those factors except

- 1) leading social reformers.
- 2) strict penal laws.
- 3) food shortages.
- 4) the general displacement of people.

To develop a self-supporting colony, Captain Arthur Phillip needed all except

- 1) engineers.
- 2) gardeners.
- 3) soldiers.
- 4) skilled carpenters.

One of major problems confronted the early governors was 1) producing imports to pay for the colony's exports from Britain. 2) ruling virtually single-handedly over the small penal settlement. 3) developing an external economic system.

- 4) providing a sufficient supply of foodstuffs.

Released convicts wanted all except

- 1) land.
- 2) rights.
- 3) further convict transportation.
- 4) more opportunities.

**Установите соответствие между заголовками А-Н и текстами 1-7. Занесите свои ответы в таблицу. Используйте каждую букву только один раз. В задании одна тема лишняя (Г7).**

- |             |                        |                                      |
|-------------|------------------------|--------------------------------------|
| A. Marriage | D. Recreation          | G. Holidays and                      |
| B. Meals    | E. Origin Celebrations | C. Socializing F. Family H. Location |

1. The country has one of the lowest population growth rates in the world. Links with the extended family remain close. The husband is traditionally considered to be the head of the household, and the wife is responsible for caring for the house and children.

2. A handshake usually accompanies a greeting. Male friends often add a pat on the back and, if they have not seen each other for some time, embrace each other. Female friends often kiss each other on both cheeks when greeting or parting. The use of first names is not widespread, and it is still fairly common in business or when addressing older people to use *Senor* ("Mr."), *Senora* ("Mrs."), or *Senorita* ("Miss"). In some areas, the titles *Don* and *Dona* are used with the first name to show particular respect.

3. The main spectator sport is soccer, which is followed passionately. Spaniards also enjoy golf, basketball, tennis and, in certain regions, hunting, skiing, and fishing. Bullfights still draw crowds. The bullfight, so important a part of Spanish tradition, has been called a *fiesta brava*. It is far more than a mere spectator sport; fans applaud not only the bravery of the *toreros* but their dexterity and artistry as well. Television and cinema are popular. Theatre, music, dance, and opera are well supported in cities such as Madrid and Barcelona.

4. Spain occupies the greater part of the Iberian Peninsula, and is bounded in the north by the Bay of Biscay, France, and Andorra; in the east by the Mediterranean Sea; in the south by the Mediterranean Sea and the Atlantic Ocean; and in the west by Portugal and the Atlantic Ocean. The British dependency of Gibraltar is situated at the southern extremity of Spain.

The Balearic Islands in the Mediterranean and the Canary Islands in the Atlantic Ocean off the coast of Africa are governed as provinces of Spain.

5. Spain's earliest written history tells of a long sequence of migrations and cultural mingling. Home to Iberians in prehistory, Spain was colonized by Celtic and Phoenician settlers by the 8th century BC. The name Spain (*Hispania*) owes its origins to the Phoenicians, who called the Iberian Peninsula "*Span*," which meant hidden or remote land. Celtic and Phoenician settlers were followed by Greeks and Carthaginians and then by Romans. It took Roman soldiers 200 years to conquer all of Spain, a process completed in the 1st century BC.

6. Another important festival is *Fa Has de San Jose* (Bonfires of Saint Joseph), which takes place in Valencia in March. Enormous, elaborate papier-mache sculptures — satirical depictions of public figures and the year's events — are displayed. At the end of the week, all but the finest of the sculptures are burned in a ceremony accompanied by fireworks. The *Feria de Abril* in Seville is a particularly lively event in late April.

7. Spaniards enjoy a wide range of meat and fish, salad and fruit, and cheese. Adults usually drink wine with their meals, and children drink mineral water or soft drinks. There is usually plenty of bread. Traditional Spanish dishes include *gazpacho* (a cold soup of onions, peppers, tomatoes, and garlic); *paella* (rice, saffron, chicken, seafood, and a variety of other items cooked and served in a large, shallow pan); *calamares en su tinta* (squid cooked in its ink and served on a bed of rice); and *cocido* (Castilian stew).

**Прочитайте текст и выполните задания A15-A21, обводя цифру 1,**

**2, 3 или 4,**

**соответствующую номеру выбранного вами варианта ответа**

### **WALES**

Wales is part of the United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland, united politically, legally, and administratively with England and occupying a broad peninsula on the western side of the island of Great Britain. Cardiff is the capital, principal seaport, and shipbuilding center. The major cities of Wales besides Cardiff are Swansea, a seaport and center of the tin-plate industry, and Newport.

Wales has an irregular coastline with many bays, the largest of which is Cardigan Bay. Except for narrow, low-lying coastal regions, mainly in the south and west, Wales is almost entirely mountainous. The principal range is the Cambrian Mountains, which extend north and south through central Wales. The Dee River, which rises in Bala Lake, the largest natural lake in Wales, and flows small percentage of the people speak Welsh only; more than one-quarter of the population speak both Welsh and English. As part of an effort to preserve Welsh culture, the government supports Welsh language books, plays, and other artworks. The British Broadcasting

Corporation has set aside a channel to broadcast in Welsh during peak viewing hours. Somewhat isolated by a rugged, mountainous terrain, the Welsh have retained more of the culture of their Celtic ancestors than have either the Scots or the English. The Welsh are well known for their love of singing, and their hymns and folk songs are widely known throughout the world. The long and rich folk tradition has been maintained throughout the rural districts especially, and, since 1906, the Welsh Folk Song Society has done valuable work in collecting and publishing this material. Choral singing is an extremely popular and characteristic part of Welsh musical life.

Traditional instruments, especially the harp, are still played. Music plays a large part in the annual festival, the Royal National Eisteddfod, at which poetry reading and Welsh folk arts are also featured. The Eisteddfod is held each year in a different locality, and Welsh natives and those of Welsh descent from all over the world attend. The International Music Eisteddfod is also held annually in Llangollen.

Wales is governed as an integral part of England, and Wales is represented by 40 members in the House of Commons. In 1999, Wales elected its own assembly, although it continues to send members to Parliament in London. The Welsh assembly, or Senedd, has 60 members and is led by an executive committee. The new Welsh assembly does not have the power to raise taxes. It is only able to distribute the money it receives from the British government.

The new assembly took over most of the responsibilities previously handled by the secretary of state for Wales. Some of these responsibilities include economic development, the environment, education, local government, health services, housing, transportation, the arts, and language. The British government continues to control foreign affairs, defense, taxation, overall economic policy, social security, and broadcasting.

**A15**

According to the text,

- 1) Wales is part of England.
- 2) Wales and England constitute a political, legal, and administrative entity.
- 3) Wales is an island.
- 4) England is an island.

**A16**

The text states that

- 1) the seashore of Wales is indented.
- 2) the landscape of Wales is flat.
- 3) coastal regions are mountainous.
- 4) the climatic zone of Wales differs from that of England.

**A17**

The text lacks mentioning such items as

- 1) population density.
- 2) land and resources.
- 3) major cities.
- 4) agriculture.

**A18**

The words "their Celtic ancestors" mean

- 1) manners.
- 2) relations.
- 3) traditions.
- 4) fathers.

**A19**

The Welsh folk tradition has been maintained especially

- 1) by the Welsh government.
- 2) in towns.

- 3) in villages.
- 4) by Welsh ancestors.

**A20**

Which statement contradicts the text?

- 1) Wales is governed by England.
- 2) There are two official languages in Wales.
- 3) There are 40 members of Wales in the House of Commons.
- 4) There are 60 members in the Welsh assembly.

**A21**

The responsibilities of the Welsh assembly include everything except

- 1) environmental issues.
- 2) transportation facilities.
- 3) foreign affairs.
- 4) education.

**Тестовые задания для контроля грамматических навыков**

**Вариант 1.**

1. I (not to sleep) now.

- A) am not sleeping B) don't sleep C) didn't sleep D) am not sleep

2. There were ... of my friends there.

- A) some B) anybody C) any D)no

3. We didn't see ... in the hall.

- A) somebody B) somewhere C) no D) anybody

4. Вставьте артикли, где необходимо.

I knew ... man who had travelled very much in his life. He had visited many countries in ... east and in ... west.

- A) a, -, - B) a, the, the C) a, a, a D) -, the, the

5. I began writing my composition ... seven o'clock and finished only ... midnight.

- A) at, in B) at, at C) in, at D) in, in

6. I suppose almost everyone would agree that zoos have ... well-deserved reputation ...being useful institutions.

- A) a, on B) an, in C) the, for D) a, for

7. I gave way.

- A) Я дала дорогу. B) Я дала путь. C) Я съехала с дороги. D) Я уступила.

8. If you are getting ... up with wasting time looking for parking space, my advice to you is to consider the bicycle as an alternative of transport.

- A) tired B) irritated C) fed D) angry

9. Let the ..... down before you try them.

- A) cookies to cool B) cookies cooling C) cookies cool D) cookies'cooling

10. The fire ... for twelve hours in the forty-storey building by the time it was finally put out by the fire brigade.

A) was raging B) had been raging C) has raged D) was raged

**Вариант 2.**

1. Найди ошибку.

A) keep - kept - kept B) hit - hit - hit C) shake - shake - shaken D) slide - slid - slid

2. A game in which two teams of five players each try to score goals by throwing a large ball through a net fixed to a metal ring at each end of the court. The players bounce a ball while running and pass it to each other.

A) badminton      B) rugby      C) football      D) basketball

3. If Doris ... on time, she ... here at about three o'clock.

A) arrives, will come      B) will arrive, comes  
C) will arrive, will come      D) arrives, comes

4. Look at the timetable. Our boat ... at 6.15.

A) is sailing      B) sails      C) will sail      D) sailing

5. The family visited a number of nice places ... the summer.

A) to      B) for      C) during      D) at

6. Most of the time he just picks ... his food.

A) out      B) at      C) with      D) up

7. Modern or relating to the present time.

A) contemporary      B) efficient      C) rapid      D) beneficial

8. Найди ошибку.

A) phenomenon - phenomena      B) datum - data  
C) cactus - cacti      D) criterion - criterium

9. В каком ряду слова не являются антонимами.

A) knowledge - ignorance      B) public - private

C) sharp - blunt

D) helpful - useful

10. В какой части предложения допущена ошибка: I am busy to my translation from Russian into English.

A) I am busy

B) to my translation

C) from Russian

D) into English

#### **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета. Устного дифференцированного зачета проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на дифференцированном зачете в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий дифференцированный зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На устном дифференцированном зачете обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса по пройденному материалу и выполнить письменно практическое задание. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине «Иностранный язык» путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

##### **Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации**

1. Модальный глагол can.
2. Модальный глагол may.
3. Прочитать и перевести текст.
4. Модальный глагол must.
5. Страдательный залог.
6. Прочитать и перевести текст.
7. Вопросительные предложения.
8. Вопрос к подлежащему.
9. Рассказать о праздниках в России.
10. Типы условных предложений.
11. Условные предложения Г типа.
12. Рассказать о дворовых спортивных площадках.
13. Условные предложения II типа.
14. Рассказать о новом фильме про спорт.
15. Условные предложения III типа.
16. Бессоюзные условные предложения.
17. Согласование времен.
18. Прямая и косвенная речь.
19. Твой любимый музей нашего города.
20. Перевод вопросительных предложений из прямой речи в косвенную.
21. Перевод повелительного предложения из прямой речи в косвенную.
22. Причастие.
23. Рассказ об обычаях и традициях Британии.
24. Причастие I типа.



25. Рассказ о праздниках Британии.
26. Причастие II типа.
27. Конструкции с причастием.
28. Рассказ об исторических зданиях Лондона.
29. Герундий.
30. Рассказ о путешествиях.
31. Герундиальный оборот.
32. Рассказ о занятиях спортом.
33. Инфинитив.
34. Рассказ о Соединенных Штатах Америки: географическое положение, климат, население.
35. Словообразование (суффиксы и префиксы).
36. Рассказ об известном русском писателе или художнике.

**Примерные варианты практических заданий для проведения промежуточной аттестации**

- 1) Прочитать и перевести текст. Ответить на вопросы.
- 2) Вставьте частицу to перед инфинитивом, где необходимо.
  - 1) She did not let her mother ... go away.
  - 2) We had ... put on our overcoats because it was cold.
  - 3) They wanted . cross the river.
  
- 2) Переведите на английский язык, употребляя требующуюся форму инфинитива.
  - a) Я рад, что рассказал вам эту историю.
  - b) Я хочу познакомить вас с этой артисткой.
  - c) Я рад, что меня встретили на станции.
  
- 3) Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму инфинитива.
  - 1) He seems (to read) a lot.
  - 2) I want (to take) you to the concert.
  - 3) She hoped (to help) by her friends.
  
- 4) Переведите на английский язык.
  - 1) Я хочу, чтобы меня познакомили с этой артисткой.
  - 2) Мы очень счастливы, что пригласили его на вечер.
  - 3) Дети любят, когда им рассказывают сказки.
  
- 5) Прочитать и перевести текст. Ответить на вопросы.  
Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму инфинитива.
  - 1) I hate (to bother) you, but the students are still waiting (to give) books for their work.
  - 2) He is glad (to help) with his health problems.
  - 3) I am sorry (to break) your cup.
  
- 6) Переведите на английский язык.
  - 1) Мы очень счастливы, что нас пригласили на вечер.
  - 2) Я не ожидал, что меня остановят.
  - 3) Я сожалею, что причинил вам столько беспокойства.
  
- 7) Прочитать и перевести текст. Ответить на вопросы.  
Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму инфинитива.
  - 1) She seems (to work) at this problem ever since she came here.
  - 2) The women pretended (to read) and (not to hear) the bell.
  - 3) He hoped (to help) by her friends.

8) Переведите на английский язык.

- 1) Она рада, что присутствовала на лекции.
- 2) Я сожалею, что не застала вас дома.
- 3) Наши спортсмены гордятся тем, что выиграли кубок..

9) Прочитать и перевести текст. Ответить на вопросы.

Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму инфинитива.

- 1) His English seems (to get) better.
- 2) He wants (to take) to the correct by my father.
- 3) I am glad (to do) all the homework yesterday.

10) Переведите на английский язык.

- a) Она счастлива, что слышала концерт известного итальянского дирижера
- b) Он не выносит, когда ему лгут.
- c) Он очень доволен, что закончил свою книгу.

11) Прочитать и перевести текст.

Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму причастия.

- 1) The girl (writing, written) on the blackboard is our best pupil.
- 2) He listened to the girls (singing, sung) Russian folk songs.
- 3) The dishes (washing, washed) by Kate looked very clean.

12) Перевести на русский язык.

- a) Entering the room, she turned on the light.
- b) Coming to the theater, she saw that the performance had already begun.
- c) Hearing the sounds of music, we stopped talking.

13) Прочитать и перевести текст.

Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму причастия.

- 1) (to write) in very bad handwriting, the letter was difficult to read.
- 2) (to spend) twenty years abroad, he was happy to be coming home.
- 3) (to be) so far away from home, he still felt himself part of the family.

14) Переведите на русский язык.

- 1) Looking out of the window, he saw his mother watering the flowers.
- 2) She went into the room, leaving the door open.
- 3) Frankly speaking, he has made a terrible mistake.

15) Прочитать и перевести текст

Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму причастия

- a) (to phone) the agency, he left (to say) he would be back in two hours.
- b) (to translate) by a good specialist, the specialist, the story preserved all the sparkling humor of the original.
- c) The exercises (doing, done) by the pupils were easy.

16) Переведите на русский язык.

- 1) A letter sent from St. Petersburg today will be in Moscow tomorrow.
- 2) When sending the telegram, she forgot to write her name.
- 3) A fish taken out of the water cannot live.

17) Прочитать и перевести текст.

Модальный глагол Can

Раскройте скобки, используя Can или can't + глагол в скобках

- a) Kate (speak English) well.
- b) You (not \ lift) this box: it is too heavy.
- c) My friend (not \ come) in time.

18) Переведите на английский язык, используя can или can't

- 1) Ты можешь отдохнуть, если хочешь.
- 2) Он превосходно катается на лошади.
- 3) Эта старая женщина не спит ночью.

19) Прочитать и перевести текст.

Модальный глагол may (might)

Дополните предложения, используя глагол may или might

- a) You ... help him
- b) You ... phone me at night.
- c) You . ask him about it.

20) Переведите на русский язык, используя may или might

- a) Можно ли здесь курить?
- b) Можно мне оставить его с вами?
- c) Ты мог бы играть лучше.

21) Прочитать и перевести текст.

Модальный глагол must (mustn't), have to, had to

Заполните пропуски в предложениях, используя must (mustn't), have to, had to

- a) He .. train five times a week.
- b) In tennis, you . hit the ball over the net.
- c) Rugby players . wear crash helmets.

22) Переведите на английский язык, используя must или его эквивалент.

- a) Он сейчас должен быть в спортзале.
- b) Мне пришлось помочь ему вчера.
- c) Вы должны были прочитать этот текст.

23) Прочитать и перевести текст.

1. Страдательный залог.

Переведите предложения в страдательный залог.

- a) We think about him all the time.
- b) They sent for the doctor.
- c) Thee looked for the keys everywhere.

24) Переведите на английский язык.

- a) Её часто посылают на соревнования.
- b) Об этом матче много говорили.
- c) Хлеб едят каждый день.

25) Прочитать и перевести текст.

Сослагательное наклонение после «I wish»

Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму причастия после I wish

- a) I wish I (to have) a season ticket to the Philharmonic next winter.
- b) I wish I (not to lend) Nick my watch: he has broken it.
- c) I wish you (to send) word as soon as you arrive.

26) Переведите язык на английский язык, употребляя I wish.

- a) Жаль, что он недостаточно серьезен.
- b) Жаль, что вы пришли так поздно.
- c) К сожалению, они уже знают об этом.

27) Прочитать и перевести текст.

Передайте следующие специальные вопросы в косвенной речи, начиная каждое предложение со слов, данных в скобках.

- a) Where is he going? (He didn't tell anybody...).
- b) Where has he gone? (Did you know.).
- c) When is he leaving school? (I wanted to know.).

28) Переведите на английский язык, соблюдая правила согласования времен

- a) Все были уверены, что Борис хорошо сдаст экзамены.
- b) Я знал, что вы живёте в Москве, но не знал вашего адреса.
- c) Я боялся, что вы не последуете моему совету.

29) Прочитать и перевести текст.

Переведите следующие вопросы в косвенную речь

- a) I said to Boris, "Does you fried live in London?"
- b) They said to the man, "are you living in a hotel?"
- c) He said to his friend, "Do you often go to see your friends?"

30) Переведите на английский язык.

- a) Простите, мы не думали, что вы ждете нас.
- b) Все знали, что она поедет в Рим.
- c) Я думал, что он подождет меня.

31) Прочитать и перевести текст.

Восстановите прямую речь в следующих предложениях

- a) I asked my aunt if she was going to her hometown for the holidays.
- b) He asked his classmates to wait for him.
- d) He asked her if anyone else knew about his arrival.

32) Переведите на английский язык.

- a) Она спросила будет ли она читать эту книгу.
- b) Он спросил у Ника, смотрел ли он новый фильм
- c) Она сказала, что не сделала домашнее задание.

33) Прочитать и перевести текст.

Модальный глагол need

Переведите на русский язык

- a) You need not read so many books.

- b) Nick need not go to school today.
- c) They need not translate this difficult article.

34) Переведите на английский язык, употребляя модальный глагол need

- a) Вы можете не ходить туда.
- b) Ему незачем беспокоиться о ней.
- c) Надо ли ей покупать такую массу продуктов?

35) Прочитать и перевести текст.

Вопросительные предложения. Вопросительные слова. Типы предложений. Задайте общие вопросы.

- a) I study at the Lesgaft State University.
- b) I've lost my key.
- c) I slept well last night.

36) Задайте разделительные вопросы.

- a) The clock is working.
- b) My parents have gone.
- c) She had dinner with somebody.

37) Рассказ о колледже.

Вопрос к подлежащему. Вопросительные слова.

Задайте вопросы к подлежащему

- a) He has broken the window.
- b) Somebody won the game.
- c) Something is written on the blackboard.
- d) Everything has to be in order.
- e) We did something.
- f) Somebody lives in the house.

38) Рассказ о любом виде спорта.

Специальные вопросы. (К чему они относятся)

Задайте специальные вопросы.

- a) It was late this morning.
- b) She'll do it tomorrow.
- c) You must have your passport with you.

39) Разделительные вопросы. Задайте разделительные вопросы.

- a) He lives in St. Petersburg.
- b) She says she is having dinner at the moment.
- c) They won in the competitions.

40) Рассказать какие англоязычные страны вы знаете. Какие национальности живут в этих странах

Условные предложения I типа.

Употребите глаголы в нужной форме.

- a) If you do this exercise, you (win) the competition.

- b) If you miss training sessions, you (lose) the competition.
- c) If you begin to train more now, you (improve) your results in any case.

41) Переведите на английский язык.

- a) Если погода будет хорошая, мы будем играть на открытом воздухе.
- b) Если ты мне позвонишь, я тебе кое-что расскажу.
- c) Если я найду свою книгу, я буду очень рад.

42) Рассказ о лучшем друге.

Условные предложения II типа

Употребите глаголы в нужной форме.

- a) If I were taller, I (practice) basketball.
- b) If you listened carefully, you (understand) me.
- c) If he was here, he (help) us.

43) Переведите фразы на английский язык.

- a) Если бы я выбирал место для тренировки, я выбрал бы этот стадион.
- b) Если бы я увидел его завтра, я спросил бы его об этом.
- c) Если бы я выиграл миллион долларов, я купил бы яхту.

44) Расскажите о реках и озёрах России

Условные предложения III типа.

Употребите глаголы в нужной форме.

- a) If he had come to our house yesterday, he (meet) his friend.
- b) If he hadn't helped me, I (be) in a very difficult situation.
- c) If she hadn't passed her examination, she (not \ get) a scholarship.

45) Переведите фразы на английский язык.

- a) Если бы он знал, что вам это не понравится (like), он этого не делал бы.
- b) Если бы ты не позвонил мне, я бы забыл о её дне рождения.
- c) Если бы он не посещал регулярно тренировки, он не победил бы в соревнованиях.

46) Рассказ о погоде в нашем городе (4 времени года).

Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму инфинитива.

- a) She seems (to work) at this problem ever since she came here.
- b) The women pretended (to read) and (not to hear) the bell.
- c) He hoped (to help) by her friends.

47) Перевести на английский язык

- d) Она рада, что присутствовала на лекции.
- e) Я сожалею, что не застала вас дома.
- f) Наши спортсмены гордятся тем, что выигрели кубок..

48) Прочитать и перевести текст. Ответить на вопросы.

Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму причастия.

- a) The girl (writing, written) on the blackboard is our best pupil.
- b) He listened to the girls (singing, sung) Russian folk songs.
- c) The dishes (washing, washed) by Kate looked very clean.

49) Перевести на русский язык.

- a) Entering the room, she turned on the light.
- b) Coming to the theater, she saw that the performance had already begun.
- c) Hearing the sounds of music, we stopped talking.

50) Прочитать и перевести текст.

Модальный глагол Can

Раскройте скобки, используя Can или can't + глагол в скобках

- a) Kate (speak English) well.
- b) You (not \ lift) this box: it is too heavy.
- c) My friend (not \ come) in time.

51) Переведите на английский язык, используя can или can't

- a) Ты можешь отдохнуть, если хочешь.
- b) Он превосходно катается на лошади.
- c) Эта старая женщина не спит ночью.

52) Прочитать и перевести текст

Модальный глагол must (mustn't), have to, had to

Заполните пропуски в предложениях, используя must (mustn't), have to, had to

- a) He .... train five times a week.
- b) In tennis, you ... hit the ball over the net.
- c) Rugby players . wear crash helmets.

53) Переведите на английский язык, используя must или его эквивалент.

- a) Он сейчас должен быть в спортзале.
- b) Мне пришлось помочь ему вчера.
- c) Вы должны были прочитать этот текст.

54) Прочитать и перевести текст.

Сослагательное наклонение после «I wish»

Раскройте скобки, употребляя требующуюся форму причастия после I wish

- a) I wish I (to have) a season ticket to the Philharmonic next winter.
- b) I wish I (not to lend) Nick my watch: he has broken it.
- c) I wish you (to send) word as soon as you arrive.

55) Переведите язык на английский язык, употребляя I wish.

- a) Жаль, что он недостаточно серьезен.
- b) Жаль, что вы пришли так поздно.
- c) К сожалению, они уже знают об этом.

56) Прочитать и перевести текст.

Переведите следующие вопросы в косвенную речь

- a) I said to Boris, "Does you fried live in London?".
- b) They said to the man, "are you living in a hotel?".
- c) He said to his friend, "Do you often go to see your friends?"

57) Переведите на английский язык.

- a) Простите, мы не думали, что вы ждете нас.
- b) Все знали, что она поедет в Рим.
- c) Я думал, что он подождет меня.

58) Прочитать и перевести текст.

Восстановите прямую речь в следующих предложениях

- a) I asked my aunt if she was going to her hometown for the holidays.
- b) He asked his classmates to wait for him.
- e) He asked her if anyone else knew about his arrival.

59) Переведите на английский язык.

- a) Она спросила будет ли она читать эту книгу.
- b) Он спросил у Ника, смотрел ли он новый фильм
- c) Она сказала, что не сделала домашнее задание.

Критерии оценивания:

Каждый вопрос дифференцированного зачета оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Оценка за дифференцированный зачет определяется как средний балл по всем заданиям (вопросам)



## **ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

## СОДЕРЖАНИЕ

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ 04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

**1.1** Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

**1.2** Уровень образования: СПО.

**1.3** Присваиваемая квалификация: тренер по виду спорта.

**1.4** Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.

**1.5** Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### ***Цель:***

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### ***Задачи:***

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

### **1.6** . Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативнометодической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

Таблица 1.

## Оценка текущего контроля.

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

1.2. Сводные данные об объектах оценивания, показателях и критериях оценивания, типах заданий; формах аттестации

Результаты освоения (объекты оценивания)	Основные показатели оценки результата и их критерии	Тип задания; № задания	Форма аттестации (в соответствии с учебным планом)
<b>Уметь:</b> -использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	Экспертная оценка на практических занятиях, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы, индивидуальный подход в оценке выполнения зачетного норматива.	Выполнение зачетного норматива.	Дифференцированный зачет
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	Экспертная оценка на практических занятиях, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы, индивидуальный подход в оценке выполнения зачетного норматива	Выполнение зачетного норматива.	Дифференцированный зачет
<b>Знать:</b> -о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Экспертная оценка на практических занятиях, индивидуальный опрос, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы	Самостоятельная работа с литературными источниками, защита рефератов	Дифференцированный зачет
-основы здорового образа жизни	Экспертная оценка на практических занятиях, индивидуальный опрос, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы	Самостоятельная работа с литературными источниками, защита рефератов	Дифференцированный зачет

## 2. Комплект оценочных средств

### 2.1 Задания для проведения дифференцированного зачета

#### КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (17-18 лет)

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень подготовки					
				Юноши			Девушки		
				высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Скоростные	Бег 100 м, сек	17-18	14,2 и выше	14,5	15,0	17,0	17,6	18,0
2	Координационные	Челночный бег 10х10 м, сек	17-18	27,0	28,0	29,0	29,0	31,0	33,0
3	Скоростносиловые	Прыжки в длину с места, см	17-18	240 и выше	220	200	200 и выше	180-190	160
4		Выносливость	Бег 1000 м (юн.) Бег 500 м(дев), минуты	17-18	3,40	3,55		4,10	2,00
5	Силовые	Подтягивание, раз	17-18	12	10	8	18	15	12
		Поднимание туловища из положения лежа, за 30 сек	17-18	30 и выше	27	25	27	25	23
		Подъем переворотом, раз	17-18	4	3	2			
		Сгибание и разгибание рук, раз	17-18	12	10	7	12	10	8
		Комплексно-силовое упр., раз	17-18	46	42	38			

## КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ

### ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (18-19 лет)

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень подготовки					
				Юноши			Девушки		
				высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Скоростные	Бег 100 м, сек	18-19	13,9 и выше	14,2	14,5	16,8	17,4	17,8
2	Координационные	Челночный бег 10x10 м, сек	18-19	26,0	27,0	28,0	28,0	30,0	32,0
3	Скоростносиловые	Прыжки в длину с места, см	18-19	250 и выше	230	210	210 и выше	190-200	170
4	Выносливость	Бег 1000 м (юн.) Бег 500 м (дев), минуты	18-19	3,30	3,45	4,00	1,50	2,00	2,10
5	Силовые	Подтягивание, раз	18-19	14	11	9	20	18	15
		Поднимание туловища из положения лежа, за 1 мин.	18-19	40 и выше	35	30	30	27	25
		Подъем переворотом, раз	18-19	5	4	3			
		Сгибание и разгибание рук, раз	18-19	15	12	10	14	12	10
		Комплексно-силовое упр., раз	18-19	48	44	40			

**КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ (19-20 лет)**

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень подготовки					
				Юноши			Девушки		
				высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Скоростные	Бег 100 м, сек	19-20	13,7 и выше	14,0	14,3	16,5	17,0	17,5
2	Координационные	Челночный бег 10x10 м, сек	19-20	25,0	26,0	27,0	27,0	29,0	31,0
3	Скоростносиловые	Прыжки в длину с места, см	19-20	260 и выше	240	220	220 и выше	200-210	180
4	Выносливость	Бег 1000 м (юн.) Бег 500 м(дев),минуты	19-20	3,20	3,35	3,50	1,45	1,55	2,05
5	Силовые	Подтягивание, раз	19-20	16	12	10	22	20	18
		Поднимание туловища из положения лежа, за 1 мин.	19-20	45 и выше	40	35	33	30	28
		Подъем переворотом, раз	19-20	6	5	4			
		Сгибание и разгибание рук, раз	19-20	18	15	12	16	14	12
		Комплексно-силовое упр., раз	19-20	52	48	44			

2.2.Контрольные тестовые задания:

**ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

Тесты по разделу «Легкая атлетика» и «Профессионально-прикладная физическая подготовка»»	оценка	результаты		
		2 курс	3 курс	4 курс
1. Бег 1000 м (мин, с)	5	3,40	3,30	3,20
	4	3,55	3,45	3,35
	3	4,10	4,00	3,50
2. Бег 100 м (сек)	5	14,2	13,9	13,7
	4	14,5	14,2	14,0
	3	15,0	14,5	14,3
3. Прыжок в длину с места (см)	5	240	250	260
	4	220	230	240
	2	200	210	220
4. Прыжок в длину с разбега (см)	5	420	440	460
	4	400	420	440
	3	380	400	420
5. Координационный тест — челночный бег 10x10 м (с)	5	27,0	26,0	25,0
	4	28,0	27,0	26,0
	3	29,0	28,0	27,0
6. Силовой тест — подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	5	12	14	16
	4	10	12	14
	3	8	10	12
7. Силовой тест - сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	5	12	15	18
	4	10	12	15
	3	7	10	12
8. Силовой тест - подъем переворотом (кол-во раз)	5	4	5	6
	4	3	4	5
	3	2	3	4
9. Комплексно-силовое упражнение (кол- во раз за 1 мин)	5	48	52	56
	4	44	48	52
	3	40	44	48
10. Прохождение полосы препятствий (мин) (каждый год полоса усложняется на 1-2 элемента)	5	1,20	1,20	1,20
	4	1,30	1,30	1,30
	3	1,40	1,40	1,40
11. Поднимание туловища из положения лежа, за 1 мин	5	35	40	45
	4	30	35	40
	3	25	30	35



**Примечание.** Упражнения и тесты по профессионально-прикладной подготовке разрабатываются кафедрами физического воспитания с учетом специфики профессий (специальностей) профессионального образования.

#### **Тесты по разделу «Волейбол»:**

- передача мяча двумя руками сверху над собой и в паре через сетку - 15-20 раз;
- прием мяча двумя руками снизу над собой и в паре через сетку - 15-20 раз;
- верхняя прямая и нижняя прямая подача через сетку по зонам задней и передней линии - по 2 подачи в каждую зону;
- нападающий удар из 4, 2 и 3 зон с набрасывания мяча - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- блокирование в 4, 2 и 3 зонах набрасываемого мяча - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- учебно-тренировочная игра - визуальная оценка взаимодействия партнёров на площадке в процессе игры, тактической подготовки, судейских навыков.

#### **Тесты по разделу «Баскетбол»:**

- техника ведения и передачи мяча в парах - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- ведение по дуге - два шага - бросок - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- упражнение с ведением мяча правой и левой рукой, техникой выполнения двух шагов, броском в корзину
- визуальная оценка выполнения технических приёмов;
- штрафные броски - 10 бросков - % попаданий не ниже 30;
- броски с различных расстояний по дуге (7 точек) - по 3 броска с каждой точки - % попаданий не ниже 30;
- 3-очковые броски - 10 бросков - % попаданий не ниже 30;
- учебно-тренировочная игра - визуальная оценка взаимодействия партнёров на площадке в процессе игры, тактической подготовки, судейских навыков.

#### **Тесты по разделу «Атлетическая гимнастика, гимнастика, гиревой спорт (юноши)»:**

- выполнение акробатической комбинации - визуальная оценка выполнения технических элементов акробатики;
- выполнение упражнения на параллельных брусьях - визуальная оценка выполнения технических элементов;
- выполнение опорного прыжка через гимнастического козла и гимнастического коня - визуальная оценка выполнения технических элементов;
- прыжки через гимнастическую скакалку - 120-160 раз за минуту;
- выполнение упражнений на перекладине - визуальная оценка выполнения технических элементов.

## ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Тесты по разделу «Легкая атлетика» и «Профессионально-прикладная физическая подготовка»	оценка	ПЫ		
		результаты		
		2 курс	3 курс	4 курс
1.Бег 500 м (мин, с)	5	2,00	1,50	1,45
	4	2,10	2,00	1,55
	3	2,20	2,10	2,05
2.Бег 100 м (сек)	5	17,0	16,8	16,5
	4	17,6	17,4	17,0
	3	18,0	17,8	17,5
3.Прыжок в длину с места (см)	5	200	210	220
	4	180	190	200
	2	160	170	180
4.Прыжок в длину с разбега (см)	5	320	340	360
	4	300	320	340
	3	280	300	320
5.Координационный тест — челночный бег 10х10 м (с)	5	29,0	28,0	27,0
	4	31,0	30,0	29,0
	3	33,0	32,0	31,0
6.Силовой тест — подтягивание на низкой перекладине в висе лежа (количество раз)	5	18	20	22
	4	15	18	20
	3	12	15	17
7.Силовой тест - сгибание и разгибание рук в упоре лежа от скамейки (количество раз)	5	12	14	16
	4	10	12	14
	3	8	10	12
8.Поднимание туловища из положения лежа, за 1 мин.	5	27	30	33
	4	25	27	30
	3	23	25	27
9.Прыжок на гимнастической скакалке, за 1 мин.	5	150	160	170
	4	130	140	150
	3	110	120	130

### Тесты по разделу «Волейбол»:

- передача мяча двумя руками сверху над собой и в паре через сетку - 15-20 раз;
- прием мяча двумя руками снизу над собой и в паре через сетку - 15-20 раз;
- верхняя прямая и нижняя прямая подача через сетку по зонам задней и передней линии - по 2 подачи в каждую зону;
- нападающий удар из 4, 2 и 3 зон с набрасывания мяча - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- блокирование в 4, 2 и 3 зонах набрасываемого мяча - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- учебно-тренировочная игра - визуальная оценка взаимодействия партнёров на площадке в процессе игры, тактической подготовки, судейских навыков.

### Тесты по разделу «Баскетбол»:

- техника ведения и передачи мяча в парах - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- ведение по дуге - два шага - бросок - визуальная оценка выполнения технического приёма;
- упражнение с ведением мяча правой и левой рукой, техникой выполнения двух шагов, броском в корзину - визуальная оценка выполнения технических приёмов;
- штрафные броски - 10 бросков - % попаданий не ниже 30;

- броски с различных расстояний по дуге (7 точек) - по 3 броска с каждой точки - % попаданий не ниже 30;
- учебно-тренировочная игра - визуальная оценка взаимодействия партнёров на площадке в процессе игры, тактической подготовки, судейских навыков.

### **Тесты по разделу «Атлетическая гимнастика, гимнастика, ритмическая гимнастика (девушки)»:**

- выполнение акробатической комбинации - визуальная оценка выполнения технических элементов акробатики;
- выполнение упражнения на разновысоких брусьях - визуальная оценка выполнения технических элементов;
- выполнение опорного прыжка через гимнастического козла - визуальная оценка выполнения технических элементов;
- прыжки через гимнастическую скакалку - 120-160 раз за минуту;
- выполнение упражнения на равновесие на гимнастической скамейке - визуальная оценка выполнения технических элементов;
- выполнение и проведение комплекса ритмической гимнастики - визуальная оценка выполнения технических элементов и правильности подбора и последовательности упражнений в комплексе.

### **ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

- Уметь определить уровень собственного здоровья по тестам.
- Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики.
- Овладеть элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых.
- Уметь составить комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.
- Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа.
- Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов.
- Повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая подготовка).
- Овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений.
- Знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности.
- Уметь определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями. Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции.
- Уметь выполнять упражнения:
  - сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для девушек — руки на опоре высотой до 50 см);
  - подтягивание на перекладине (юноши);
  - поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки);
  - прыжки в длину с места;
  - бег 100 м;
  - бег: юноши — 1000 м, девушки — 500 м (без учета времени);

### **ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ И ПРЕЗЕНТАЦИЙ ДЛЯ 2 КУРСОВ**

1. Методологические принципы физического воспитания.
  - сознательности и активности;
  - наглядности;
  - доступности;
  - систематичности;

- динамичности
- 2. Методы физического воспитания.
  - регламентированного упражнения;
  - игровой;
  - соревновательный;
  - словесные и сенсорные
- 3. Общие основы обучения движениям. Этапы обучения движениям.
  - ознакомление, первичное заучивание;
  - формирование умения;
  - формирование двигательного навыка
- 4. Общие положения воспитательных качеств.
  - воспитание силы;
  - воспитание быстроты;
  - воспитание выносливости;
  - воспитание ловкости;
  - воспитание гибкости
- 5. Формирование психических качеств личности в процессе физического воспитания.
- 6. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
- 7. Специальная физическая подготовка.
- 8. Спортивная подготовка, ее цели и задачи.
- 9. Структура подготовленности спортсмена.
  - техническая подготовка;
  - физическая подготовка;
  - тактическая подготовка;
  - психическая подготовка
- 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.
  - 11. Интенсивность физических нагрузок.
  - 12. Самоконтроль за физическим развитием и функциональным состоянием организма.
  - 13. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.
  - 14. Значение мышечной релаксации.
  - 15. Возможность и условия коррекции двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.
  - 16. Формы занятий физическими упражнениями.
  - 17. Построение и структура учебно-тренировочного занятия.
  - 18. Общая и моторная плотность занятия.
  - 19. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.
  - 20. Формирование мотивов и организация занятий физическими упражнениями.
  - 21. Формы самостоятельных занятий.
  - 22. Содержание самостоятельных занятий (бег, аэробика, плавание,...)
  - 23. Возрастные особенности содержания занятий.
  - 24. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
  - 25. Расчет часов самостоятельных занятий.

### **ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ И ПРЕЗЕНТАЦИЙ ДЛЯ 3 КУРСОВ**

- 1. Расчет часов самостоятельных занятий.
- 2. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной нагрузки.
- 3. Управление самостоятельными занятиями. Определение цели. Учет индивидуальных особенностей.
- 4. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.

5. Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста.
  6. ЧСС у лиц разного возраста.
  7. Гигиена самостоятельных занятий. Питание, питьевой режим, уход за кожей. Элементы закаливания.
  8. Гигиена. Места занятий, одежда, обувь, профилактика травматизма.
  9. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.
  10. Сущность физической культуры и спорта. Ценности физической культуры.
  11. Раскройте содержание понятий: “Физическая культура личности”, “Физическое совершенство”, “Физическое воспитание”.
  12. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся система.
- Возрастные особенности развития.
13. Воздействие природных и социально-экономических факторов на организм и жизнедеятельность человека.
  14. Развитие человека как личности и его организма в процессе активной двигательной деятельности. Физиологические и биохимические изменения, происходящие в организме под воздействием активной двигательной деятельности
  15. Физиологическая характеристика некоторых состояний, возникающих в процессе двигательной деятельности (предстартовое состояние, разминка, вработывание, “Мёртвая точка”, “Второе дыхание”, утомление).
  16. Раскройте понятие “Здоровый образ жизни человека”. Его составляющие, требования к организации.
  17. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни.
  18. Физиологическая и биохимическая природа проявления физических способностей. Биологические факторы, обуславливающие их развитие.
  19. Возрастные особенности развития физических качеств.
  20. Скоростные способности. Классификация, основные средства и методы развития.
  21. Силовые способности. Классификация, основные средства и методы развития.
  22. Гибкость. Классификация, основные средства и методы развития.
  23. Ловкость. Основные средства и методы развития.
  24. Выносливость. Классификация, основные средства и методы развития.
  25. Физическая подготовка как часть физического и спортивного совершенствования. Общая и специальная физическая подготовка.

## ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ И ПРЕЗЕНТАЦИЙ ДЛЯ 4 КУРСОВ

1. Физическая культура в Древнем мире (часть 1)  
Теория возникновения физической культуры  
Развитие физической культуры на отдельных этапах истории первобытнообщинного строя  
Физическая культура в странах Древнего востока
2. Физическая культура в Древнем мире (часть 2)  
Развитие физической культуры в Древней Греции  
Развитие физической культуры в Древнем Риме  
Кризис рабовладельческого общества и упадок рабовладельческой системы физического воспитания.
3. Физическая культура в средние века  
Особенности развития физической культуры в этот период  
Физическое воспитание светских феодалов  
Развитие педагогических идей физического воспитания в эпоху Возрождения
4. Физическая культура в новое время. Физическая культура в первый период нового времени (с XVII века до 1817 года)  
Особенности развития физической культуры в странах Западной Европы  
Развитие теоретических основ физической культуры  
Причины возникновения и развития национальных систем физического воспитания в начале XIX века
5. Физическая культура во второй период нового времени (1871-1917 годы)  
Возникновение рабочего спортивно-гимнастического движения  
Развитие спорта и создание международных спортивных объединений  
Развитие спортивного и скаутского движения
6. Физическая культура в новейшее время  
Физическая культура и спорт в зарубежных странах в период между Первой и Второй мировыми войнами  
Физическая культура и спорт в зарубежных странах после Второй мировой войны  
Значение физической культуры в послевоенное время.
7. Физическая культура на территории СССР. Физическая культура народов России с XVII века  
Зарождение физической культуры в России  
Физические упражнения и игры в народном быту  
Вопросы физического воспитания в медицинской и педагогической литературе эпохи феодализма
8. Физическая культура в России с XVIII века и до первой половины XIX века  
Влияние реформ начала XVIII века на развитие физической культуры и спорта  
Введение физического воспитания в учебные заведения  
Развитие педагогической и естественно научной мысли
9. Физическая культура в России со второй половины XIX века до начала XX века  
Развитие идейно-теоретических и научных основ физического воспитания  
Развитие спорта и участие русских спортсменов в международных соревнованиях Российские Олимпиады
10. Физическая культура и спорт в Советском Союзе

Становление и развитие физической культуры и спорта в СССР  
Физическая культура и спорт в годы ВОВ  
Работа физкультурных организаций по восстановлению здоровья

11. Развитие физической культуры и спорта в послевоенные годы  
I и II Спартакиады народов СССР и их значение в послевоенные годы  
Международные спортивные связи в послевоенный период

12. Развитие физической культуры и спорта в СССР  
Участие советских спортсменов в международных соревнованиях  
Олимпиада - 80: предпосылки, проведение, участие советской сборной

13. Современное состояние и проблемы дальнейшего развития физической культуры и спорта в России

Участие Российских спортсменов в Международных соревнованиях  
Проблема развития физической культуры и спорта в России  
Законодательная основа развития физической культуры в России

14. Физическая культура и спорт в России  
Зимние олимпийские игры - 2014  
Возрождение физкультурно-спортивного комплекса ГТО  
Проведение международных соревнований на территории РФ

## **ВОПРОСЫ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ДЛЯ СТУДЕНТОВ IV КУРСА**

1. Цели и задачи физической культуры в специальных медицинских группах.
2. Характеристика здорового образа жизни и его составляющие.
3. Методы самоконтроля функционального состояния организма.
4. Комплекс физических упражнений для восстановления работоспособности.
5. Комплекс лечебной гимнастики при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
6. Комплекс лечебной гимнастики при заболеваниях сердечнососудистой системы.
7. Комплекс лечебной гимнастики при заболеваниях дыхательной системы.
8. Комплекс лечебной гимнастики при заболеваниях органов зрения.
9. Упражнения для повышения функционального состояния организма.
10. Основы техники бега на средние дистанции.
11. Физическая культура в профессиональной деятельности.
12. Техника безопасности на занятиях по физической культуре.
13. Значение физических упражнений в условиях современной жизни.
14. Строевые упражнения. Перестроения и передвижения.
15. Гимнастика: упражнение в висах и упорах.
16. Легкая атлетика: основы техники прыжка в длину.
17. Бег в сочетании с ходьбой.
18. Баскетбол. Элементы тактики нападения и защиты.
19. Волейбол. Элементы тактики нападения и защиты.
20. Комплекс производственной гимнастики.
21. Противопоказания к занятиям физическими упражнениями.
22. Основы техники бега на короткие дистанции.
23. Основы туризма: подготовка и материально-техническое обеспечение похода.



## 2.3. Пакет экзаменатора

<b>ПАКЕТ ЭКЗАМЕНАТОРА</b>		
1. Прием тестовых нормативов по общей и специальной физической подготовке.		
Результаты освоения (объекты оценки)	Критерии оценки результата	Отметка о выполнении
<p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека</li> <li>- основы здорового образа жизни</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-экспертная оценка на практических занятиях, индивидуальный опрос, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы;</li> <li>-индивидуальный подход в оценке выполнения зачетного норматива;</li> <li>-тестирование общей и специальной физической подготовленности.</li> </ul>	<p>Невыполнение нормативных требований - «2» (неудовлетворительно) Низкий уровень физической подготовленности - «3» (удовлетворительно) Средний уровень физической подготовленности - «4» (хорошо) Высокий уровень физической подготовленности - «5» (отлично)</p>
<p><b>Условия выполнения заданий (если предусмотрено)</b></p> <p>Время выполнения контрольного тестирования, количество раз - согласно программным документам.                      Требования охраны труда: <i>инструктаж по технике безопасности</i>                      Оборудование: спортивный инвентарь (гимнастические снаряды, тренажеры, мячи и т.д.)</p>		

**ОГСЭ.05 ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ.05 ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

### 1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочные средства.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.****Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ  
(РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема № 1.1. Общение как обмен информацией (коммуникация)	Тестирование (тест № 1) Решение психологических ситуаций	Дифференцированный зачет
Тема 1.2. Общение как взаимодействие (интеракция)	Тестирование (тест № 2)	
Тема 1.3. Общение как восприятие людьми друг друга (перцепция)	Тестирование (тест № 3) Решение психологических ситуаций	
Тема 2.4. Общение как обмен информацией (коммуникативная сторона общения)	Решение психологических ситуаций Решение психологических ситуаций	

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

#### **3.1. Тест № 1 Общение как коммуникация**

1. Общение - это:
  - а) склонность человека входить в контакт с другими людьми, потребность находиться в обществе и взаимодействовать;
  - б) процесс установления контактов между людьми, включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятия и понимания других;
  - в) процесс непосредственного или опосредованного воздействия друг на друга, порождающий их взаимную обусловленность и связь.
2. Назовите стороны общения:
  - а) организация взаимодействия между общающимися участниками общения, построение общей стратегии поведения;
  - б) обмен информацией между общающимися индивидами, выработка единой точки зрения;
  - в) процесс восприятия и понимания друг друга, установление эмоциональных отношений.
3. В чем проявляется взаимосвязь общения и деятельности?
4. Назовите виды общения по содержанию:
  - а) обмен предметами и продуктами деятельности, которые служат средством удовлетворения актуальных потребностей;
  - б) обмен психическими и физическими состояниями;
  - в) обмен побуждениями, целями, интересами, потребностями;
  - г) обмен действиями, умениями, навыками;
  - д) обмен знаниями, информацией.
5. Назовите функции общения:
  - а) функция общения, стимулирующая активность собеседника;
  - б) функция общения, цель которой - обмен сообщениями, мнениями, замыслами, решениями;
  - в) обмен эмоциями, изменение с помощью партнера собственных состояний, переживаний.
6. Какие еще функции общения вам известны? (Л.А. Карпенко). Перечислите.
7. Приведите примеры основных невербальных средств общения:
  - а) кинесические средства;
  - б) просодические средства;
  - в) токсическое средства;
  - г) проксемические средства.
8. Как вы понимаете? Конгруэнтный человек - о...
9. Приведите примеры:
  - а) открытых вопросов;
  - б) закрытых вопросов.  
Критерии оценки: полнота раскрытия вопросов,  
«5» - 1 ошибка;  
«4» - 2 ошибки;  
«3» - 3 ошибки;  
«2» - от 4 ошибок.

#### **Тест № 2 Общение как взаимодействие**

1. Распределить аспекты общения:

а) осознанный образ предвосхищаемого результата, на достижение которого направлено действие человека;

б) способы кодирования, передачи, переработки и расшифровки информации;

в) информация, передаваемая в межличностных контактах от одного к другому.

А) содержание; В) средства; С) цели.

2. Привести конкретные примеры данных мотивов, побуждающих человека взаимодействовать с окружающими:

а) мотив кооперации;

б) мотив конкуренции;

в) альтруистический мотив

3. Правильно назвать типы или стратегии поведения:

а) партнеры мешают друг другу, препятствуют достижению целей каждого;

б) собеседники взаимно избегают друг друга;

в) партнеры помогают друг другу, способствуют достижению общих целей;

г) один собеседник содействует, помогает другому, а второй активно ему противодействует.

4. Какие еще виды взаимодействия или формы поведения вам известны? Один из них раскрыть.

5. Перечислить 4 теории межличностного взаимодействия. Назвать основателей.

6. Раскрыть сущность любой теории (по выбору).

7. Перечислить этапы делового общения.

8. В чем заключается эффект контраста и эффект ассимиляции?

9. Для чего необходимо создание доброжелательной атмосферы при установлении контакта?

10. Что такое интеракция?

Критерии оценки: полнота раскрытия вопросов,

«5» - 1 ошибка;

«4» - 2 ошибки;

«3» - 3 ошибки;

«2» - от 4 ошибок.

### **Тест № 3 Общение как восприятие и понимание людьми друг друга**

1. Дайте определение понятию «социальной перцепции»

2. Назовите не менее трех факторов или особенностей, влияющих на восприятие и оценку людьми друг друга.

3. Кратко раскрыть 3 схемы формирования первичного впечатления:

а) фактор привлекательности;

б) фактор превосходства;

в) фактор отношения к нам

4. Правильно распределить механизмы познания и понимания людьми друг друга:

а) постижение эмоционального состояния другого человека, понимание его эмоций, чувств и переживаний;

б) форма познания другого человека, основанная на формировании привязанности, устойчивого позитивного чувства к нему;

в) наиболее простой способ понимания другого человека через уподобление себя ему.

А) каузальная атрибуция;

- Б) идентификация;
- В) эмпатия;
- Г) подражание;
- Д) аттракция;
- Е) комфортность

5. Дайте 3 определения оставшихся механизмов понимания.
6. Как называется механизм интерпретации поступков и чувств другого человека, выяснение причин поведения другого человека?
7. Каковы закономерности механизма прогнозирования поведения человека?
8. Ситуацию успеха люди обычно приписывают....
9. Ситуацию неудачи.
10. Как называется механизм познания самого себя?
11. Возможно ли общение без перцептивной стороны? Объясните свой ответ.
12. Что такое интроверсия и экстраверсия?  
Критерии оценки: полнота раскрытия вопросов, «5» - 1 ошибка;  
«4» - 11 2 ошибки;  
«3» - 3 ошибки;  
«2» - от 4 ошибок.

### **Варианты письменных работ, проводимых в виде решения психологических ситуаций**

**Ситуация 1** В Ваш «дружный» коллектив приходит «новичок». Он считается прекрасным специалистом и его качества соответствуют большинству наилучших качеств педагога. С течением времени это подтверждается, но выясняется, что при выполнении срочных заданий, требующих высокой организованности и пунктуальности, качество его работы снижается. Вы приглашаете его на беседу и говорите: ...

**Ситуация 2** Вы делите кабинет с коллегой, который (в отличие от Вас) не способен поддерживать на рабочем месте порядок. Как Вы скажете ему об этом?

**Ситуация 3** Применяя полученные знания из профессионального общения педагогических работников о «языке жестов и телодвижений», перечислите визуальные признаки следующих эмоциональных переживаний:

- заинтересованность;
- превосходство;
- подчеркнутая официальность;
- сомнение;
- принятие решения;
- критическое восприятие происходящего.

**Ситуация 4** В конструктивном общении известны приемы убеждающего воздействия. Охарактеризуйте каждый пункт, приведите примеры их использования. Докажите эффективность их применения в той или иной ситуации.

**Ситуация 5** Вы поздно закончили накануне свою работу, устали и не подготовили, как обычно, план выступления. До начала выступления осталось около 10 минут. Вы неплохо знаете тему, но боитесь того, что на качестве выступления может сказаться усталость. Как Вы поступите?

**Ситуация 6** Вы должны выступить с докладом о проделанной работе перед коллегами. Вы знаете, что выступаете в числе последних и что многие из присутствующих приблизительно знакомы с тем, о чем Вы



будете говорить. Поэтому велика вероятность, что будут слушать Вас невнимательно, вести посторонние разговоры и т.д. Что Вы предпримете для того, чтобы завоевать внимание аудитории и Ваше выступление всем понравилось?

**Ситуация 7** На одном из тренерских совещаний Вы говорите о проблеме совершенствования работы своего спортивного отделения. У Вас довольно хорошие предложения по этому вопросу, но в зале сидят несколько Ваших противников, которые не хотят, чтобы Ваши предложения были приняты руководством. Они задают Вам каверзные вопросы, делают едкие замечания, резкие выпады против Вас лично и против Ваших предложений. После очередного такого замечания Вы говорите: ...

**Ситуация 8** Вы руководитель и Вам как оратору надо помнить о существующей классической схеме последовательного воздействия на аудиторию: внимание - интерес - желание - действие. Охарактеризуйте эту схему и дайте несколько советов относительно улучшения качества публичного выступления.

**Ситуация 9** Вы видите, что при общении Ваш партнер намеренно искажает факты. Как Вы поступите в этом случае?

**Ситуация 10** При общении вместо того, чтобы выдвигать конкретные предложения, оппонент ссылается на Ваши прежние промахи, имевшие место несколько месяцев назад. Как Вы поступите в этом случае?

**Ситуация 11** «Расшифруйте» позы и жесты Вашего партнера: - расстегнут пиджак; - руки скрещены на груди, кулаки сжаты; - сидит на краешке стула, склонившись вперед, голова слегка наклонена и опирается на руку; - голова слегка наклонена набок; - медленно снимает очки, тщательно протирает стекла; - прикрывает рот рукой во время своего высказывания; - прикрывает рот во время слушания; - старается не смотреть на Вас. Дайте им подробную характеристику.

**Ситуация 12** Вы ведете беседу с коллегой. В начале беседы Вы видите, что Ваш партнер настроен благожелательно и поэтому эмоционально сопровождает Вашу речь энергичными жестами. Но затем Вы замечаете, что Ваш партнер принимает «закрытую» позу - скрещивает руки на груди и, высказывая свое мнение по данному вопросу, избегает смотреть Вам в глаза. Ваши действия?

**Ситуация 13** Вы заметили, что участники совещаний часто стремятся к обсуждению возможности проведения в жизнь первого же предложения по проблеме, даже если оно не очень рациональное. Вы понимаете, что не мешало бы поискать и другие возможности. Подумайте, что может заставить сотрудников искать решения типа «как делать?», а не «что делать?». Как следует поступить, чтобы подтолкнуть собравшихся на генерацию идей?

**Ситуация 14** Часто на совещании люди не слушают друг друга. Один говорит: «А - это В». Другой вступает в диалог так, как если бы первый сказал: «А - это С». Словом, обсуждение проблемы превращается в обсуждение личных позиций участников совещания, и конкретные доводы того или иного человека игнорируются остальными присутствующими. Как следует себя вести руководителю в данной ситуации?

**Ситуация 15** Один из работников на совещании обычно занимает позицию противостояния. При этом все вынуждены выслушивать пространные объяснения причин его несогласия. Из-за этого теряется масса времени. Стоит ли прервать выступающего и предложить ему связать сказанное с предметом обсуждения? Стоит ли повторять этот прием, если он не подействовал сразу? Как еще можно воздействовать на этого сотрудника?

**Ситуация 16** Совещания - один из самых дорогостоящих видов управленческой деятельности, так как помимо затрат материальных средств нужны большие затраты времени руководителя. Вы будущий руководитель. Как, по Вашему мнению, нужно подготовиться к производственному совещанию?

**Ситуация 17** Обдумайте и письменно сформулируйте 10 основных рекомендаций по подготовке и проведению деловых совещаний. Подготовьте аргументы, которые смогут заинтересовать и убедить ваших слушателей.

**Ситуация 18** В стрессовых ситуациях Вы обычно тратите много сил, чтобы удержаться от эмоционального перенапряжения и контролировать себя. Но есть сферы, где Вы должны постоянно излучать спокойствие, уверенность, любовь и тепло. Как Вы управляете своими эмоциями? Что для Вас является отдушиной?

**Ситуация 19** Из Вашей спортивной команды уходит ценный спортсмен. Он симпатичен Вам как человек и, как спортсмен и Вам будет его не хватать. В глубине души Вы расстроены. Вы, как тренер, будете стремиться избежать выражения чувств или будете вести себя естественно, не скрывая своего душевного состояния?

**Ситуация 20** На тренерском совете между Вами и другим тренером произошел конфликт. Вас обоих быстро захватывают отрицательные эмоции. Напряжение стремительно возрастает. Как Вы справитесь со своими эмоциями в этой ситуации? Предложите 4 - 6 практических рекомендаций.

**Ситуация 21** У Вас напряженный рабочий день, Вы много сделали, но еще больше предстоит сделать. Вы выделили немного времени для отдыха, но пришел Ваш подопечный, которому срочно нужна помощь в решении проблем личного характера. Как Вы поступите в данной ситуации? **Ситуация 22** В выработке нравственной культуры, мужества, в формировании эрудиции, в умении руководить людьми немалую роль играют приемы самосовершенствования. В психологии общения существуют несколько методов самосовершенствования: самооценка, самовнушение, самоободрение, самокорректировка, саморегулирование, самостимулирование, умение управлять своими чувствами. Охарактеризуйте каждый метод.

**Ситуация 23** Предположим, у Вас есть два кандидата на должность тренера: один - ума палата, утопает в творческих идеях, захвачен работой, заражает вдохновением идей, но, совершенно не следит за своей внешностью; другой - холоден, вежлив, подтянут, умеет вести беседу и концентрироваться на делах, планирует работу воспитанников. Кого Вы пригласите на работу и почему?

**Ситуация 24** С Вашей точки зрения, все правила этикета сводятся к простоте, естественности и дружелюбию, а общение должно приносить радость. Вы находитесь на деловой встрече, в ходе которой партнеры пытаются манипулировать друг другом ради достижения собственных интересов. Каждый ведет свою игру. Вы заинтересованы в положительном исходе встречи, но такой подход к делу вызывает у Вас отвращение. Что Вы будете делать? Играть по общим правилам или согласно своим жизненным принципам?

**Ситуация 25** Вам часто приходится контактировать с множеством людей по вопросу эффективности работы вашего учебного заведения - с родителями, спорткомитетом, СМИ, общественностью. Вам нужно быть очень точным в своих словах и действиях. Однажды Вы допустили серьезную ошибку в публичном выступлении и имиджу вашей организации был нанесен ущерб. Как Вы воспримете эту неудачу? Будете чувствовать себя виноватым, приметесь анализировать, чему-то научитесь в результате или что-то еще? Обоснуйте свою позицию.

**Ситуация 26** Разделившись на группы, проведите мини-презентацию своего вида спорта. Распределите роли в каждой группе. Разработайте план проведения презентации. Какие приемы Вы предложите для создания положительного образа своего вида спорта?

**Ситуация 27** Вы являетесь свидетелем дискуссии двух своих коллег. Один из них утверждает, что при его

работе (большая загруженность, частые территориальные перемещения, высокая интенсивность труда) заниматься своим здоровьем просто некогда, а его «высокомобильный» характер труда с излишком восполняет недостаток физических упражнений. Согласитесь ли Вы с подобной позицией?

#### **Критерии оценки:**

- студент должен проанализировать предложенную ситуацию, предложить несколько вариантов ее решения с педагогической и психологической сторон, дать собственное решение ситуации, а также показать знание психолого - педагогической литературы.

Соответствие критериям - зачтено, не соответствие критериям - не зачтено.

#### **Темы рефератов к теме 4.3. Общение и индивидуальные особенности человека**

- «Общение и темперамент»;
- «Характеристика темпераментов»;
- «Общение и характер человека»;
- «Общение с различными по характеру собеседниками»;
- «Этические принципы общения»;
- «Основные источники возникновения конфликтов»;
- «Основные причины возникновения конфликтов»;
- «Виды конфликтов»;
- «Способы разрешения конфликтов»;
- «Профилактика возникновения конфликтов».

#### **Структура реферата:**

- 1) титульный лист;
- 2) план работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта);
- 3) введение;
- 4) текстовое изложение материала, разбитое на вопросы и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором;
- 5) заключение;
- 6) список использованной литературы;
- 7) приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата). Приложения располагаются последовательно, согласно заголовкам, отражающим их содержание.

#### **Оценивание реферата:**

Оценка 5 ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка 4 - основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка 3 - имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка 2 - тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Оценка 1 - реферат студентом не представлен.

#### **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного дифференцированного зачёта. Устный дифференцированный зачёт проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном дифференцированном зачёте в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный дифференцированный зачёт в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На дифференцированном зачёте обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса по пройденному материалу и выполнить одно практическое задание. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине Основы философии путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

##### **Вопросы для подготовки к дифференцированному зачёту**

1. Предмет, объект и задачи психологии общения.
2. Соотношение понятий «общение», «отношение», «коммуникация», «взаимодействие». Уровни общения.
3. Основные феноменологические характеристики общения.
4. Виды, формы и типы общения.
5. Вербальные средства общения. Характеристика невербальных средств общения.
6. Значение речи и языка. Функции речи и языка. Свойства речи. Виды речи.
7. Паралингвистическая, экстралингвистическая и оптико-кинестическая система знаков.
8. Система организации пространства и времени коммуникации, система «контакта глазами».
9. Психологическая структура общения. Общая характеристика и динамика социального взаимодействия людей.
10. Типы взаимодействия людей. Общая характеристика социальных ролей.
11. Коммуникация: понятие о коммуникации, элементы и эффекты коммуникации;
12. Уровни коммуникации. Средства распространения, тип информации.
13. Составные части взаимопонимания. Предпосылки эффективности взаимопонимания. Условия взаимопонимания.

14. Причины недопонимания. Прогнозирование взаимопонимания.
15. Социальная перцепция: сущность, особенности социального восприятия.
16. Виды социального восприятия.
17. Процесс и функции социального восприятия. Механизмы социального восприятия.
18. Малая группа: понятие, психологические характеристики. Состав малой группы.
19. Виды малых групп. Этапы развитие малой группы.
20. Положительное и отрицательное влияние группы на формирование и развитие личности.
21. Социально-психологический климат: понятие, факторы, определяющие общий психологический климат в группе.
22. Групповая сплочённость: понятие, причины снижения уровня групповой сплочённости. Методы повышения групповой сплочённости.
23. Групповая совместимость: понятие, уровни, механизмы групповой совместимости.
24. Лидерство: понятие, основные теории, типы.
25. Типы лидеров.
26. Руководство: понятие, психологические черты сходства и отличия руководителя и лидера. Стили управления.
27. Темперамент: физиологическая, психологическая, поведенческая характеристика темперамента. Типы темперамента.
28. Характер: сущность, группы черт характера, типы характера.
29. Акцентуации характера.
30. Способности: понятие, признаки и виды способностей. Условия развития коммуникативных способностей.
31. Социально-психологические типы личности, основанные на анатомо-физиологических особенностях и на индивидуальных особенностях акцентуаций характера.
32. Социально-психологические типы личности, основанные на генетически доминирующих формах поведения - инстинктах.
33. Социализация человека: понятие, виды, этапы.
34. Понятие «социальная роль», «социальный статус», социальная модель поведения.
35. Социальные сферы и социальные институты.
36. Особенности общения в младенческом возрасте, раннем детстве и дошкольном возрасте.
37. Особенности общения в младшем школьном и пубертатном возрасте.
38. Сюжетно-ролевая игра ребёнка как модель взрослых отношений.
39. Учебная деятельность и особенности межличностного взаимодействия школьников.
40. Виды и функции деловой беседы.
41. Психологические особенности подготовки и проведения беседы. Правила слушания.
42. Психологические особенности публичного выступления. Психологические особенности подготовки и проведения лекционных сообщений.
43. Профессиональное общение: понятие, психологические черты, формы психологического воздействия на человека.
44. Понятие о конфликте, его основные признаки. Понятие конфликто-устойчивости. Типология участников конфликта.
45. Причины возникновения конфликта (конфликтогены). Структура конфликта.
46. Особенности восприятия конфликта, формирование образа конфликтной ситуации.
47. Виды конфликтов.

48. Позитивные и негативные функции конфликта.
49. Динамика конфликта. Способы разрешения конфликта.
50. Профессиональные конфликты: причины возникновения, типы отношения руководителя к групповым конфликтам.

### **Критерии оценивания**

Каждый вопрос дифференцированного зачета оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Оценка за дифференцированный зачет определяется как средний балл по всем заданиям (вопросам).

**ЕН 01 МАТЕМАТИКА**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины, текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации



# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ЕН 01 МАТЕМАТИКА

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

## *Цель:*

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренер по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

## *Задачи:*

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
  - Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
  - Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс колледжа.

1.6 Нормативные документы фонда контрольно-измерительных материалов. Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно-методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов СПб ГБПОУ «АЛВС «Динамо Санкт-Петербург

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.****Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.1 Теория множеств	Устный опрос. Практическая работа № 1. Практическая работа № 2. Контрольная работа №1.	Дифференцированный зачет
Тема 1.2 Алгебра высказываний	Устный опрос. Практическая работа № 4. Практическая работа № 5 Контрольная работа № 1.	
Тема 2.1 Основы теории вероятностей	Устный опрос. Практическая работа № 6. Практическая работа № 7. Практическая работа № 8. Практическая работа № 9. Практическая работа № 10. Контрольная работа № 2	
Тема 2.2 Основные понятия Математической статистики	Устный опрос. Практическая работа № 12. Контрольная работа № 3.	
Тема 3.1 Применение математических методов в профессиональной деятельности	Устный опрос. Практическая работа № 14. Практическая работа № 15. Контрольная работа № 4	

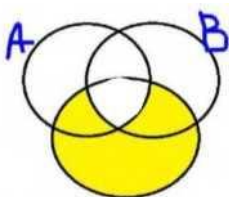
### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСТАЦИЯ

#### Тема 1.1 Теория множеств

#### Тема 1.2 Алгебра высказываний. Контрольная работа № 1.

Пример варианта:

- 1) Как называется:
  - а) множество людей в поезде,
  - б) множество артистов, работающих в одном театре,
  - в) множество, состоящее из трёх вокалистов,
  - г) множество спортсменов, выступающих за одну страну?
- 2) Выписать элементы, принадлежащие множеству:
  - а) нечётных чисел, принадлежащих промежутку  $[20; 33]$ ,
  - б)  $S = \{x \in \mathbb{N} : -115 < x < 8\}$
  - в)  $B$  - множество простых чисел, которые делятся на два.
- 3) Пусть  $S$  - множество корней уравнения:  $x^3 + x^2 - 6x = 0$  Верна ли запись:
  - а)  $0 \in S$ ;
  - б)  $-3 \in S$ ;
  - в)  $3 \in S$ ;
  - г)  $2 \in S$ .
- 4) В данных множествах все элементы, кроме одного, обладают некоторым свойством. Опишите это свойство и найдите «лишний» элемент:
  - а) {Кантор, Эйлер, Моцарт, Гильберт};
  - б) {цилиндр, куб, конус, шар};
  - в) {1; 3; 8; 27; 64; 125}
- 5) Даны множества:  
 $A$  - множество многоугольников,  
 $B$  - множество квадратов,  
 $C$  - множество четырёхугольников,  
 $D$  - множество прямоугольников.  
Какие из данных множеств являются подмножествами других множеств? Ответ запишите в виде символов.
- 6) Найдите объединение множеств  $A$  и  $B$ , если:
  - а)  $A = \{-7, -2, 0, 4, 8, 11\}$ ,  $B = \{-10, -2, 0, 3, 12\}$
  - б)  $A = [1; 15]$ ,  $B = [2; 42]$
- 7) Найдите  $A \cap B$ , если:
  - а)  $A = (-5; 4)$ ,  $B = (1; 5)$
  - б)  $A = [0; 8]$ ,  $B = [8; 17]$
  - в)  $A = (-\infty; \infty)$ ,  $B = [3; 8]$
- 8) В лаборатории института работают несколько человек. Каждый из них знает хотя бы один иностранный язык. 7 человек знают английский, 7 — немецкий, 8 — французский, 5 знают английский и немецкий, 4 — немецкий и французский, 3 — французский и английский, 2 человека знают все три языка.  
Сколько человек работает в лаборатории?
- 9) С помощью операций пересечения, объединения и разности множеств «запишите» рисунок.



- 3 Сколькими способами можно отобрать стартовую шестёрку в волейбольном матче, если в команде заявлено 10 игроков?

Определить, является ли предложение высказыванием. а)

Лондон - столица Франции.

б) Ученица 11 «Б» класса.

в) Сергей Чепиков - двукратный олимпийский чемпион.г)

Пришла зима!

д)  $X - 7 = 3$

е) Ты записался на приём?

ж) Аристотель - основатель логики.

10) Определить истинность следующих сложных высказываний, составленных из простых высказываний А и С, если:

А - ложь, С - истина.

а)  $A \wedge C$ ;            б)  $\neg(A \vee C)$  - А л С.

11) Проверьте, верно ли следующее равенство:  $A \wedge B = \neg(A \vee B)$

**Ответы:**

1) а) пассажиры; б) группа; в) трио; г) сборная команда.

2) а) {21, 23, 25, 27, 29, 31, 33}; б) {1, 2, 3, 4, 5, 6, 7}; в) {2}.

3) а) верна; б) верна; в) нет; г) верна.

4) а) свойство - математики, «лишний» элемент - Моцарт.б)

свойство - тела вращения, «лишний» элемент - куб.

в) свойство - кубы чисел, «лишний» элемент - 3.

5)  $B \subset D \subset C \subset A$

6) а) {- 10, - 7, - 2, 0, 3, 4, 8, 11, 12}; б) [1; 42].

7) а) (1; 4); б) {8}; в) [3; 8].

8) 12.

9)  $C \setminus (A \cap B)$ .

10) а) да; б) нет; в) да; г) нет; д) нет; е) нет; ж) да.

11) а) истина; б) ложь; в) истина.

12) верно.

**Критерии оценивания:**

В контрольной работе 12 заданий. Для получения зачёта по данной контрольной работенеобходимо выполнить верно не менее шести заданий.

**Тема 2.1 Основы теории вероятностей**

**Контрольная работы №2**

Пример варианта:

1) Володя решил приготовить себе бутерброд. Имеется белый хлеб, чёрный хлеб, сыр, колбаса и варенье. Сколько видов бутербродов можно приготовить?

2) Вычислить:

а)  $5!$ ;

б)  $C^{34}$ ;

в)  $A^4$

$2!$

10

5) В соревновании участвуют 9 команд. Сколько существует вариантов распределения призовых (1,2,3) мест?

6) В тире стрелок проводит 7 выстрелов по мишени с вероятностью попадания каждого 0,8. Какова вероятность того, что будет ровно пять попаданий?

**Ответы:**

1) 6.

2) а) 60; б) 35; в) 840.

3) 210.

- 4) 720.
- 5) 2520.
- 6) 0,275.

**Критерии оценивания:**

В контрольной работе 6 заданий. Для получения зачёта по данной контрольной работе необходимо выполнить верно не менее четырёх заданий.

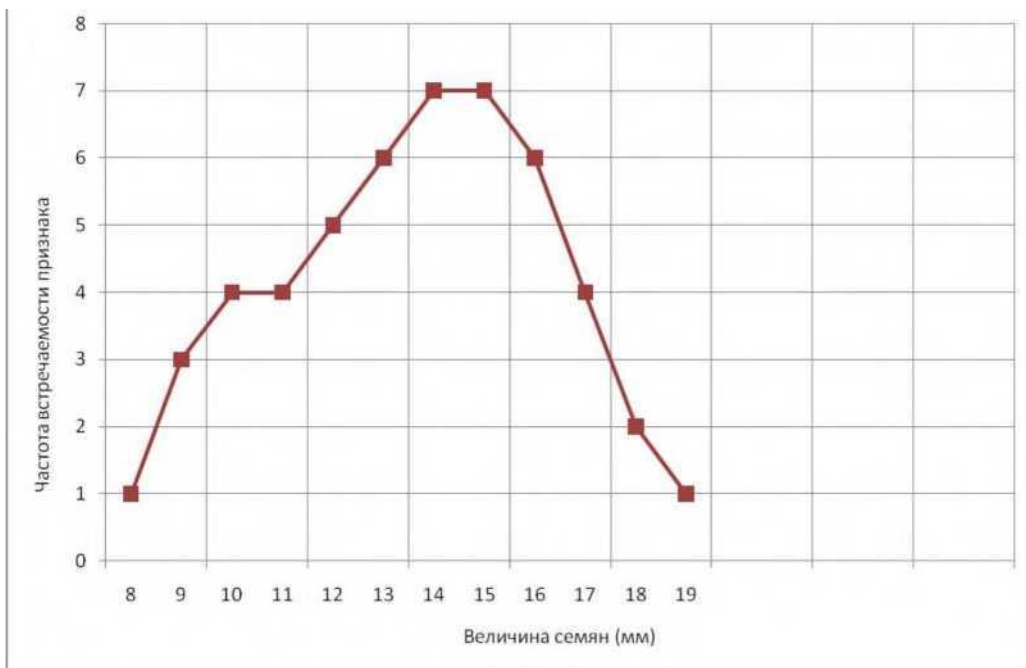
**Тема 2.2 Основные понятия математической статистики**

**Контрольная работы №3**

Пример варианта

По Таблице 1 составьте 3 вариационных ряда для признаков **Рост, Вес и Возраст** спортсменов.

- 1) Найдите размах выборки значений случайной величины **Рост** спортсменов.
- 2) Найдите размах выборки значений случайной величины **Вес** спортсменов.
- 3) Найдите размах выборки значений случайной величины **Возраст** спортсменов.
- 4) Найдите медиану выборки значений случайной величины **Вес** спортсменов.
- 5) Найдите моду выборки значений случайной величины **Рост** спортсменов.
- 6) Найдите моду выборки значений случайной величины **Вес** спортсменов.
- 7) Найдите среднее арифметическое выборки значений случайной величины **Рост** спортсменов.
- 8) Найдите среднее арифметическое выборки значений случайной величины **Вес** спортсменов.
- 9) Вычислите дисперсию выборки значений случайной величины **Вес** спортсменов.
- 10) По графику определите размах и моду совокупности значений случайной величины  $X$ .






11) Заполните таблицу ответов экспресс-опроса: «НАЙДИ СООТВЕТСТВИЕ».

1	Частное от деления суммы вариантов на объём	А	$k = 1 + 3,32 \lg n$ (n - объём выборки)
2	Отдельные значения данных	Б	Варианты
3	Формула для нахождения частоты	В	Гистограмма
4	Графическое изображение интервального вариационного ряда	Г	Объём n
5	Сумма всех частот в выборке	Д	Среднее арифметическое
6	Число, показывающее сколько раз варианты встречаются в выборке	Е	$f_i = n_i/n$ ( $n_i$ - частота, n - объём)
7	Формула Стёрджеса	Ж	Частота

Ответы к опросу:

1	2	3	4	5	6	7

Таблица 1. СОЧИ 2014 Хоккей (Россия)

№	ФИО	Рост	Вес	Возраст	Фотография
1	Татьяна Бурина	163	70	33	
2	Александра Вафина	168	57	23	
3	Анна Виноградова	167	69	22	
4	Лия Гаврилова	173	61	26	
5	Ангелина Гончаренко	167	53	19	
6	Елена Дергачева	159	55	18	
7	Инна Дюбанок	166	63	23	
8	Александра Капустина	166	74	29	
9	Екатерина Лебедева	165	66	24	
10	Галина Скиба	164	65	29	

**Ответы:**

Рост (X)	159	163	164	165	166	167	168	173
n	1	1	1	1	2	2	1	1

Вес (Y)	53	55	57	61	63	65	66	69	70	74
n	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Возраст (Z)	18	19	22	23	24	26	29	33
n	1	1	1	2	1	1	2	1

- 1) 14.
- 2) 21.
- 3) 15.
- 4) 64.
- 5) 166, 167
- 6) Нет.
- 7) 165,8.
- 8) 63,3.
- 9) 42,2.
- 10) 11; 14 и 15.

**Ответы к опросу:**

1	2	3	4	5	6	7
Д	Б	Е	В	Г	Ж	А

**Критерии оценивания:**

Для получения зачёта по данной контрольной работе необходимо выполнить верно не менее пяти заданий и дать не менее четырёх верных ответов к опросу.

**Тема 3.1 Применение математических методов в профессиональной деятельности****Контрольная работы №4**

Пример варианта

- 1) Спортивная куртка стоила 2400 рублей. В период распродаж магазин снижал цены дважды: в первый раз на 30%, во второй на 20%.  
Сколько рублей стала стоить куртка после второго снижения цен?
- 2) В соревновании участвуют 190 спортсменов. Школу № 5 представляют 38 спортсменов. Какой процент от всех участников составляют представители школы №5?
- 3) В результате измерений получили, что длина карандаша равна 16 см, а длина комнаты 730 см. Что можно сказать о качестве этих двух измерений (считать границу абсолютной погрешности 0,5 см)?
- 4) Найти границы суммы  $a + b$ , разности  $a - b$ , произведения  $ab$ , частного  $a/b$ , если:  $6 < a < 9$ ;  $0,15 < b < 0,32$ .
- 5) Найти область определения функций:



a) y

б) y =

$$в) y = 3x^2 + 8x + 1; \quad г) y = -\sqrt{1} x^2 + 4x + 3$$

6) Используя преобразования графиков, в одной и той же системе координат постройте графики функций:

а)  $y = x^2$ ;

б)  $y = (x - 3)^2 - 4$ .

**Ответы:**

1) 1344.

2) 20.

3) Качество измерения длины комнаты значительно выше, чем качество измерения длины карандаша, так как  $\delta_{\text{карандаша}} = 3,1\%$ , а  $\delta_{\text{комнаты}} = 0,07\%$ .

4)  $6,15 < a + b < 9,32$ ;  $5,68 < a - b < 8,85$ ;  $0,9 < ab < 2,88$ ;  $18,7 < a/b < 60$ .

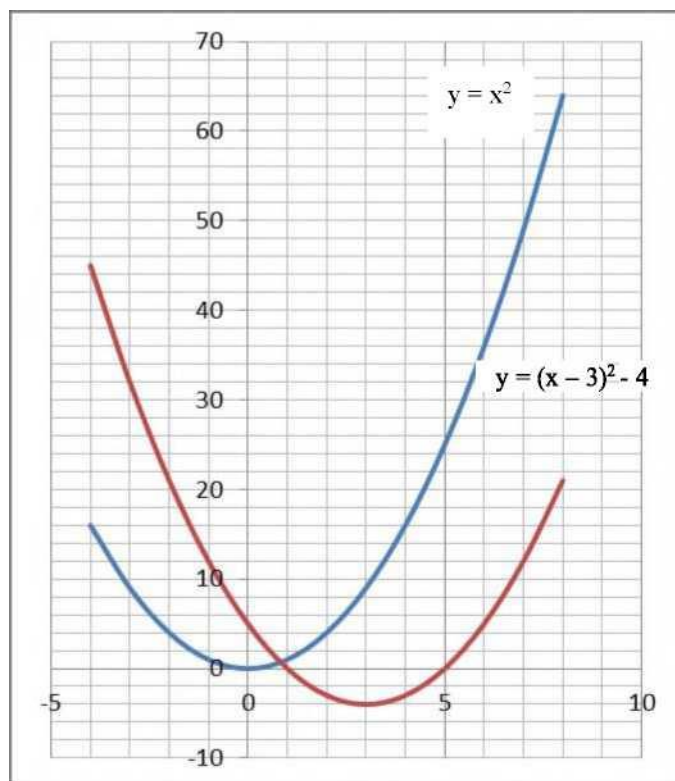
5) а)  $X^{\wedge} = 5$ .

б)  $[4; + \infty)$ .

7)  $x \in \mathbb{R}$ .

8)  $(-да; -3) \cup (-1; +да)$ .

6)



**Критерии оценивания:**

В контрольной работе 6 заданий. Для получения зачёта по данной контрольной работе необходимо выполнить верно не менее трёх заданий.

**4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

**4.1. Паспорт контрольно-оценочных средств для промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме письменного дифференцированного зачета.

Дифференцированный зачет проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на дифференцированном зачете в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На письменном дифференцированном зачете обучающемуся предлагается решить письменные задания. Время на решение не более 45 минут. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине Математика путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

### **Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации**

- 1) Определение числовой последовательности. Способы задания числовой последовательности
- 2) Предел последовательности
- 3) Предел функции в точке. Понятие левого и правого предела. Условие существования предела функции в точке. Бесконечно большие и бесконечно малые функции.
- 4) Предел функции в точке и на бесконечности. Теоремы о пределах функции.
- 5) Непрерывность функции. Классификация точек разрыва.
- 6) Асимптоты (вертикальная, горизонтальная, наклонная)
- 7) Определение производной. Приращение аргумента, приращение функции. Нахождение производной по определению(пример).
- 8) Физический и геометрический смысл производной. Уравнение касательной к графику функции в точке.
- 9) Правила дифференцирования. Дифференцирование сложной функции.
- 10) Производные высших порядков. Физический смысл второй производной.
- 11) Исследование функции на экстремум и монотонность.
- 12) Необходимое и достаточное условие существования экстремума. Теорема Ферма.
- 13) Выпуклость графика функции. Точки перегиба.
- 14) Схема исследования функций и построения графика.
- 15) Первообразная и неопределенный интеграл. Основные свойства неопределенного интеграла.
- 16) Методы интегрирования (непосредственное интегрирование, метод замены переменной).
- 17) Определенный интеграл и его геометрический смысл. Формула Ньютона-Лейбница.
- 18) Вычисление площадей плоских фигур с помощью определенного интеграла.
- 19) Вычисление объема тел вращения с помощью определенного интеграла
- 20) Понятие множества, элементы множества, способы задания и обозначение множеств, подмножества данного множества
- 21) Операции, производимые над множествами: пересечение множеств, объединение множеств, вычитание множеств, дополнение множества.
- 22) Прямое произведение множеств, эквивалентность множеств. Произведение операций над множествами, решение задач.
- 23) Понятие случайного события. Вероятность случайного события.

24) Классическое определение вероятности. Теоремы сложения и умножения вероятностей.

25) Случайная величина. Дискретные и непрерывные случайные величины. Закон распределения дискретной случайной величины.

26) Математическое ожидание, дисперсия, среднее квадратичное отклонение дискретной случайной величины, их свойства.

### Примеры практических заданий для подготовки к промежуточной аттестации

#### Вычислите пределы:

1. а)  $\lim_{x \rightarrow 1} \frac{\sin x}{x^2}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 1} (8 + 2x - x^2 + x^3)$ ,  $x > 0$
2. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{\tan 3x}{x}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{x^{3-8}}{x^{2-5x+6}}$
3. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{\tan 3x}{x}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{x^{3-8}}{x^{2-5x+6}}$
4. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{\tan 3x}{x}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{x^{3-8}}{x^{2-5x+6}}$
5. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{7x+5}{1-2x}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 1} \frac{5-x-2}{1-2x-x-1}$
6. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{1-x}{1-x}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} (1-x)^x$
7. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} (x^3 - 3x^2 + 5)^2 = x > 1$   $x > 0$   $x$
8. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} (1 + \frac{2x^3-3}{x})$  б)  $\lim_{x \rightarrow 2} (1 + 2x + \frac{1}{x})$
9. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{2x^3-3}{x}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{\sin 3x}{x}$
10. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{x-9}{x-3}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{7x+5}{x-2}$
11. а)  $\lim_{x \rightarrow 3} \frac{x-9}{x-3}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{7x+5}{2x-2}$
12. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{x-1}{x-1}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{1-x}{x}$
13. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{1-x}{x^3+x^2}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} (1+x)^{x+2}$
14. а)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{5x^2-3}{x^4-x-3}$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{\cos 3x}{x}$
15. а)  $\lim_{x \rightarrow 2} (3x^2 - 4x + 5)$  б)  $\lim_{x \rightarrow 0} \frac{1-5x-x^2}{x}$

1. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = \sin x$  и осью  $OX$ .
2. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2$  и  $y = \sqrt{x}$ .
3. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = 4 - x^2$  и  $y = 2 - x$ .
4. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2 + 1$  и  $y = -x^2 + 3$ .
5. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2 + 1$  и  $y = x + 1$ .
6. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = 3x^2 + 1$  и  $y = 3x + 7$ .
7. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2$  и  $y = 2 - x^2$ .
8. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x + 3$  и  $y = x^2 + 1$ .
9. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = 4 - x^2$ , и осью  $OX$ .
10. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2 + 1$  и  $y = 3 - x$ .
11. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = 1 - x^2$  и  $y = -x - 1$ .
12. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2$ , и  $y = x$ .
13. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2 - 1$  и  $y = x + 1$ .
14. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2$  и  $y = x + 2$ .
15. Найдите площадь фигуры, ограниченной линиями  $y = x^2 + 1$ ,  $x = -1$  и  $x = 3$ .

#### Критерии оценивания:

Каждый вопрос дифференцированного зачета в письменной форме оценивается по пятибалльной шкале:

Варианты письменного дифференцированного зачета равноценны по трудности, одинаковы по структуре, параллельны по расположению заданий. Каждое задание оценивается по пяти бальной шкале:

**Оценка «отлично»** выставляется за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; работа выполнена полностью; в логических рассуждениях и обоснованиях нет пробелов и ошибок; в решении нет математических ошибок (возможна одна неточность, описка, не являющаяся следствием незнания или непонимания учебного материала).

**Оценка «хорошо»** выставляется, если обучающийся полностью освоил учебный материал, работа выполнена полностью, но обоснования шагов решения недостаточны; допущена одна ошибка или два-три недочета при решении заданий.

**Оценка «удовлетворительно»** выставляется, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности, допущены более одной ошибки или более двух-трех недочетов при решении заданий.

**Оценка «неудовлетворительно»** выставляется, если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания по предмету, допускает существенные ошибки, работа показывает отсутствие у обучающегося обязательных знаний и умений по предмету.

Итоговая оценка за дифференцированный зачет определяется как средний балл по всем заданиям.

**ЕН 02 ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины
2. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
3. Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины, текущая аттестация
4. Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

**1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ЕН 02 ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.  
 1.2 Уровень образования: СПО.  
 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.  
 1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.  
 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

*Цель:*

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки педагога по физической культуре и спорту в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

*Задачи:*

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс колледжа.

1.6 Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств. Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно-методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов СПб ГБПОУ «АЛВС «Динамо Санкт-Петербург

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.



**Таблица 1.**  
**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
менее 50	2 (неудовлетворительно)

## **2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.2. Особенности использования компьютера в образовательной организации	Самостоятельная работа № 1 Составление упражнений для снятия негативного воздействия средств ИКТ на учащихся	
Тема 2.1 Работа с текстовой информацией в профессиональной деятельности	<i>Практическая работа № 1.</i> Создание текстового документа, содержащего графические элементы (диаграммы, схемы)	
Тема 2.2. Использование табличного процессора в профессиональной деятельности	<i>Практическая работа № 2.</i> Построение диаграмм в электронной таблице Расчёт в электронной таблице с использованием различных типов ссылок. Работа со списками данных	
Тема 2.3. Компьютерная графика	<i>Самостоятельная работа № 2.</i> Обзор инструментов электронной доски Miro на примере создания коллажа (Изучение возможностей преобразования изображений и текста с помощью инструментов электронной доски Miro) <i>Практическая работа № 3.</i> Создание и редактирование изображений с помощью графического редактора.	
Тема 2.4. Технология обработки аудио и видео информации	<i>Практическая работа № 5.</i> Подготовка подкаста на тему физической культуры и профессионального спорта <i>Практическая работа № 6.</i> Монтаж видео «Я в спорт»	
Тема 3.2. Использование ресурсов сети Интернет- для поиска и обмена информацией в области физической культуры и спорта	<i>Практическая работа № 7.</i> Разработанный студентом информационный блог, обеспечивающий в том числе отображение информации из твиттера, видеоканала на YOUTUBE.COM. (Google Сайты) Составление структуры персонального сайта учителя физкультуры Подготовка материалов для раздела персонального сайта учителя физкультуры. <i>Самостоятельная работа № 3.</i> Ведение блога образовательной тематики «Мы за здоровый образ жизни»	
Тема 3.3. Публикации в профессиональной деятельности	<i>Самостоятельная работа № 4.</i> Основы web-архитектуры и дизайна (Освоение приемов создания Web- страницы Google Sites) <i>Практическая работа № 8.</i> Освоение приёмов создания Web-страницы Google Sites <i>Контрольная работа № 1</i>	

Тема 4.1. Информатизация отрасли «физическая культура и спорт»	<i>Практическая работа № 9.</i> Компьютерные технологии в образовательном процессе физической культуры и спорта	
Тема 4.2. Компьютерная диагностика в физической культуре и спорте	<i>Практическая работа № 10.</i> Компьютерные средства диагностики в спорте	
Тема 4.3. Информационные технологии в изучении и моделировании движений человека.	<i>Практическая работа № 11.</i> Характеристика компьютерных программ и игр	
Тема 5.1. Мультимедийные средства обучения	<i>Практическая работа № 12.</i> Подготовка электронного методического пособия по теме «Здоровый образ жизни»	
Тема 5.2. Виды современных программных средств обучения, контроля и оценки уровня знаний и умений обучающихся	<i>Практическая работа № 13.</i> Создание системы контроля знаний учащихся средствами программы QUIZZZ (тест по избранному виду спорта) <i>Самостоятельная работа № 5.</i> Обзор цифровых образовательных ресурсов, используемых в процессе обучения школьников физической культуре (Поиск и анализ цифровых образовательных ресурсов, используемых в процессе обучения школьников физической культуре)	
Тема 5.3. Онлайн- сервисы для создания обучающих игр и игровых упражнений	<i>Практическая работа № 14.</i> Разработка сценария занятия с использованием игровых онлайн-сервисов для проведения военнопатриотического/ спортивно-оздоровительного мероприятия	
Тема 5.4. Обучение с применением дистанционных технологий	<i>Практическая работа № 15.</i> Разработка фрагмента урока с использованием дистанционных технологий	
Тема 6.1. Мультимедийные презентации в профессиональной деятельности учителя физической культуры	<i>Практическая работа № 16.</i> Разработка сценария вводного учебного занятия по определенному виду спорта с использованием мультимедийных технологий	
Тема 6.2. Интерактивные технологии в профессиональной деятельности. Smart ActiveBoard	<i>Практическая работа № 17.</i> Создание флипчарта «История олимпиады» <i>Самостоятельная работа № 6.</i> Использование гиперссылок для создания интерактивной презентации PowerPoint (Разработка презентации-путеводителя с использованием гиперссылок в программе PowerPoint) <i>Контрольная работа № 2.</i>	

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСТАЦИЯ

В текущий контроль включены:

- 9 практических работ (описание приведено в Методических рекомендациях);
- 2 самостоятельные работы (описание приведено в Методических рекомендациях);
- 2 контрольные работы

#### Контрольная работа № 1

##### Вариант № 1

1. Минимальный состав персонального компьютера:

- а) винчестер, дисковод, монитор, клавиатура;
- б) дисплей, клавиатура, процессор, память;
- в) принтер, клавиатура, монитор, память;
- г) винчестер, принтер, дисковод, клавиатура.

2. Периферийные устройства выполняют функцию:

- а) хранение информации;
- б) обработку информации;
- в) ввод и выдачу информации;
- г) управление работой ЭВМ по заданной программе.

3. Форматы архивации:

- а) ВАР б) ZIP в) ROM г) BMP

4. Компьютерные коммуникации - это:

- а) соединение компьютеров в единую сеть;
- б) перенесение информации с одного компьютера на другой при помощи дисков;
- в) дистанционная передача данных с одного компьютера на другой;
- г) передача информации между пользователями о состоянии работы компьютеров.

5. Вирус, поражающий документы, называется:

- а) троян;
- б) файловый вирус;
- в) макровирус;
- г) загрузочный вирус.

6. В глобальной сети Интернет транспортный протокол Transport Control Protocol (TCP) обеспечивает:

- а) получение почтовых сообщений;
- б) разбиение передаваемого файла на части (пакеты); в) передачу почтовых сообщений;
- г) передача информации по заданному адресу.

7. Компьютер, подключенный к Интернету, обязательно имеет:

- а) IP - адрес;
- б) Web - страницу;
- в) домашнюю Web - страницу;
- г) URL - адрес.

8. WWW - это:

- а) Web - узел;
- б) Web - сервер;
- в) сеть документов, связанных между собой гиперссылками;
- г) сводка меню программных продуктов.

9. Определите имя домена верхнего уровня по заданному адресу сервера в сети Интернет:

[www.microsoft.com](http://www.microsoft.com)

- а) Microsoft;
- б) www;
- в) microsoft.com;
- г) com

MS Word

10. Форматирование - это:

- а) изменение формы;

- б) изменение внешнего вида;  
 в) копирование фрагмента текста;  
 г) изменение количества символов (абзацев).
11. Шаблоны в MS Word используются для:  
 а) создания подобных документов;  
 б) копирования одинаковых частей документа; в) вставки в документ графики;  
 г) замены ошибочно написанных слов.
12. Удалить выделенную таблицу можно:  
 а) клавишей Delete;  
 б) Правка - Удалить;  
 в) щелкнуть правой кнопкой по таблице;  
 г) Макет - Удалить - Удалить таблицу.
13. Функция «Автперенос» задается:  
 а) чтобы выровнять текст по ширине;  
 б) чтобы выровнять текст по левому краю;  
 в) чтобы выровнять текст по правому краю;  
 г) чтобы выровнять текст по центру.
14. Колонтитул может содержать:  
 а) любой текст;  
 б) Ф.И.О. автора документа;  
 в) название документа;  
 г) дату создания документа.
15. Ориентацию страницы (книжная или альбомная) можно поменять:  
 а) Вид - Разметка страницы;  
 б) Файл - Версии;  
 в) Файл - Свойства;  
 г) вкладка Разметка страницы - Параметры страницы.

### Ms Excel

16. Формула содержащая абсолютную и относительную ссылки, записанная в ячейке C1 после ее копирования в ячейку C2, будет иметь вид:

- а) = A2+\$B\$2 б) =  
 A1+\$B\$2 в) = A2+\$B\$1  
 г) = A1+\$B\$1

	СУММ	X7 « =A1+\$B\$1	
	A   B	C	D
1		=A1 +ф\$1	
2	юT_		
3			

17. Ориентацию текста в ячейке можно поменять через:  
 а) вкладка Главная - Формат ячеек - Граница;  
 б) вкладка Главная - Формат ячеек - Число;  
 в) вкладка Главная - Формат ячеек - Шрифт;  
 г) вкладка Главная - Формат ячеек - Выравнивание .
18. Точную высоту строки можно установить:  
 а) вкладка Главная - Формат - Высота строки  
 б) Вставка строки;  
 в) Сервис -Подбор - Параметры;  
 г) вкладка Главная - Формат - Автоподбор высоты.
19. Укажите правильный адрес ячейки:  
 а) A12C;  
 б) B12;  
 в) 123C;  
 г) B1A.
20. Диапазон - это:  
 а) все ячейки одной строки;  
 б) совокупность клеток, образующих в таблице область прямоугольной формы; в) все ячейки одного столбца;

г) множество допустимых значений.

21. *Активная ячейка - это ячейка:*

- а) для записи команд;
- б) содержащая формулу, включающую с себя имя ячейки, в которой выполняется ввод данных;
- в) формула, в которой содержатся ссылки на содержимое ячейки;
- г) в которой выполняется ввод данных.

22. *Ввод формулу в ячейку:*

- а) начинается со знака =
- б) заканчивается знаком =
- в) без знака =
- г) нажать клавишу Enter

### MS Power Point

23. *Конструктор и шаблоны в программе Power Point предназначены для:*

- а) облегчения операций по оформлению слайдов;
- б) вставки электронных таблиц;
- в) вставки графических изображений;
- г) создания нетипичных слайдов.

24. *Команда настройки смены слайдов презентации программы Power Point по щелчку:*

- а) Показ - Смена слайдов - Автоматически после;
- б) Показ слайдов - Настройка анимации - После предыдущего;
- в) Показ слайдов - Настройка анимации - Запускать щелчком;
- г) вкладка Анимация - Смена слайдов - поставить галочку По щелчку.

25. *Вставить готовый звуковой файл в слайд презентации программы Power Point можно с помощью команды:*

- а) вкладка Вставка - Объект;
- б) Показ слайдов - Звукозапись;
- в) вкладка Вставка - Фильмы и звук - Запись звука;
- г) вкладка Вставка - Звук - Звук из файла.

26. *Клавиша, которая прерывает показ слайдов презентации программы Power Point:*

- а) Enter;
- б) Del;
- в) Та
- г) Esc.

### MS Paint

27. *К растровым графическим редакторам относятся:*

- а) MS Paint;
- б) графический редактор встроенный в MS Word;
- в) WordPad;
- г) CorelDraw.

28. *Минимальным объектом, используемым в растровом графическом редакторе, является:*

- а) точки экрана (пиксель);
- б) цвет;
- в) знакоместо (символ);
- г) графический примитив (точка, линия и т.д.).

29. *Удалить полностью рисунок можно:*

- а) Правка - Отменить;
- б) Рисунок - Очистить;
- в) Правка - Выделить все - Очистить выделение;
- г) нажать клавишу Delete.

30. *Команда графического редактора, которая изменяет палитру:*

- а) Верхнее меню - Файл;
- б) Верхнее меню - Палитра;
- в) Верхнее меню - Правка;
- г) Верхнее меню - Рисунок.

**Вариант № 2**

1. *Информационная магистраль - это:*
  - а) набор команд, предназначенный для управления процессором обработки данных в ЭВМ;
  - б) кабель, осуществляющий информационную связь между устройствами компьютера;
  - в) количество одновременно передаваемых по шине бит;
  - г) быстрая полупроводниковая энергонезависимая память.
2. *BIOS - это:*
  - а) игровая программа;
  - б) командный язык операционной системы; в) диалоговая оболочка;
  - г) базовая система ввода - вывода.
3. *Программа, осуществляющая несанкционированные действия пользователем по сбору и передаче информации злоумышленнику:*
  - а) сетевой червь;
  - б) руткиты;
  - в) троян;
  - г) фишинг.
4. *Компьютер, подключенный к Интернету, обязательно должен:*
  - а) получить доменное имя;
  - б) получить IP адрес;
  - в) иметь размещенный на нем Web-сайт
  - г) почтовый адрес пользователя сети.
5. *Локальные компьютерные сети - это:*
  - а) сеть, к которой подключены все компьютеры вашего города;
  - б) сеть, к которой подключены все компьютеры вашей страны;
  - в) сеть, к которой подключены компьютеры вашего офиса или кабинета информатики, или одновременно здания;
  - г) сеть, к которой подключены все компьютеры.
6. *Сервер - это:*
  - а) сетевая программа, которая ведет диалог одного пользователя с другим;
  - б) мощный компьютер, к которому подключаются остальные компьютеры;
  - в) компьютер отдельного пользователя, подключенный в общую сеть;
  - г) стандарт, определяющий форму представления в способ пересылки сообщения.
7. *Имя домена верхнего уровня адреса электронной почты [User name@mtu.net.ru](mailto:User_name@mtu.net.ru) в сети Интернет:*
  - а) mtunet.ru
  - б) User\_name
  - в) ru
  - г) mtu-net

**MS Word**

8. *В диалоговом окне «Граница и заливка» есть вкладка:*
  - а) страница;
  - б) таблица;
  - в) цвета;
  - г) поля.
9. *В редакторе MS Word отсутствуют списки:*
  - а) нумерованные;
  - б) многоколоночные;
  - в) многоуровневые;
  - г) маркированные.
10. *Шаблоны в MS Word используются для:*
  - а) создания подобных документов;
  - б) копирования одинаковых частей документа;
  - в) вставки в документ графики;
  - г) замены ошибочно написанных слов.
11. *Выполнить Вставку рисунка из коллекции MS Office в документ можно:*
  - а) Вставка - Word Art;
  - б) Вставка - SmartArt;

- в) Вставка - Фигуры;
  - г) Вставка - Клип.
12. *Ориентацию страницы (книжная или альбомная) можно поменять:*
- а) Вкладка Главная - Разметка страницы - Ориентация;
  - б) Вкладка Главная - Вид - Разметка страницы;
  - в) Вкладка Главная - Разметка страницы - Границы страниц;
  - г) Вкладка Главная - Разметка страницы - Размер страницы.
13. *Клавишу Enter нажимают*
- а) в конце каждой строки;
  - б) в конце абзаца;
  - в) в конце предложения;
  - г) в начале заголовка.
14. *Команда «Печать» программы Word находится в пункте меню:*
- а) Кнопка Office;
  - б) Вкладка Главная;
  - в) Вкладка Вид;
  - г) Вкладка Разметка страницы.
15. *Режим, при котором документ представлен в том виде, в каком впоследствии будет выведен на печать:*
- а) Веб-документ;
  - б) обычный;
  - в) разметка страницы;
  - г) структура.
16. *Кнопка панели Рисование меняет цвет внутренней области фигуры:*
- а) Формат - Контур фигуры;
  - б) Цвет линий;
  - в) Стиль тени;
  - г) Цвет шрифта.

#### MS Excel

17. *Укажите правильный адрес ячейки:*
- а) 12А;
  - б) В89К;
  - в) В12С;
  - г) 0456.
18. *Выбор формата данных:*
- а) вкладка Главная - Формат ячеек - число;
  - б) вкладка Главная - Формат ячеек - выравнивание;
  - в) вкладка Главная - Формат ячеек - шрифт;
  - г) вкладка Главная - Формат ячеек - граница.
19. *Поиск данных (строк) в соответствии с заданными условиями (фильтр):*
- а) Данные - Сортировка;
  - б) Данные - Фильтр;
  - в) Данные - Проверка;
  - г) Данные - Итоги.
20. *При перемещении или копировании в электронных таблицах относительные ссылки:*
- а) не изменяются;
  - б) преобразуются вне зависимости от нового положения формулы;
  - в) преобразуются в зависимости от нового положения формул;
  - г) преобразуются в зависимости от длины формулы.
21. *При перемещении или копировании в электронных таблицах абсолютные ссылки:*
- а) не изменяются;
  - б) преобразуются вне зависимости от нового положения формулы;
  - в) преобразуются в зависимости от нового положения формул;
  - г) преобразуются в зависимости от длины формулы.

#### MS Power Point



22. *Презентация Power Point - это:*
- а) демонстрационный набор слайдов, подготовленных на компьютере;
  - б) прикладная программа для обработки электронных таблиц;
  - в) устройство компьютера, управляющее демонстрацией слайдов;
  - г) текстовый документ, содержащий набор рисунков, фотографий, диаграмм.
23. *Выбор макета слайдов в программе Power Point осуществляется с помощью команд:*
- а) Главная - Макет;
  - б) Формат - Цветовая схема слайда;
  - в) Вставка - Дублировать слайд;
  - г) Правка - Специальная вставка.
24. *Совокупность слайдов, собранных в одном файле, образуют:*
- а) показ;
  - б) презентацию;
  - в) кадры;
  - г) рисунки.
25. *Эффекты анимации отдельных объектов слайда презентации программы Power Point задаются командой:*
- а) вкладка Главная - Анимация - Настройка анимации;
  - б) вкладка Главная - Показ слайдов - Настройка демонстрации;
  - в) вкладка Главная - Показ слайдов - Произвольный показ;
  - г) вкладка Главная - Показ слайдов - Настройка времени.
26. *Укажите расширение файла, содержащего обычную презентацию MS Power Point:*
- а) .ppt
  - б) .gif
  - в) .jpg
  - г) .pps
- MS Paint
27. *К векторным графическим редакторам относятся:*
- а) MS Paint;
  - б) Графический редактор, встроенный в MS Word;
  - в) Adobe Photoshop;
  - г) MS Publisher.
28. *Скопировать рисунок можно:*
- а) Правка - копировать;
  - б) Нажать одновременно две клавиши Str+C;
  - в) Выделить рисунок - Правка - Копировать;
  - г) Выделить рисунок - Рисунок - копировать.
29. *Можно ли изменить размер распылителя:*
- а) Да;
  - б) Нет;
  - в) Можно, используя верхнее меню;
  - г) Можно, используя сочетание клавиш
30. *Отменить неправильное:*
- а) Правка - Выделить все - Очистить выделение;
  - б) Верхнее меню Правка - Отменить;
  - в) Верхнее меню Вид - Отменить;
  - г) Нажать кнопку Delete.

**Ключи к  
тестированию**

Вопрос ы	1 вариант	2 вариант
1	Б	Б
2	В	Г
3	Б	В
4	А	Б
5	В	В
6	Б	Б
7	А	В
8	В	А
9	Г	Б
10	Б	А
11	А	Г
12	Г	А
13	А	Б
14	А	А
15	Г	В
16	В	А
17	Г	А
18	А	А
19	Б	Б
20	Б	В
21	Г	А
22	А	А
23	А	А
24	Г	Б
25	Г	А
26	Г	А
27	А	Б
28	А	В
29	Б	Б
30	Б	Б

**Критерии оценки по тестовым заданиям:**

Система тестирования - универсальный инструмент определения уровня обученности студентов на всех этапах образовательного процесса, в том числе для оценки уровня остаточных знаний. Тест обладает способностью сравнивать индивидуальный уровень знания каждого студента.

Помимо уровня знаний с помощью теста можно оценить структуру знаний, установить наличие последовательности в усвоенных обучающимися знаниях, отсутствие пробелов.

Удельный вес правильных ответов	Оценка
> 50%	неудовлетворительно
>50%, но < 75%	удовлетворительно
>75, но < 95%	хорошо
>95%	отлично

**Контрольная работа № 2**

**Блок А**

**Что обеспечивает протокол маршрутизации (IP)?**

1. управление аппаратурой передачи данных и каналов связи
2. сохранение механических, функциональных параметров физической связи в компьютерной сети
3. интерпретацию данных и подготовку их для пользовательского уровня
4. доставку информации от компьютера отправителя к компьютеру получателю
5. разбиение файлов на IP-пакеты в процессе передачи и сборку файлов в процессе получения

**Что обеспечивает транспортный протокол (ТСР)?**

1. прием, передачу и выдачу одного сеанса связи

2. разбиение файлов на IP-пакеты в процессе передачи и сборку файлов в процессе получения
3. доступ пользователя к переработанной информации
4. доставку информации от компьютера-отправителя к компьютеру получателю
5. доставку информации от компьютера-получателя к компьютеру отправителю

**В чём измеряется пропускная способность канала передачи информации?**

1. бит/с
2. Мбит/с
3. Мбит
4. Кбайт/с
5. Байт

**Как называется топология локальной сети, где рабочие станции соединены с сервером (файл-сервером)?**

1. звезда
2. кольцевой
3. шинной
4. древовидной
5. замкнутой

**Совокупность компьютеров, соединенных каналами обмена информации и находящихся в пределах одного (или нескольких) помещений, здания, называется:**

1. глобальной компьютерной сетью
2. локальной компьютерной сетью
3. информационной системой с гиперсвязями
4. электронной почтой
5. региональной компьютерной сетью

**Локальные компьютерные сети как средство общения используются**

1. для организации доступа к общим для всех пользователей устройствам ввода принтерам, графопостроителям и общим информационным ресурсам местного значения
2. только для осуществления обмена данными между несколькими пользователями
3. для общения людей непосредственно
4. для осуществления обмена данными между несколькими пользователями, для организации доступа к общим для всех пользователей устройствам вывода (принтерам), а также к общим информационным ресурсам местного значения
5. только для организации доступа к общим для всех пользователей информационных ресурсов

**Установите соответствие**

1. Всемирная паутина WWW	a). специализированные средства, позволяющие в реальном времени организовать общение пользователей по каналам компьютерной связи
2. Электронная почта email	b). информационная система, основными компонентами которой являются гипертекстовые документы
3. Передача файлов FTP	c). система пересылки корреспонденции между пользователями всети
4. Телеконференция UseNet	d). система передачи электронной информации, позволяющая каждому пользователю сети получить доступ к программам и документам, хранящимся на удаленном компьютере
5. Системы общения «on line» chat, ICQ	e). система обмена информацией между множеством пользователей

**Глобальная компьютерная сеть - это:**

1. информационная система с гиперсвязями
2. множество компьютеров, связанных каналами передачи информации и находящихся в пределах одного помещения, здания
3. совокупность локальных сетей и компьютеров, расположенных на больших расстояниях и соединенных с помощью каналов связи в единую систему
4. система обмена информацией на определенную тему
5. совокупность хост компьютеров и файл серверов

**Глобальные компьютерные сети как средство коммуникации появились**

1. когда созрела общественная потребность общения между людьми, проживающими в

разных точках планеты и появились соответствующие технические возможности (системы и сети компьютерной коммуникации)

2. когда появились компьютеры
3. когда совершилась научно-техническая революция
4. когда созрела общественная потребность общения между людьми, проживающими на разных точках планеты
5. когда закрылись почтовые отделения

**Для хранения файлов, предназначенных для общего доступа пользователей сети, используется**

- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| хост-компьютер | коммутатор      |
| клиент-сервер  | рабочая станция |
| файл-сервер    |                 |

**Что включает в себя общая схема передачи информации?**

1. отправителя информации, канал передачи информации и получателя информации
2. отправителя информации, пропускную способность канала
3. отправителя информации, пропускную способность канала и получателя информации
4. отправителя информации, получателя информации
5. канал передачи информации, получателя информации

**На какие группы делятся поисковые серверы Интернета?**

1. майлы
2. специализированные и общего назначения
3. всевозможные
4. яндексы
5. хосты

За верное решение каждой части задачи выставляется положительная оценка - 1 балл.

За неверное решение (или отсутствие решения) каждой из частей задачи выставляется оценка - 0 баллов.

Максимальное количество баллов - 12.

### **Шкала оценки образовательных достижений**

Условия, при которых выставляется оценка	Оценка уровня подготовки	
	Балл (отметка)	Вербальный аналог
85 - 100% (12 вопросов и больше)	5	Отлично
60 - 85 % (912 вопрос)	4	Хорошо
40 - 60 % (619 вопрос)	3	Удовлетворительно
До 40 %	2	Неудовлетворительно

### **Правильные ответы**

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
№ ответа	4	2	1, 2, 4	1	2	4	1b, 2c, 3d, 4e, 5a	3	1	3	1	2

### **Блок «Б»**

**Задание 1.** Произвести поиск сайтов в наиболее популярных поисковых системах общего назначения в русскоязычном Интернете (Рунете).

Краткая справка. Наиболее популярными русскоязычными поисковыми системами являются: Rambler — [www.rambler.ru](http://www.rambler.ru); Апорт — [www.aport.ru](http://www.aport.ru); yandex — [www.yandex.ru](http://www.yandex.ru).

Англоязычные поисковые системы: Yahoo — [www.yahoo.com](http://www.yahoo.com).

Специализированные поисковые системы позволяют искать информацию в специализированных слоях Интернета. К ним можно отнести поиск файлов на серверах FTP и систему поиска адресов электронной почты WhoWhere.

**J** Произведите поиск в поисковой системе yandex. Откройте поисковый сервер yandex — [www.yandex.ru](http://www.yandex.ru).

В поле поиска задайте «Энциклопедии», нажмите кнопку Найти, сравните результаты с поиском в Рамблере.

**S** Сузьте круг поиска и найдите информацию, например об управлении финансами (в поле поиска введите «Управление финансами»). Сравните полученные результаты с предыдущим поиском.

Введите одно слово «Финансы» в поле поиска. Отличается ли результат от предыдущего поиска? Попробуйте поставить перед поисковой системой задачу найти информацию о какой-нибудь конкретной валюте, предположим «Доллар». Сравните результаты поиска

**J** В окне Yandex нажмите на кнопку Моя почта. В открывшемся окне почтового сервера вы можете зарегистрировать себе почтовый ящик с адресом ваша\_почта@ya.ru — такой адрес легко запоминается. Yandex предоставит в ваше распоряжение 10 Мбайт. Если у вас есть телефон, поддерживающий протокол WAP, вы можете читать свою почту без компьютера.

**J** Произведите поиск картинок и фотографий в поисковой системе Yandex. В поле поиска наберите по-английски «Dollar» и укажите категорию поиска «Картинки». Запрос «Dollar» найдет в Интернете картинки, в имени которых встречается слово «Dollar». Высока вероятность того, что эти картинки связаны с финансами.

**Задание 2.** Произвести поиск в интернет-энциклопедии Кирилла и Мефодия ([www.mega.km.ru](http://www.mega.km.ru)).

**S** Найдите в энциклопедии сведения о финансовой ренте, для этого в поле поиска наберите словосочетание «Финансовая рента».

**J** Скопируйте найденные сведения в текстовый документ. Для копирования содержимого всей страницы выполните команду Правка/Выделить все и команду Правка/Копировать. Откройте новый документ текстового редактора MS Word и выполните команду Правка/ Вставить

### Критерии оценивания проверочной работы

Условия, при которых выставляется оценка	Оценка уровня подготовки	
	Балл (отметка)	Вербальный аналог
Обучающийся самостоятельно выполнил все этапы решения задач на ЭВМ; работа выполнена полностью и получен верный ответ или иное требуемое представление результата работы;	5	Отлично
работа выполнена полностью, но при выполнении обнаружилось недостаточное владение навыками работы с ЭВМ в рамках поставленной задачи; правильно выполнена большая часть работы (свыше 85 %), допущено не более трех ошибок; работа выполнена полностью, но использованы наименее оптимальные подходы к решению поставленной задачи.	4	Хорошо
работа выполнена не полностью, допущено более трех ошибок, но обучающийся владеет основными навыками работы на ЭВМ, требуемыми для решения поставленной задачи.	3	Удовлетворительно
допущены существенные ошибки, показавшие, что обучающийся не владеет обязательными знаниями, умениями и навыками работы на ЭВМ или значительная часть работы выполнена не самостоятельно.	2	Неудовлетворительно

## 4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 4.1. Паспорт контрольно-измерительных материалов для промежуточной аттестации

К дифференцированному зачету по дисциплине «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности» допускаются студенты, изучившие основной теоретический материал, выполнившие все практические работы по изученным темам, а также выполнившие задания самостоятельной (внеаудиторной) работы. Самостоятельная (внеаудиторная) работа студента проверяется преподавателем в течение всего учебного года.

Экзамен по дисциплине «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности» сдается по билетам. Каждый билет содержит один теоретический вопрос и один практический. Теоретические вопросы студент отвечает устно (перечень вопросов представлен ниже), а практическое задание выполняет на персональном компьютере.

Практическая часть билета содержит задания на проверку умений студента работать в программах MS Word, MS Excel, MS Power Point. Основная задача экзамена - проверить у выпускников уровень компетентности в сфере информатики (сформированность умений оперировать теоретическими знаниями и изученным программным обеспечением, умение применять изученное для решения практических задач). Каждое из заданий ориентировано на проверку умения выполнять определенный комплекс операций с конкретным программным пакетом, но при этом демонстрируются также общие знания и умения в области «Информатики». Примерное время подготовки студентов к ответу по билетам может быть в диапазоне от 10 до 30 минут. Время ответа на устные вопросы билета в целом должно превышать 15 минут. После ответа на устную часть билета, студент приступает к практическому заданию.

#### ПРИМЕРНЫЕ ЗАДАНИЯ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ ЭКЗАМЕНА:

1. Опишите цель, задачи, структуру занятия по физической культуре с применением фотоаппарата
2. Опишите цель, задачи, структуру занятия по физической культуре с применением аудиотехники
3. Опишите цель, задачи, структуру занятия по физической культуре с применением видеотехники
4. Опишите цель, задачи, структуру занятия по физической культуре с применением информационно-коммуникационных технологий
5. Опишите цель, задачи, структуру внеурочного мероприятия по физической культуре с применением технических средств обучения
6. Опишите цель, задачи, структуру внеурочного мероприятия по физической культуре с применением информационно-коммуникационных технологий
7. Опишите цель, задачи, структуру внеурочного мероприятия по физической культуре с применением новых информационных технологий

#### Критерии оценки устного ответа:

**Отметка «5»:** ответ полный и правильный на основании изученной теории; материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком: ответ самостоятельный.

**Отметка «4»:** ответ полный и правильный на основании изученной теории; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки, исправленные по требованию преподавателя.

**Отметка «3»:** ответ полный, но при этом допущена существенная ошибка, или неполный, несвязный.

**Отметка «2»:** при ответе обнаружено непонимание студентом основного содержания учебного

материала или допущены существенные ошибки, которые студент не смог исправить при наводящих вопросах преподавателя.

**Отметка «1»:** отсутствие ответа.

### **ПРИМЕРНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ ЭКЗАМЕНА:**

1. Создать протокол соревнований по хоккею
2. Создать кроссворд по физической культуре «Баскетбол»
3. Создать тематическое планирование по физической культуре
4. Создать календарно-тематическое планирование по физической культуре в табличном процессоре.
5. Просчитать количество калорий, потребляемых человеком за день. Количество продуктов и калорийность прилагается.
6. Создать тест на знание истории физической культуры в среде электронных таблиц.
7. Составить отчет успеваемости класса по физической культуре (таблицу с итоговым четвертными оценками классов и график успеваемости).
8. Составить базу данных учащихся в спортивной секции
9. Создать базу данных достижений воспитанников спортивной школы
10. Создать презентацию по теме «Олимпиада Сочи-2014»
11. Создать презентацию по теме: «Куда пойти тренироваться»
12. Создать эмблему спортивной секции в любом графическом редакторе.
13. Создать эмблемы соревнований по разным видам спорта (не менее пяти) .

#### **Критерии оценки практического задания:**

**Отметка «5»:** работа выполнена полностью и правильно; сделаны правильные выводы; работа выполнена по плану с учетом техники безопасности.

**Отметка «4»:** работа выполнена правильно с учетом 2-3 несущественных ошибок исправленных самостоятельно по требованию преподавателя.

**Отметка «3»:** работа выполнена правильно не менее чем на половину или допущена существенная ошибка.

**Отметка «2»:** допущены две (и более) существенные ошибки в ходе работы, которые студент не может исправить даже по требованию преподавателя.

**Отметка «1»:** работа не выполнена.

**ОП 01 АНАТОМИЯ**



## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 01 АНАТОМИЯ

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.

- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.

- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»

- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.

- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,

- Устав АНО ПО «МИКА»

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»

- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».

- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.1. Введение в предмет. Уровни организации организма.	Входной контроль (устный опрос). Оценка презентации. Оценка составления словаря терминов	Экзамен
Тема 1.2. Ткани организма человека	Текущий контроль (тестовая работа).	
Тема 2.1. Учение о костях	Практические работы. Текущий контроль (решение заданий). Оценка составления словаря терминов	
Тема 2.2. Учение о соединениях.	Практические работы. Текущий контроль (решение заданий по слайдам учебной презентации). Рубежный контроль (тестовая работа). Оценка составления словаря терминов.	
Тема 2.3. Учение о мышцах.	Практические работы. Текущий контроль (решение заданий). Оценка составления словаря терминов	
Тема 3.1. Учение о внутренних органах	Практические работы. Текущий контроль (решение заданий). Текущий контроль (решение заданий по слайдам учебной презентации). Оценка составления словаря терминов	
Тема 3.2 Учение о сердечно-сосудистой и иммунной системе	Практические работы Рубежный контроль (тестовая работа). Оценка составления словаря терминов.	
Тема 3.3. Учение об органах внутренней секреции.	Устный опрос. Оценка презентации. Оценка составления словаря терминов	
Тема 3.4. Учение о нервной системе и органах чувств.	Практическая работа Текущий контроль (тестовая работа). Текущий контроль (устный опрос). Оценка презентации. Оценка составления словаря терминов	
Тема 4.1. Основы антропометрии	Практическая работа Оценка сообщений.	

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

**Тема 1.1.** Введение в предмет. Уровни организации организма

**Входной контроль. Устный опрос.**

Вопросы для собеседования:

1. Перечислите уровни организации организма человека.
2. Что такое клетка?
3. Назовите основные части клетки.
4. Что такое ткань?
5. Какие типы тканей вы знаете?
6. Какие системы органов составляют организм человека?
7. Какие органы составляют эндокринную систему?
8. Какой вклад в науку внесли следующие ученые: Гиппократ, Леонардо да Винчи, Н.П. Пирогов, П.Ф. Лесгафт?

**Тема 1.2.** Ткани организма человека

**Текущий контроль № 1. Тестовая работа.**

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

**Задание.** Решите тестовую работу.

Задание 1. Как называется?

1. Средний зародышевый листок -
2. Секрет желез внешней секреции, принимающий участие в пищеварении. -
3. Форменный элемент крови, принимающий участие в свертываемости крови. -
4. Мышечная ткань волокнистого строения -
5. Сократительный белок мышечной ткани -
6. Клетка, имеющая тело и отростки разной длины. -
7. Жидкая соединительная ткань -
8. Пограничная ткань -
9. Наука, изучающая строение и жизнедеятельность живых организмов. -
10. Наука, изучающая ткани. -

Задание 2. О какой ткани идет речь?

1. Основное свойство ткани способность воспринимать раздражение и отвечать на него сокращением.
2. В состав ткани входит нейроглия.
3. Ткань образует внутреннюю среду организма.
4. Ткань образует хрящи.
5. Совокупность клеток, имеющих волокнистое строение.
6. Этой тканью выстлана носовая полость.

**Время выполнения задания:** 15 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ - 1 балл. Смотри таблицу результативности.

**Тема 2.1.** Учение о костях

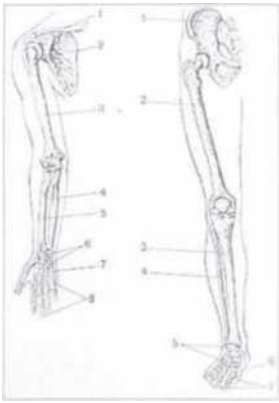
**Текущий контроль № 2. Решение заданий.**

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

**Задание.** Решите задания.

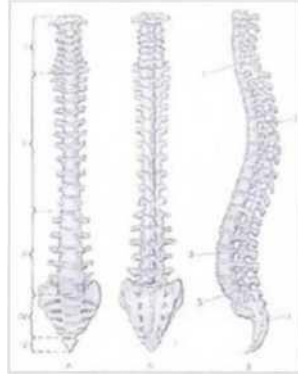
Задание 1.

**Напишите названия костей верхней и нижней конечностей, обозначенных цифрами**



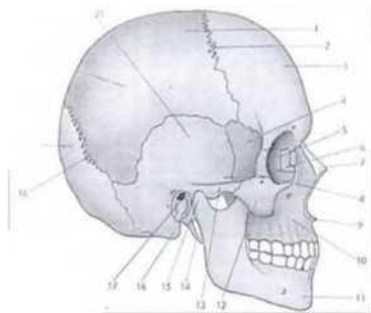
Задание 2.

Перечислите отделы позвоночника и укажите число позвонков в каждом отделе.



Задание 3.

Рассмотрите рисунки. Подпишите названия костей черепа. Перечислите парные кости лицевого черепа.



**Время выполнения задания:** 20 минут.

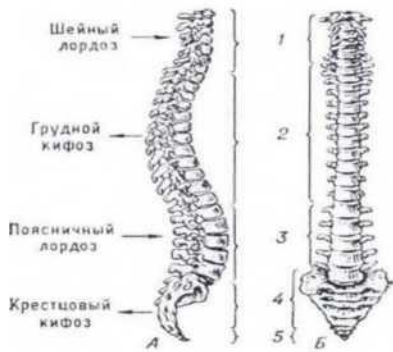
**Критерии оценки:** За каждый правильный ответ 1 балл. Смотри таблицу результативности

**Тема 2.2. Учение о соединениях**

**Текущий контроль № 3.** Решение заданий по слайдам учебной презентации.

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

**Задание:** ответить на вопросы заданий 1.



### ЗАДАНИЕ

- Укажите отделы позвоночника:
  - 1.
  - 2.
  - 3.
  - 4.
  - 5.
- Объясните, что такое кифоз, что такое лордоз?
- Почему возможны изгибы позвоночника ?

2.



### ЗАДАНИЕ

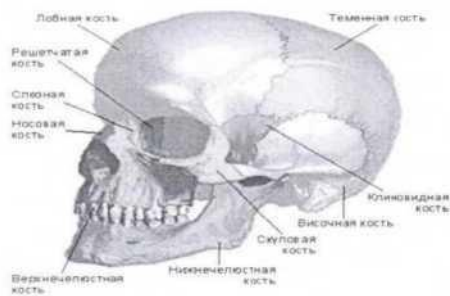
- Рассмотрите на фотографии позвоночник.
- Из чего он состоит ?
- Какие два изгиба здесь хорошо видны ?

3.



### ЗАДАНИЕ

- Какое соединение костей представлено на фотографии ?
- Какие три кости хорошо видны ?
- Как выглядит суставная поверхность бедренной кости ?
- Как выглядит суставная поверхность большеберцовой кости ?



### ЗАДАНИЕ

- Какое соединение костей представлено на рисунке ?
- Почему лобная и теменная кости соединены между собой при помощи шва ?
- Почему нижняя челюсть - единственная подвижная кость черепа ?



### ЗАДАНИЕ

•К какому типу соединений относится соединение рукоятки и тела грудины ?

•К какому типу соединений относится соединение грудины и ребер ?

•К какому типу соединений относится соединение позвонка и ребра ?

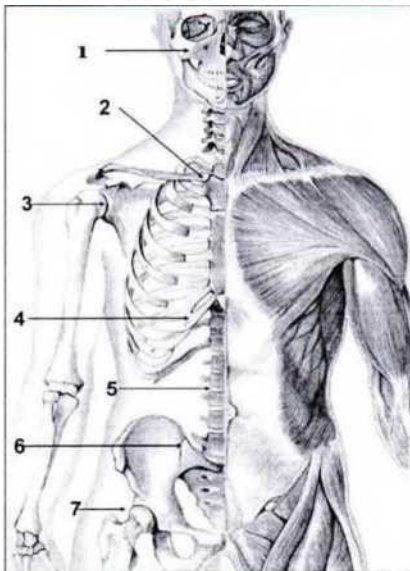


### ЗАДАНИЕ

•Какие две кости образуют коленный сустав ?

•Какие движения можно осуществить в коленном суставе ?

•К какому виду костей относится надколенник ?



### ЗАДАНИЕ

•Назовите тип соединения костей

- 1.
- 2.
- 3
- 4
- 5
- 6.
- 7-

•Укажите названия костей, которые соединены между собой

**Время выполнения задания:** 20 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ - 1 балл. Смотри таблицу результативности.

**Тема 2.1.** Учение о костях.

**Тема 2.2.** Учение о соединениях.

**Рубежный контроль № 1. Тестовая работа.**

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

*Задание 1.*

Решите тестовую работу. Выберите один правильный ответ.

1. Упругость кости придают:
  - a) минеральные соли;
  - b) органические вещества;
  - c) вода;
  - d) органические и неорганические вещества
2. Твердость кости придают:
  - a) минеральные соли;
  - b) органические вещества;
  - c) вода;
  - d) органические и неорганические вещества
3. С возрастом доля минеральных веществ кости:
  - a) возрастает;
  - b) снижается;
  - c) не изменяется
4. Рост кости в длину осуществляется за счет:
  - a) деления клеток внутреннего слоя надкостницы;
  - b) деления хрящевых клеток;
  - c) деления костных клеток;
  - d) увеличения количества межклеточного вещества
5. Рост кости в толщину происходит за счет:
  - a) деления клеток внутреннего слоя надкостницы;
  - b) деления хрящевых клеток
  - c) деления костных клеток;
  - d) увеличения количества межклеточного вещества
6. Красный костный мозг находится:
  - a) в надкостнице;
  - b) в полости диафиза трубчатых костей;
  - c) в губчатом веществе костей;
  - d) в плотном веществе кости
7. К длинным трубчатым костям относятся:
  - a) фаланги пальцев, плечевая кость, локтевая кость;
  - b) плечевая кость, локтевая кость, лучевая кость;
  - c) лопатки, плечевая кость, локтевая кость, лучевая кость;
  - d) грудина, плечевая кость, локтевая кость, лучевая кость
8. К плоским костям относятся:
  - a) лопатки; грудина, тазовые кости;
  - b) тазовые кости, кости предплюсны, кости плюсны;
  - c) кости предплюсны, кости плюсны, фаланги пальцев;
  - d) лопатки, лобная кость, фаланги пальцев
9. К непарным костям мозгового отдела черепа относятся:
  - a) лобная, затылочная, теменная, носовая;



- b) лобная, затылочная, теменная, височная;
  - c) теменная, височная;
  - d) лобная, затылочная
10. Парными костями мозгового отдела черепа являются:
- a) теменные, височные;
  - b) теменные, височные, затылочные;
  - c) теменные, височные, скуловые;
  - d) височные, скуловые, носовые
11. К парным костям лицевого отдела черепа относятся:
- a) носовые, слезные, скуловые;
  - b) носовые, височные, скуловые;
  - c) носовые, нижнечелюстные, теменные;
  - d) носовые, нижнечелюстные, скуловые
12. В позвонке различают:
- a) тело и дугу,
  - b) тело, дугу и отростки.
  - c) тело и отростки;
  - d) тело, дугу, отростки, ребра
13. Позвонки срастаются в отделе:
- a) копчиковом.
  - b) крестцовом;
  - c) шейном;
  - d) грудном
14. Грудную клетку составляют:
- a) 12 пар ребер, грудина;
  - b) 12 пар ребер, грудной отдел позвоночника, грудина;
  - c) 10 пар ребер, грудина;
  - d) 10 пар ребер, грудной отдел позвоночника, грудина
15. С грудиной непосредственно сочленяются
- a) 12 пар ребер
  - b) 8 пар ребер
  - c) 10 пар ребер
  - d) 7 пар ребер
16. В период роста тазовая кость состоит из:
- a) подвздошной, лобковой и седалищной;
  - b) подвздошной и седалищной;
  - c) лобковой и седалищной;
  - d) подвздошной, лобковой, седалищной и бедренной
17. Скелет свободной верхней конечности состоит из
- a) лопаточной, плечевой, лучевой, локтевой костей;
  - b) плечевой, лучевой, локтевой и костей кисти;
  - c) ключицы, плечевой, локтевой и костей кисти;
  - d) лопаточной, плечевой, локтевой и костей кисти
18. Скелет кисти образован костями:
- a) запястья, фалангами пальцев;
  - b) запястья, пясти, фалангами пальцев;
  - c) пясти, фалангами пальцев;
  - d) фалангам пальцев
19. Скелет свободной нижней конечности образован костями:
- a) тазовой, бедренной, большой берцовой костями;

- b) тазовой, бедренной, малой и большой берцовыми, костями стопы;
  - c) бедренной, большой и малой берцовыми, костями стопы;
  - d) тазовой, бедренной, большой и малой берцовыми, костями стопы
20. Скелет стопы образован костями:
- a) предплюсны, плюсны, фаланги пальцев;
  - b) плюсны, фаланги пальцев;
  - c) предплюсны и фаланги пальцев;
  - d) фаланги пальцев
21. Голень образована следующими костями:
- a) Таранной и пяточной
  - b) Большой и малой берцовыми
  - c) Латеральной и медиальной берцовыми
  - d) Большой берцовой и надколенником
22. Какие суставы необходимо обездвижить при переломе костей предплечья?
- a) плечевой и локтевой;
  - b) локтевой и лучезапястный;
  - c) локтевой;
  - d) лучезапястный
23. Вокруг сагитальной оси осуществляются следующие движения:
- a) Сгибание, разгибание
  - b) Пронация и супинация
  - c) Отведение и приведение
  - d) Круговое движение
24. Тазобедренный сустав:
- a) Многоосный
  - b) Одноосный
  - c) Двухосный
  - d) Комплексный
25. Вокруг вертикальной оси осуществляются следующие движения:
- a) Сгибание, разгибание
  - b) Пронация и супинация
  - c) Отведение и приведение
  - d) Круговое движение
26. Симфизы - это:
- a) Полу суставы (полу прерывные соединения)
  - b) Непрерывные соединения
  - c) Прерывные соединения
  - d) Сращение костей
27. Синхондрозы - это соединения костей:
- a) С помощью фиброзной соединительной ткани
28. Полу прерывные соединения
- b) С помощью хряща
  - c) С помощью костной ткани
29. Локтевой сустав относится к:
- a) Сложным
  - b) Комплексным
  - c) Комбинированным
  - d) Простым
30. К основным элементам сустава относятся:
- a) Связки, суставная капсула, суставные поверхности

- b) Суставные поверхности, суставная щель, суставная капсула, суставная жидкость
  - c) Суставные поверхности, суставная капсула, связки, диски и мышечки
  - d) Суставные поверхности, суставная капсула, мениски
31. Вокруг фронтальной оси осуществляются следующие движения:
- a) Сгибание и разгибание
  - b) Отведение и приведение
  - c) Пронация и супинация
  - d) Круговые движения
32. Тазобедренный сустав снаружи укреплен связками:
- a) Круглой, подвздошно-бедренной, подвздошно-лобковой
  - b) Подвздошно-бедренной, подвздошно-седалишной
  - c) Подвздошно-бедренной, лобково-бедренной, седалищно-бедренной, круговой зоной
  - d) Подвздошно-бедренной, пояснично-бедренной, круговой зоной
33. Клиновидная кость является костью:
- a) Лицевого черепа
  - b) Запястья
  - c) Мозгового черепа
  - d) Предплечья
34. В трубчатой кости различают следующие части:
- a) Диафиз, проксимальный эпифиз, метафиз
  - b) Диафиз, проксимальный и дистальный эпифизы, метафизы
  - c) Проксимальный и дистальный эпифизы
  - d) Диафиз и метафиз.
35. Красный костный мозг выполняет функции:
- a) Иммунную и кроветворную
  - b) Роста кости в толщину
  - c) Иннервации костей
  - d) Участие в жировом обмене

Задание 2.

Выберите три правильных ответа.

1. Функции скелета:
- a) опора и защита для внутренних органов:
  - b) управление работой органов;
  - c) кроветворная:
  - d) участие в обмене минеральных веществ;
  - e) связь организма с окружающей средой;
  - f) выведение из организма продуктов распада
2. В связи с прямохождением скелет человека имеет особенности:
- a) 7 шейных позвонков;
  - b) плавные изгибы позвоночника;
  - c) наличие грудной клетки;
  - d) сводчатая стопа;
  - e) массивные тазовые и бедренные кости
  - f) подвижное соединение костей нижних конечностей
3. К группе соединительных тканей относятся:
- a) костная ткань;
  - b) гладкие мышцы;
  - c) хрящевая ткань;
  - d) кровь;
  - e) железистая ткань;

f) эпидермис

Задание 3.

Подберите соответствия

1. Типам соединения костей

Типы соединения костей	Названия костей
1. Подвижное соединение 2. Полуподвижное соединение 3. Неподвижное соединение	a) Фаланги пальцев b) Кости мозгового отдела черепа c) Позвонки d) Плечевая кость и кости предплечья e) Ребра и грудина f) Кости черепа и нижнечелюстная кость

a	b	c	d	e	f

2. Видам костей

Виды костей	Названия костей
1. Трубчатые 2. Плоские 3. Воздухоносные	a) Фаланги пальцев b) Теменные кости c) Лобная кость d) Локтевая кость e) Лопатки f) Решетчатая кость g) Грудина h) Бедренная кость i) Верхняя челюсть

a	b	c	d	e	f	g	h	i

3. Между названиями костей и отделом черепа А. Лицевой отдел черепа

Б. Мозговой отдел черепа

1. Лобная
2. Височная
3. Нижнечелюстная
4. Слезная
5. Затылочная
6. Носовая
7. Теменная
8. Верхнечелюстная

**Время выполнения задания:** 45 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ 1 балл. Смотри таблицу «Таблицу результативности».

**Тема 2.3. Учение о мышцах**

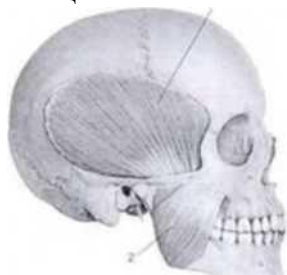
**Текущий контроль № 4. Решение заданий.**

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

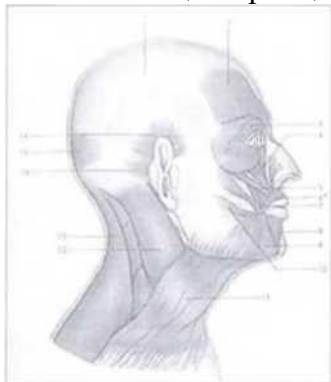
**Задание.** Решите задания.

*Задание 1.*

Напишите названия мышц, обозначенных цифрами. Укажите кости, к которым крепятся жевательные мышцы.



Укажите общий принцип прикрепления мимических мышц. Обозначьте мимические мышцы.



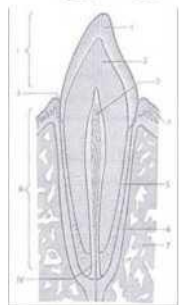
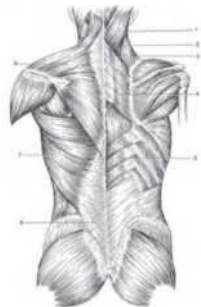
*Задание 2.*

Напишите название мышц, обозначенных цифрами



Задание 3.

Напишите название мышц, обозначенных цифрами



Задание 3. Выберите из предложенных суждений правильные. Если суждение неправильное, приведите правильный ответ.

1. Трахея - это трубка, образованная 16-20-ю хрящевыми полукольцами.
2. Бронхи ветвятся и заканчиваются легочными пузырьками.
3. Межреберные мышцы и диафрагму относят к группе дыхательных мышц.
4. Газообмен происходит в бронхиолах.
5. Воздух, проходя через ротовую полость, согревается, очищается, обеззараживается.
6. Голосовые связки у женщин и мужчин имеют одинаковую длину.
7. После принятия большого количества пищи затрудняется дыхание.
8. Каждое легкое сверху покрыто плеврой.
9. Плевра - это мышечная оболочка.
10. К респираторным органам относятся трахея и бронхи.

Задание 4

Установите соответствие между понятиями.

1. Слизистая оболочка	А. Респираторный орган
2. Легочные пузырьки	Б. Не пропускает пищу в гортань
3. Легкие	В. Внутренний слой воздухоносных путей
4. Носовая полость	Г. Не дают трахее сужаться
5. Носоглотка	Д. Место газообмена между легкими и кровью
6. Гортань	Е. Дыхательные пути
7. Трахея	Ж. Очищает вдыхаемый воздух от пыли и микробов
8. Бронхи	З. Начальная часть воздухоносных путей
9. Надгортанник	И. Выстилает наружную поверхность легких
10. Хрящевые полукольца	К. Покрывает стенку грудной полости изнутри
11. Плевра	Л. Самая длинная часть воздухоносного пути

Задание 5. Ответьте на вопросы.

1. Чем отличается строение правого легкого от левого?
2. На каком уровне расположена бифуркация трахеи?
3. Что такое ворота легкого?
4. Что такое корень легкого?
5. Чем образованы стенки альвеол?
6. Какие виды плевры существуют?

7. Чем образована плевральная полость?

8. Что такое средостение?

**Время выполнения задания:** 40 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ 1 балл. Смотри таблицу результативности.



**Текущий контроль № 6. Решение заданий по слайдам учебной презентации по теме «Строение органов выделения».**

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

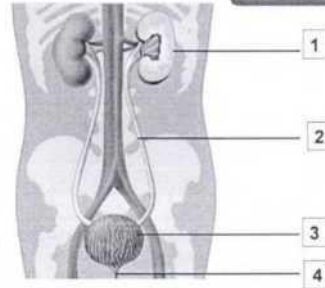
**Задание.**

**Мочевыделительная**



№1

**Строение**



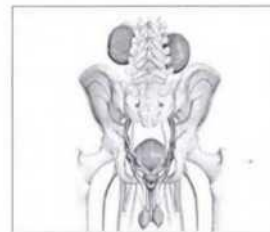
№2

**Функции органов**



1. Почки .....
2. Мочеточник .....
3. Мочевой пузырь .....
4. Мочеиспускательный канал .....

№3



1. Какова форма почки ?
2. Где почки расположены ?
3. Как лежит правая почка ?

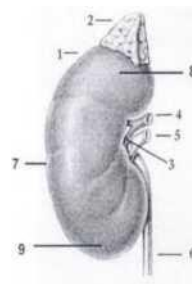
№4



Почему правая почка лежит ниже левой почки ?

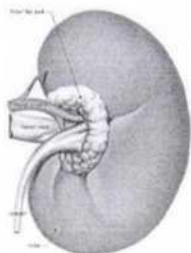
№5

**Макроскопическое строение**



- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.

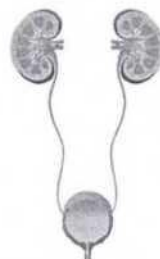
№6



1. Что такое почечные ворота ?
2. Что такое почечная ножка ?

№7

**Строение мочеточника**



1. Форма
2. Где начинается мочеточник ?
3. Парный или непарный орган ?
4. Где заканчивается мочеточник ?

№8

## Строение мочевого пузыря

1. Парный или непарный орган ?
2. Где расположен ?



№9

## Мочеиспускательный канал



Чем мужской мочеиспускательный канал отличается от женского ?

№10



1. Назовите 2 слоя паренхимы почки
2. Из чего состоит мозговой слой ?
3. Что такое столб ?

№11

**Время выполнения задания:** 30 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ 1 балл. Смотри таблицу результативности.

**Тема 3.1.** Учение о внутренних органах,

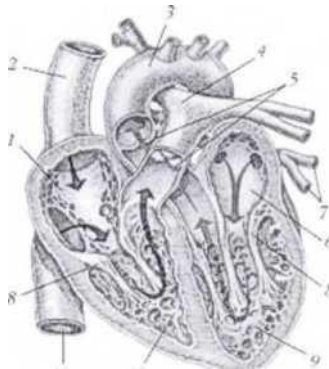
**Тема 3.2.** Учение о сердечнососудистой и иммунной системе.

**Рубежный контроль № 2. Тестовая работа.**

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

**Задание. Решите предложенные задания**

Задание 1. Обозначьте строение сердца.



11 10

Задание 3. Установите соответствие.

I- левый желудочек; 2-левое предсердие; 3-правый желудочек; 4-правое предсердие; 5- аорта; 6-легочная артерия; 7-полые вены; 8-легочная вена; 9-капилляры в легких; 10- капилляры в тканях.

I	Отдел сердца начало малого круга кровообращения	
II	Отдел сердца конец малого круга кровообращения	
III	Артерия, по которой течет венозная кровь	
IV	Артерия, по которой течет артериальная кровь	
V	Вены с венозной кровью	
VI	Отдел сердца начало большого круга кровообращения	

VII	Отдел сердца конец большого круга кровообращения	
VIII	Сосуды, в которых венозная кровь становится артериальной	
IX	Сосуды, в которых артериальная кровь становится венозной	
X	Отделы сердца, в которых происходит расслабление при выталкивании крови из сердца	
XI	Отделы сердца, в которых происходит сокращение при выталкивании крови из сердца	
XII	Сосуды, содержащие клапаны	
XIII	Сосуды с толстой мышечной стенкой	
XIV	Сосуды с однослойной стенкой	
XV	Отдел сердца с самой толстой стенкой	

**Время выполнения задания:** 35 минут.

**Критерии оценки:** Правильный ответ - 1 балл. Смотри таблицу результативности.

Задание 4. Выполните тестовую работу.

А. Выберите из предложенных суждений правильные.

1. Сердце лежит в средостении.
2. Стенка сердца состоит из миокарда.
3. Правый желудочек сердца развит лучше левого.
4. Между предсердиями и желудочками сердца находятся полулунные клапаны.
5. Между сердцем и перикардом находится жидкость.

**В правой части сердца расположен митральный клапан**

6. Аорта отходит от левого желудочка.
7. Крупными сосудами являются капилляры, артериолы, венулы.
8. Полулунные клапаны обеспечивают ток крови только в одном направлении - из желудочков в аорту и легочный ствол.
9. Аорта - это сосуд, по которому течет венозная кровь.
10. Правый желудочек отдел сердца, в котором начинается малый круг кровообращения.
11. По полым венам кровь вытекает из правого предсердия.
12. Трахея - это трубка, образованная 16-20-ю хрящевыми полукольцами.
13. Бронхи ветвятся и заканчиваются легочными пузырьками.
14. Газообмен происходит в бронхиолах.
15. Голосовые связки у женщин и мужчин имеют одинаковую длину.
16. Каждое легкое сверху покрыто плеврой.
17. Плевра - это мышечная оболочка.
18. 12-перстная кишка является частью толстой кишки.
19. У желудка различают большую кривизну, малую кривизну и дно.
20. Привратник - это сфинктер, который расположен на границе между пищеводом и желудком.
21. Зубы - это кости.
22. Молочных зубов 23.
23. Протоки печени открываются в тощую кишку.
24. Единственный орган выделения человека - почки.
25. Мочеточник выходит из почечной лоханки.
26. Мочеобразование происходит в мочевом пузыре.
27. Мочеиспускательный канал у женщин связан с половой системой.
28. Нефрон - это элементарная функциональная единица почки.
29. Стенки капилляров и почечной капсулы выполняют функцию фильтра.
30. Надпочечники - это железы внутренней секреции.

31. Надпочечники вырабатывают гормон инсулин.

Б. Выберите один правильный ответ из четырех предложенных.

1. Артериальная кровь в левое предсердие поступает
  - a) по артериям
  - b) по аорте
  - c) по венам
  - d) по капиллярам
2. Из левого желудочка кровь попадает
  - a) в две легочные артерии
  - b) в легочный ствол
  - c) в аорту
  - d) в две легочные вены
3. Из правого желудочка кровь попадает
  - a) в две легочные артерии
  - b) в две легочные вены
  - c) в аорту
  - d) в полую вену
4. Органом голосообразования является
  - a) бронх
  - b) гортань
  - c) трахея
  - d) глотка
5. Газообмен происходит
  - a) в гортани
  - b) в носоглотке
  - c) в легких
  - d) в бронхах
6. Клыков у взрослого человека
  - a) 2
  - b) 6
  - c) 4
  - d) 8
7. Желудок - это
  - a) отдел тонкого кишечника
  - b) пищеварительная железа
  - c) орган выделительной системы
  - d) расширение пищеварительного канала
8. Главным органом выделительной системы является (-ются)
  - a) мочевой пузырь
  - b) почки
  - c) мочевыделительный канал
  - d) мочеточники
9. Структурной и функциональной единицей почки является
  - a) корковое вещество
  - b) почечная лоханка
  - c) мозговое вещество
  - d) нефрон
10. К центральной нервной системе относят
  - a) головной и спинной мозг

- b) головной мозг и нервы
- c) спинной мозг и нервные узлы
- d) нервы и нервные окончания

**В.1. Установите соответствие между камерами сердца и кровью, поступающей в них**

Камеры сердца	Тип крови
А. Правое предсердие	1. Венозная
Б. Правый желудочек	2. Артериальная
В. Левый желудочек	
Г. Левое предсердие	

**В.2. Определите последовательность движения крови по малому кругу кровообращения**

- А. правый желудочек
- Б. левое предсердие
- В. легочные артерии
- Г. легочные вены
- Д. альвеолы

**2.3 Установите последовательность расположения органов дыхания**

- А. бронхи
- Б. носовая полость
- В. легкие
- Г. носоглотка
- Д. трахея
- Е. гортань

**2.4 Выберите три правильных ответа из шести предложенных. В ротовую полость открываются протоки слюнных желез**

- А. жевательных
- Б. околоушных
- В. Пищеварительных
- Г. подъязычных
- Д. подчелюстных
- Е. мимических

**В.5 Выберите три правильных ответа из шести предложенных. К мочевыделительной системе относятся**

- А. печень
- Б. почки
- В. селезенка
- Г. мочеточники
- Д. мочевой пузырь
- Е. поджелудочная железа

**Время выполнения задания:** 40 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ 1 балл. Смотри таблицу результативности.

**Тема 3.4. Учение о нервной системе и органах чувств**

**Текущий контроль № 7. Тестовая работа.**

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

**Задание.** Выберите из предложенных суждений правильные.

1. К центральной нервной системе относятся головной и спинной мозг.
2. Учащение работы сердца связано с деятельностью парасимпатической нервной системой.
3. Спинномозговая жидкость обеспечивает обмен между кровью и тканями мозга.
4. Белое вещество спинного мозга состоит из проводящих путей, образованных длинными отростками нейронов.
5. Основную информацию нейрон получает по аксонам.

6. Мозжечок является отделом переднего мозга.
7. Глазное яблоко состоит из внутреннего ядра и окружающих его трех оболочек: наружной, средней и внутренней.
8. Внутренняя оболочка глазного яблока называется роговицей.
9. Средняя оболочка глаза богата кровеносными сосудами и светочувствительными рецепторами (палочками и колбочками).
10. Хрусталик имеет форму двояковыпуклой линзы, он прозрачен и эластичен, расположен позади зрачка.
11. Полость между роговицей и радужкой составляет заднюю камеру глаза.
12. Слепое пятно сетчатки - это место наилучшего видения
13. Орган слуха расположен в височной кости и делится на наружное, среднее и внутреннее ухо.
14. Вестибулярный аппарат уха орган равновесия.
15. Внутреннее ухо соединено с носоглоткой при помощи слуховой трубы.
16. Барабанная перепонка находится на границе между наружным и внутренним ухом.
17. Внутреннее ухо состоит из улитки, преддверия и трех полукружных каналов.
18. Молоточек соединен суставом со стремечком.

**Время выполнения задания:** 15 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ 1 балл. Смотри таблицу результативности.

### **Текущий контроль № 8. Устный опрос по теме «Вегетативная нервная система».**

**Цель:** проверить знания, обобщить материал по теме.

Вопросы для собеседования:

1. Дайте общую характеристику вегетативной (автономной) нервной системы и ее составных частей.
2. Расскажите топографию симпатической нервной системы.
3. Как происходит симпатическая иннервация органов брюшной и грудной полости?
1. Дайте характеристику головного отдела пара симпатической части нервной системы.
2. Объясните топографию центров, формирование и ход блуждающего нерва.
3. Как осуществляется парасимпатическая иннервация органов малого таза и половых органов.

### **Ответы**

**Тема 1.2. Ткани организма человека**

#### **Текущий контроль №**

#### **1. Задание 1.**

Мезодерма

Пищеварительный сок (ферменты)

Тромбоцит

Поперечнополосатая ткань

Миофибрилла (актин, миозин)

Нейрон (нейроцит)

Кровь

Эпителиальная (эпителий) ткань

Анатомия

Гистология

**10 баллов**

#### **Задание 2**

Мышечная ткань

Нервная ткань

Соединительная ткань

Соединительная ткань

Мышечная ткань

Эпителиальная ткань **6 баллов**

**Сумма баллов - 16**

### **Тема 2.1. Учение о костях.**

#### **Текущий контроль № 2.**

##### **Задание 1.**

Верхняя конечность: 1-ключица. 2-лопатка. 3-плечевая кость, 4-локтевая кость. 5-лучевая кость, 6-запястье. 7-пястье, 8-фаланги пальцев.

Нижняя конечность: 1-тазовая кость, 2-бедренная кость. 3-большая берцовая. 4-малая берцовая. 5-предплюсна. 6-плюсна. 7-фаланги пальцев.

**15 баллов**

##### **Задание 2**

Шейный отдел 6 позвонков, грудной отдел 12 позвонков, поясничный 5 позвонков, крестцовый отдел - крестец (5 сросшихся позвонков), копчиковый отдел - копчик (3-5 редуцированных позвонков).

**10 баллов**

##### **Задание 3.**

Кости черепа: 1-теменная кость, 2-шов между лобной и теменной. 3-лобная часть глазницы. 4-клиновидная кость. 5-решетчатая. 6-слезная. 7-носовая. 8-глазница, 9-сошник, 10-верхняя челюсть. 11-нижняя челюсть. 12-скуловая, 13-скуловой отросток височной кости. 14-шиловидный отросток. 15-отросток нижней челюсти. 16-сосцевидный отросток. 17-слуховое отверстие. 18-шов между затылочной и теменной. 19-затылочная. 20-теменная. 21-височная.

**21 балл**

Парные кости лицевого черепа: носовая, скуловая, нижняя носовая раковина, слезная, небная, верхняя челюсть,

**6 баллов**

**Сумма баллов: 52.**

### **Тема 2.2. Учение о соединениях. Текущий контроль № 3.**

1. Отделы позвоночника: 1-шейный. 2-грудной, 3-поясничный, 4-крестец (крестцовый). 5- копчик (копчиковый).

Кифоз - искривление в грудном и крестцовом отделе (выпуклость). Лордоз - искривление в шейном и поясничном отделе (вогнутость).

Изгибы позвоночника - амортизаторы (облегчение при различных движениях).

**8 баллов.**

2. Позвоночник состоит из позвонков.

На рисунке хорошо виден шейный лордоз и грудной кифоз.

**3 балла.**

3. Коленный сустав.

Бедренная кость, надколенник (чашечка), большая берцовая кость.

Суставная поверхность бедренной кости блоковидная (выпуклая).

Суставная поверхность большеберцовой кости плоская.

**6 баллов.**

4. Шов.

Лобная и теменная кости выполняют защитную функцию (защищают головной мозг), должны быть неподвижны.

Нижняя челюсть соединяется с височной костью при помощи сустава.

**3 балла.**

5. Синхондроз (при помощи хряща).

Полуподвижное соединение (синхондроз).

Сустав.

**3 балла.**

6. Бедренная кость и большеберцовая.

Во фронтальной плоскости - сгибание, разгибание. По вертикальной оси пронация, супинация (при условии расслабления).

Сесамовидная кость.

**10 баллов.**

7. Стопа имеет свод.

**1 балл.**

8. Тип соединения костей: 1-сустав (верхняя челюсть и височная кость), 2-сустав (ключица и грудина). 3-сустав (плечевая кость и лопатка). 4-полуподвижное (ребро и грудина). 5- полуподвижное (позвонок и позвонок). 6-сустав (тазовая кость и крестец), 7- сустав (бедренная кость и тазовая кость).

**21 балл.**

**Сумма баллов: 55**

### **Тема 2.1., 2.2. Рубежный контроль № 1.**

1. б) органические вещества;
2. а) минеральные соли;
3. б) снижается;
4. б) деления хрящевых клеток;
5. а) деления клеток внутреннего слоя надкостницы;
6. с) в губчатом веществе костей;
7. б) плечевая кость, локтевая кость, лучевая кость;
8. а) лопатки; грудина, тазовые кости;
9. d) лобная, затылочная;
10. а) теменные, височные;
11. носовые, слезные, скуловые;
12. б) тело, дугу и отростки;
13. б) крестцовом;
14. б) 12 пар ребер, грудной отдел позвоночника, грудина;
15. d) 7 пар ребер
16. а) подвздошной, лобковой и седалищной;
17. б) плечевой, лучевой, локтевой и костей кисти;
18. б) запястья, пясти, фалангами пальцев;
19. d) бедренной, большой и малой берцовыми, костями стопы;
20. а) предплюсны, плюсны, фаланги пальцев;
21. б) большой и малой берцовыми костями;
22. б) локтевой и лучезапястный;
23. с) отведение и приведение;
24. а) многоосный;
25. б) пронация и супинация;
26. а) полу суставы (полу прерывные соединения);
27. с) с помощью хряща;
28. а) сложным;
29. а) связки, суставная капсула, суставные поверхности;
30. а) сгибание и разгибание;
31. с) подвздошно-бедренной, лобково-бедренной, седалищно-бедренной, круговой зоной;
32. с) мозгового черепа;
33. б) диафиз, проксимальный и дистальный эпифизы, метафизы;
34. а) иммунную и кроветворную;



**34 балла**

**Задание 2.**

1. а) опора и защита для внутренних органов;  
с) кроветворная;  
d) участие в обмене минеральных веществ;

**3 балла**

2. б) плавные изгибы позвоночника;  
d) сводчатая стопа;  
е) массивные тазовые и бедренные кости;

**3 балла**

- 3.а) костная ткань;  
с) хрящевая ткань;  
d) кровь;

**3 балла**

**Задание 3.**

**1.**

a	b	c	d	e	f
1	3	2	1	2	1

**6 баллов**

**2.**

a	b	c	d	e	f	g	h	i
1	2	3	1	2	3	2	1	3

**9 баллов**

**3.** Между названиями костей и отделом черепа А.

Лицевой отдел черепа 3,4, 5, 7, 9. **5 баллов** Б.

Мозговой отдел черепа: 1,2, 6. 8. **4 балла** Сумма баллов: **66**

**Тема 2.3. Учение о мышцах. Текущий контроль № 4.**

**Задание 1.**

А. 1-височная. 2-жевательная (скуловая кость и нижняя челюсть). **4 балла**

Б. Мимические мышцы начинаются от костей черепа и прикрепляются преимущественно к коже лица.

1-сухожильный шлем. 2-лобное брюшко затылочно-лобной. 3-круговая мышца глаза, 4- мышца, поднимающая верхнюю губу. 5-мышца, поднимающая угол рта. 6-круговая мышца рта. 7-скуловая, 8-мышца, опускающая нижнюю губу. 9-мышца, опускающая угол рта. 10- мышца смеха, 14-задняя ушная мышца. 15-затылочное брюшко затылочно-лобной. 16-верхняя ушная.

**17 баллов**

**Задание 2.**

А. 1-большая ягодичная мышца; 2- подвздошно-большеберцовый тракт; 3-двуглавая мышца бедра; 4- подколенная ямка; 5-пяточное (ахиллово) сухожилие; 6-икроножная мышца; 7- полусухожильная мышца; 8-полуперепончатая мышца.

**8 баллов**

Б. 1-портняжная мышца; 2-подвздошно-поясничная мышца; 3-гребеичатая мышца; 4- длинная приводящая мышца; 5-тонкая мышца; 6-икроножная мышца; 7-камбаловидная мышца; 8- сухожилие разгибателя большого пальца; 9-нижний удерживатель сухожилий; 10-верхний удерживатель сухожилий; 11-длинный разгибатель большого пальца; 12- длинный разгибатель пальцев;! 3-передняя большеберцовая мышца; 14-длинная малоберцовая мышца; 15-четырёхглавая мышца бедра; 16-напрягатель широкой фасции. **16 баллов**

**Задание 3.**

1-ременная мышца головы; 2-мышца, поднимающая лопатку; 3-малая ромбовидная мышца; 4-

большая ромбовидная мышца; 5-нижняя задняя зубчатая мышца; 6-пояснично- грудная фасция; 7-широчайшая мышца спины; 8-трапециевидная мышца.

**8 баллов**

**Сумма баллов: 53**

### **Тема 3.1. Учение о внутренних органах. Текущий контроль №**

#### **5. Задание 1 Строение зуба.**

1-эмаль; 2-дентин; 3-пульпа; 4-десна; 5-цемент; 6-периодонт; 7-челюсть; I - коронка; II-шейка; III-корень; IV-канал (пульпа)

**11 баллов**

#### **Задание 2. Строение органов пищеварения**

1-язык; 2-ротовая полость; 3-слюнные железы: 4-пищевод; 5-желудок; 6-поджелудочная железа; 7-тонкий кишечник; 8-прямая кишка; 9-апендикс: 10-слепая кишка; 11-толстый кишечник (восходящая ободочная кишка); 12-желчный пузырь; 13-печень.

**13 баллов**

**Сумма баллов: 24**

#### **Задание 3. Строение органов дыхания.**

1. Правильные суждения:

1. Трахея - это трубка, образованная 16-20-ю хрящевыми полукольцами.
2. Бронхи ветвятся и заканчиваются легочными пузырьками.
3. Межреберные мышцы и диафрагму относят к группе дыхательных мышц.
- 7 .После принятия большого количества пищи затрудняется дыхание.
- 8 .Каждое легкое сверху покрыто плеврой.

**5 баллов**

2. Исправленные суждения:

4. Газообмен происходит в альвеолах.
5. Воздух, проходя через носовую полость, согревается, очищается, обеззараживается.

**Голосовые связки у женщин и мужчин имеют разную длину**

9. Плевра - это соединительно-тканная оболочка.

10. К респираторным органам относятся легкие.

**5 баллов**

#### **Задание 4. Установите соответствие между понятиями**

1. Слизистая оболочка	В. Внутренний слой воздухоносных путей
2. Легочные пузырьки	Д. Место газообмена между легкими и кровью
3. Легкие	А. Респираторный орган
4. Носовая полость	Ж. Очищает вдыхаемый воздух от пыли и микробов
5. Носоглотка	З. Начальная часть воздухоносных путей
6. Гортань	Е. Дыхательные пути
7. Трахея	Л. Самая длинная часть воздухоносного пути
8. Бронхи	Е. Дыхательные пути
9. Надгортанник	Б. Не пропускает пищу в гортань
10. Хрящевые полукольца	Г. Не дают трахее сужаться
11. Плевра	И. Выстилает наружную поверхность легких К. Покрывает стенку грудной полости изнутри

**11 баллов**

#### **Задание 3. Ответы на вопросы**

1. Правое легкое - 3 доли, левое легкое - 2 доли.
2. Бифуркация трахеи расположена на уровне 4-5 грудного позвонка.
3. Ворота легкого - место входа главного бронха.
4. Корень легкого - бронхиально - сосудистый пучок.
5. 300-350 млн. альвеол в легких.
6. Стенка альвеолы образована однослойным эпителием.
7. Ацинус - структурно-функциональная единица легкого.
8. Существуют два вида плевры: париетальная (выстилает изнутри грудную клетку) и висцеральная плевра (тесно срастается с 1 канью легкого).
9. Плевральная полость образована двумя листками плевры. Она герметична, увлажнена и имеет давление несколько ниже, чем атмосферное.
10. Средостение комплекс органов, расположенный между двумя легкими.

**10 баллов**

**Сумма баллов: 30**

**Текущий контроль № 6. Строение органов выделения.**

1. Мочеобразующие органы: почки.

Мочевыводящие органы: мочеточники, мочевого пузырь, мочеиспускательный канал.

**4 балла**

2. 1-почка; 2-мочеточники; 3-мочевого пузырь; 4-мочеиспускательный канал.

**4 балла**

3. Почки фильтруют кровь: Мочеточники проводят мочу из почки в мочевого пузырь; Мочевого пузырь накапливает мочу и удаляет ее из организма; Мочеиспускательный канал проводит мочу наружу.

**4 балла**

**Форма почки бобовидная. Почки расположены по обе стороны позвоночника на уровне 11 грудного позвонка. Правая почка расположена ниже левой почки**

**5 балла**

4. На правую почку «давит» печень.

**1 балл**

5. Макроскопическое строение почки.

1-почка; 2-надпочечник; 3-ворота почки; 4-почечная артерия; 5-почечная вена; 6- мочеточник; 7- выпуклая поверхность почки; 8-верхний полюс почки; 9-нижний полюс почки.

**9 баллов**

6. Почечные ворота - место выхода мочеточника. 1 Почечная ножка - сосудистый пучок.

**2 балла**

7. 1- трубка; 2-мочеточник начинается из лоханки (от ворот); 3-парный орган; 4- заканчивается в мочевом пузыре (в устье).

**4 балла**

8. 1-непарный орган; 2-рас положен на дне малого таза; 3-объем 250-500мл; 4- форма зависит от наполнения.

**4 балла**

9. Мужской мочеиспускательный канал длинная трубка, имеет наружное отверстие совместное с половой системой. Женский мочеиспускательный канал короткий, имеет собственное отверстие.

**2 балла**

10. 1-корковый и мозговой слой паренхимы почки; 2-мозговой слой состоит из пирамид и столбов; 3-столб состоит из почечных канальцев.

**3 балла**

11. Чашки образуют почечную лоханку.

**1 балл**

12. 1-нефрон - морфологическая и функциональная единица почки; 2-1-1, млн нефронов.

**1 балл**

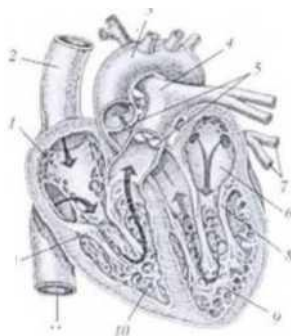
13. Нефрон.

**1 балл**

**Сумма баллов: 43**

**Тема 3.1. Учение о внутренних органах, Тема 3.2. Учение о сердечнососудистой и иммунной системе. Рубежный контроль №2.**

**Задание 1 Строение сердца.**



1-правое предсердие; 2-верхняя полая вена; 3-аорта; 4-легочный ствол (легочная артерия); 5-полулунные клапаны; 6-левое предсердие; 7-легочные вены; 8-створчатые клапаны; 9- левый желудочек; 10-правый желудочек; 11-нижняя полая вена.

**11 баллов**

**Задание 2.**

1-вена (имеют клапаны); 2-артерия (толстый мышечный слой); 3-капилляр (однослойная стенка).

**12 балла**

**Сумма баллов: 14**

**Задание 3**

I	3
II	2
III	6
IV	5
V	7
VI	1
VII	4
VIII	9
IX	10
X	2, 4
XI	1, 3
XII	7
XIII	5, 6
XIV	9, 10
XV	1

**19 баллов**

**Задание 4.**

А. Выберите из предложенных суждений правильные

1. Сердце лежит в средостении.

5. Между сердцем и перикардом находится жидкость.
7. Аорта отходит от левого желудочка.
9. Полулунные клапаны обеспечивают ток крови только в одном направлении из желудочков в аорту и легочный ствол.
11. Правый желудочек - отдел сердца, в котором начинается малый круг кровообращения.
13. Трахея - это трубка, образованная 16-20-ю хрящевыми полукольцами.
14. Бронхи ветвятся и заканчиваются легочными пузырьками.
17. Каждое легкое сверху покрыто плеврой.
20. У желудка различают большую кривизну, малую кривизну и дно.
22. Зубы - это кости.
26. Мочеточник выходит из почечной лоханки.
29. Нефрон - это элементарная функциональная единица почки.
30. Стенки капилляров и почечной капсулы выполняют функцию фильтра.
31. Надпочечники - это железы внутренней секреции.

**14 баллов**

Б. Выберите один правильный ответ из четырех предложенных.

1.3, 2. 3.3.1.4.2. 5.3, 6.3, 7.4, 8.2. 9.4. 10.1, 11.3.

**11 баллов**

В. Установите соответствие между камерами сердца и кровью, поступающей в них

А	Б	В	Г
1	1	2	2

**4 балла**

Г. Определите последовательность движения крови по малому кругу кровообращения А В

Д Г Б

**5 баллов**

Д. Установите последовательность расположения органов дыхания

БГЕДАВ

**5 баллов**

Е. Выберите три правильных ответа из шести предложенных БГД

**3 балла**

Ж. Выберите три правильных ответа из шести предложенных. БГД

**3 балла**

З. Выберите три правильных ответа из шести предложенных.

АВД

**3 балла**

И. Выберите три правильных ответа из шести предложенных. БГД

**3 балла**

**Сумма баллов: 56**

### **Тема 3.4. Учение о нервной системе и органах чувств. Текущий контроль № 7.**

1. К центральной нервной системе относятся головной и спинной мозг.
3. Спинномозговая жидкость обеспечивает обмен между кровью и тканями мозга.
4. Белое вещество спинного мозга состоит из проводящих путей, образованных длинными отростками нейронов.
5. Основную информацию нейрон получает по аксонам.
7. Глазное яблоко состоит из внутреннего ядра и окружающих его трех оболочек: наружной, средней и внутренней.
10. Хрусталик имеет форму двояковыпуклой линзы, он прозрачен и эластичен, расположен позади зрачка.
13. Орган слуха расположен в височной кости и делится на наружное, среднее и внутреннее ухо.

14. Вестибулярный аппарат уха - орган равновесия.
17. Внутреннее ухо состоит из улитки, преддверия и трех полукружных каналов.
18. Молоточек соединен суставом со стремечком

#### **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного экзамена. Устный экзамен проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном экзамене в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный экзамен в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На экзамене обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса по пройденному материалу и выполнить практическое задание. Время на подготовку к ответу - не более 30 минут. Время ответа - не более 20 минут. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине Анатомия путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

##### **Перечень вопросов для промежуточной аттестации по анатомии опорно-двигательного аппарата**

1. Понятие о скелете. Отделы скелета, их строение. Функции скелета. Классификация костей. Строение костной ткани, остеон. Кость как орган. Химический состав костей.
2. Строение длинной трубчатой кости. Надкостница, зоны роста. Строение губчатых костей. Красный костный мозг. Окостенение. Рост костей в длину и ширину. Зависимость роста и развития костей от внешних и внутренних факторов.
3. Позвоночный столб в целом.
4. Позвонки, классификация. Строение шейных позвонков. Особенности анатомии первого и второго шейных позвонков. Строение грудных и поясничных позвонков. Крестец, его строение.
5. Трудная клетка, кости ее образующие. Строение ребер и грудины.
6. Плечевой пояс, его строение.
7. Кости свободной верхней конечности (отделы).
8. Тазовый пояс, кости его образующие.
9. Кости свободной нижней конечности (отделы).
10. Кости мозгового черепа.
11. Кости лицевого черепа.
12. Череп в целом. Полость носа, глазница.
13. Возрастные и половые особенности костной системы.
14. Классификация соединений костей
15. Классификация суставов (примеры). Обязательные и вспомогательные элементы суставов. Факторы, обеспечивающие подвижность в суставах

16. Плечевой сустав. Строение, классификация, движения.
17. Локтевой сустав. Строение, классификация, движения.
18. Тазобедренный сустав. Строение, классификация, движения.
19. Коленный сустав. Строение, классификация, движения.
20. Строение мышечной ткани. Механизм сокращения мышечного волокна. Мышца как целое.

#### Классификация мышц.

21. Мышцы спины.
22. Мышцы груди и живота. Дыхательные мышцы.
23. Мышцы головы и шеи.
24. Мышцы пояса верхней конечности.
25. Мышцы плеча.
26. Мышцы предплечья.
27. Мышцы бедра.
28. Мышцы голени.

#### **Возрастные особенности мышечной системы** Перечень вопросов для промежуточной аттестации по анатомии систем обеспечения и регуляции движения спортсмена.

1. Полость рта, язык, зубы, слюнные железы, глотка. Строение, функция.
2. Пищевод, желудок. Строение, функция.
3. Печень, желчевыводящие пути, желчный пузырь. Строение, функция.
4. Тонкая и толстая кишка. Отделы, строение, функция.
5. Полость носа, гортань, трахея. Строение и функция.
6. Главные бронхи, легкие. Строение и функция. Бронхиальное и альвеолярное дерево. Ацинус.

#### Плевра.

7. Возрастные особенности дыхательной системы.
8. Почка. Строение и функция. Нефрон.
9. Мочеточники, мочевой пузырь, мочеиспускательный канал. Строение и функция.
10. Иммунная и лимфатическая системы. Строение и функция.
11. Сердце. Строение и функция. Проводящая система сердца. Перикард.
12. Сосуды малого круга кровообращения.
13. Сосуды большого круга кровообращения.
14. Возрастные особенности сердечнососудистой системы.
15. Железы внутренней, внешней и смешанной секреции. Строение и функциональное значение.

16. Щитовидная железа.
17. Надпочечники.
18. Эндокринная часть поджелудочной железы.
19. Гипофиз.
20. Головной мозг, отделы, строение и функция. Оболочки головного мозга.
21. Спинной мозг, строение. Сегмент спинного мозга, образование спинномозгового нерва.

#### Оболочки спинного мозга.

22. Вегетативная нервная система. Строение, функциональное значение.
23. Орган слуха. Строение, функция.
24. Орган зрения. Строение, функция. Орган равновесия. Строение, функция

### **Инструкция для студентов**

Студент готовится к промежуточному контролю по представленным вопросам, используя конспекты и основную литературу, лучше атлас.  
На зачете или экзамене студент получает вопрос или билет, готовится 20-30 минут, для подготовки может пользоваться таблицами и муляжами.  
Но по положению об организации текущей и промежуточной аттестации студент может получить зачет по результатам текущего контроля успеваемости.  
Текущий контроль успеваемости является основой для получения допуска к экзамену.

### **2. Пакет экзаменатора**

- Перечень экзаменационных билетов.
- Условия проведения экзамена. Количество вариантов билетов - 20. Время подготовки ответа - 30 минут.

Оборудование - таблицы, муляжи, бланки документов.

### **Примеры экзаменационных билетов с указанием показателя оценки результатов обучения Экзаменационные билеты по анатомии человека**

Билет № 1.

1. Полость рта, язык, зубы, слюнные железы, глотка. Строение, функция, возрастные особенности
2. Понятие о скелете. Отделы скелета, их строение. Влияние физических упражнений на развитие скелета.

Билет № 2.

1. Пищевод, желудок. Строение, функция.
2. Окостенение. Рост костей в длину и ширину. Зависимость роста и развития костей от внешних и внутренних факторов.

Билет № 3.

1. Печень, желчевыводящие пути, желчный пузырь. Строение, функция.
2. Позвоночный столб в целом.

Билет № 4.

1. Тонкая и толстая кишка. Отделы, строение, функция.
2. Плечевой пояс, его строение. Кости свободной верхней конечности (отделы). Билет № 5.
  1. Полость носа, гортань, трахея. Строение и функция.
  2. Кости свободной верхней конечности (отделы).

Билет № 6.

1. Главные бронхи, легкие. Строение и функция. Бронхиальное и альвеолярное дерево. Ацинус.

Плевра.

2. Тазовый пояс, кости его образующие.

Билет № 7.

1. Строение дыхательной системы. Возрастные особенности.



2. Кости свободной нижней конечности (отделы).

Билет № 8.

1. Почка. Строение и функция. Нефрон.
2. Возрастные и половые особенности костной системы.

Билет № 9.

1. Мочеточники, мочевой пузырь, мочеиспускательный канал. Строение и функция.
2. Череп в целом. Полость носа, глазница.

Билет № 10.

1. Сердце. Строение и функция. Перикард.
2. Плечевой сустав. Строение, классификация, движения. Билет № 11.

1. Особенности расположения внутренних органов.
2. Локтевой сустав. Строение, классификация, движения. Билет № 12.

1. Сосуды большого и малого кругов кровообращения.
2. Тазобедренный сустав. Строение, классификация, движения.

Билет № 13.

1. Строение сердечнососудистой системы. Возрастные особенности.
2. Коленный сустав. Строение, классификация, движения.

Билет № 14.

1. Железы внутренней секреции. Щитовидная железа.
2. Мышцы спины.

Билет № 15.

1. Железы внутренней секреции. Надпочечники.
2. Мышцы груди. Дыхательные мышцы.

Билет № 16.

1. Железы. Поджелудочная железа.
2. Мышцы пояса верхней конечности. Мышцы плеча.

Билет № 17.

1. Головной мозг, отделы, строение и функция. Оболочки головного мозга.  
Мышцы живота.

Билет № 18.

2. Спинной мозг, строение. Сегмент спинного мозга, образование спинномозгового нерва.

Оболочки спинного мозга.

3. Мышцы головы и шеи.

Билет № 19.

1. Орган слуха и равновесия. Строение, функция.
2. Мышцы бедра.

Билет № 20.

1. Орган зрения. Строение, функция.
2. Отделы, части, кости скелета.

**Оборудование:** таблицы, атласы, муляжи, бланки документов.

## **Критерии оценки знаний**

### **5 баллов**

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы по дисциплине;
- точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;
- выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы теории и практики, связанные с дисциплиной;
- полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку с позиции максимального сохранения здоровья человека и целесообразности применения с целью повышения спортивных результатов.

### **4 балла**

- достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы по дисциплине;
- использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы,
- способность самостоятельно решать сложные вопросы, касающиеся применения знаний по дисциплине;
- усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины,
- умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им оценку с позиции теории и практики физического воспитания

### **3 балла**

- недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта;
- использование необходимой научной терминологии; грамотное, правильное изложение ответа на вопросы.
- знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины,
- умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им оценку.

### **2 балла**

- фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта;
- не умение пользоваться специальной терминологией по дисциплине, изложение ответа на вопросы с существенными стилистическими и логическими ошибками;
- знание отдельных литературных источников;
- неумение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине.

**Оценка «зачтено»** выставляется студенту, если он показывает достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы, предоставляет свои конспекты, имеет удовлетворительные оценки по текущему контролю, выполнял внеаудиторную самостоятельную работу.

**Оценка «не зачтено»** выставляется студенту, если он не показывает знания в объеме учебной программы, не имеет свои конспекты, не имеет удовлетворительные оценки по текущему контролю, не выполнял внеаудиторную самостоятельную работу.

**ОП 02 ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные материалы для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 02 ФИЗИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ БИОХИМИИ

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### ***Цель:***

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### ***Задачи:***

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.

- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.

- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППСЗ АНО ПО «МИКА»

- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.

- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,

- Устав АНО ПО «МИКА»

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»

- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».

- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 2.1. Физиология и биохимия крови	Текущий контроль № 1, 2. Практическая работа № 1, 2 Контрольная работа № 1.	Экзамен
Тема 2.2. Физиология сердечнососудистой системы	Текущий контроль № 3, 4 Лабораторная работа № 1, 2, 3 Практическая работа № 3, 4 Контрольная работа № 2.	
Тема 2.3. Физиология дыхания.	Лабораторная работа № 4, 5 Контрольная работа № 3.	
Тема 2.4. Физиология пищеварения	Текущий контроль № 5.	
Тема 2.5. Обмен веществ и энергии	Текущий контроль № 6. Лабораторная работа № 6. Практическая работа № 5, 6	
Тема 2.6. Физиология выделительных процессов.	Текущий контроль № 7.	
Тема 3.1. Физиология нервно- мышечного аппарата.	Лабораторная работа № 7. Практическая работа № 7.	
Тема 3.2. Физиология ЦНС.	Лабораторная работа № 8. Практическая работа № 8, 9, 10	
Тема 3.3. Физиология сенсорных систем	Лабораторная работа № 9. Практическая работа № 11. Контрольная работа № 4.	
Тема 3.4. Высшая нервная деятельность	Текущий контроль № 8. Практическая работа № 12	
Тема 3.5. Физиология желез внутренней Секрции	Практическая работа № 13.	
Тема 4.1. Введение в физиологию спорта	Собеседование.	
Тема 4.2. Физиологическая характеристика физических упражнений	Практическая работа № 14.	

Тема 4.3. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	Лабораторная работа № 10. Практическая работа № 15.	
Тема 4.4. Физиологические показатели тренированности	Лабораторная работа №11. Лабораторная работа №12. Практическая работа № 16.	
Тема 4.5. Физиологическая характеристика физической деятельности в различных условиях.	Практическая работа № 17.	
Тема 4.6. Физиологические закономерности и биохимические основы развития двигательных качеств.	Практическая работа № 18.	

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ

#### Тема 2.1. Физиология и биохимия крови.

**Текущий контроль № 1.** Физико-химические свойства плазмы. Устный опрос.

*Вопросы для собеседования.*

Изменения системы крови при занятиях физическими упражнениями:

1. Изменения физико-химических свойств крови.
2. pH крови в покое и после физической нагрузки.
3. Буферная емкость и щелочной резерв крови.
4. Буферные системы крови.

Нервно-гуморальная регуляция системы крови:

1. Нервная регуляция системы крови.
2. Гуморальная регуляция системы крови.
3. Особенности нервно-гуморальной регуляции системы крови при занятиях физическими упражнениями.

**Текущий контроль № 2.** Свертываемость крови. Письменный опрос.

*Задание 1: Выберите из предложенных суждений правильные суждения.*

1. Кровь и лимфа - это особые виды эпителиальной ткани
2. Лейкоциты участвуют в переносе углекислого газа
3. Кровь состоит из форменных элементов
4. Плазма крови без фибриногена называется сывороткой крови
5. Тромб - это застрявшие в сети фибрина тромбоциты
6. Эритроциты образуются в печени
7. Зрелые эритроциты имеют ядро
8. Основная функция эритроцитов - перенос кислорода от легких к тканям и перенос углекислого газа от тканей к легким
9. Лейкоциты защищают организм от инфекций
10. Гемоглобин - особый белок, содержащийся в эритроцитах
11. Иммуниет, приобретенный после введения лечебной сыворотки, называется искусственным

*Задание 2: Установите соответствие.*

1. Сыворотка крови	Транспортируют кислород
2. Фибриноген	Борются с бактериями
3. Соли кальция	Участвуют в свертывании крови
4. Эритроциты	Содержатся в плазме
5. Плазма	Растворимый белок в плазме
6. Лейкоциты	Нерастворимый белок в тромбе

7. Фибрин	Белок, придающий крови красный цвет Жидкая часть крови Красные безъядерные клетки крови Белые ядерные клетки крови
8. Гемоглобин	
9. Тромбоциты	

**Время выполнения:** 15 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ - 1 балл.

**Сумма максимального балла - 20**

Таблица 1. Оценка текущего контроля.

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
менее 50	2 (неудовлетворительно)

Правильные ответы.

*Задание 1.*

3. Кровь состоит из форменных элементов
4. Плазма крови без фибриногена называется сывороткой крови
5. Тромб - это застрявшие в сети фибрина тромбоциты
6. Эритроциты образуются в печени
8. Основная функция эритроцитов - перенос кислорода от легких к тканям и перенос углекислого газа от тканей к легким
9. Лейкоциты защищают организм от инфекций
10. Гемоглобин - особый белок, содержащийся в эритроцитах
11. Иммуитет, приобретенный после введения лечебной сыворотки, называется искусственным

*Задание 2.*

1. Сыворотка крови	Жидкая часть крови
2. Фибриноген	Растворимый белок в плазме
3. Соли кальция	Содержатся в плазме
4. Эритроциты	Красные безъядерные клетки крови Транспортируют кислород
5. Плазма	Жидкая часть крови
6. Лейкоциты	Белые ядерные клетки крови Борются с бактериями
7. Фибрин	Нерастворимый белок в тромбе
8. Гемоглобин	Белок, придающий крови красный цвет
9. Тромбоциты	Участвуют в свертывании крови

## Контрольная работа № 1. Обобщение материала по теме «Физиология системы крови».

**Тестовая работа.**

*Задание 1:* выберите один правильный ответ.

1. Физиология изучает:
  1. строение тела человека
  2. заболевания человека
  3. функции и механизмы деятельности организма
  4. распространение человека на Земле
2. Гликоген депонируется:
  1. в печени, мышцах
  2. в мышцах, легких
  3. в легких, костях
  4. в мышцах, костях



3. Наличие в крови антител обуславливает:
  1. защитную (иммунную) функцию
  2. транспортную функцию
  3. дыхательную функцию
  4. пищеварительную функцию
4. Водородный показатель (pH) артериальной крови у здорового человека равняется:
  1. 7,4
  2. 7,0
  3. 7,6
  4. 6,9
5. Гемоглобина в крови содержится:
  1. у мужчин - 120-140 г/л, у женщин - 140-160 г/л
  2. у мужчин - 140-160 г/л, у женщин - 120-140 г/л
  3. у мужчин и у женщин - 140-160 г/л
  4. у мужчин меньше, чем у женщин
6. Атом железа в эритропоэзе необходим:
  1. для синтеза гема
  2. для синтеза глобина
  3. для активации фолиевой кислоты
  4. для свертываемости крови
7. Процентное соотношение отдельных форм лейкоцитов называется:
  1. цветовым показателем
  2. гематокритным числом
  3. лейкоцитарной формулой
  4. СОЭ
8. Агглютиногены А и В находятся:
  1. в плазме
  2. в лейкоцитах
  3. в эритроцитах
  4. в тромбоцитах
9. В крови четвертой группы содержатся:
  1. агглютиногены В и агглютинины а
  2. агглютиногены А и В
  3. агглютиногены А и агглютинины b
  4. нет агглютиногенов А и В
10. Свойство поглощения лейкоцитами отмерших клеток называется:
  1. фагоцитоз
  2. лимфоцитоз
  3. пиноцитоз
  4. лейкоцитоз
11. Группа крови, которую можно переливать всем людям:
  - 1) 0(I)
  - 2) А (II)
  - 3) В (III)
  - 4) АВ (IV)
12. Внутренней средой организма являются:
  - 1) кровь и лимфа
  - 2) кровь и тканевая жидкость
  - 3) лимфа и тканевая жидкость
  - 4) кровь, лимфа и тканевая жидкость
13. Лейкоцитоз - это:
  - 1) увеличение в крови человека концентрации глюкозы
  - 2) введение в организм вакцины
  - 3) повышение скорости свертывания крови
  - 4) повышение содержания лейкоцитов в крови
14. Форменные элементы крови активно участвуют в процессе газообмена:
  - 1) эритроциты
  - 2) лейкоциты
  - 3) тромбоциты
  - 4) лимфоциты

### Иммунитет - это защита организма

- 2) от низкой температуры
  - 3) от инфекционных заболеваний
  - 4) от нервного стресса
  - 5) от угарного газа
15. Повышение содержания лейкоцитов в крови свидетельствует:
- 1) о развивающемся малокровии
  - 2) о понижении давления крови
  - 3) о наличии воспалительного процесса в организме
  - 4) о повышении скорости свертывания крови
16. В свёртывании крови участвуют:
- 1) эритроциты      2) лимфоциты
  - 3) лейкоциты      4) тромбоциты
17. Препараты из ослабленных микробов или их ядов называют:
- 1) вакцинами
  - 2) антителами
  - 3) лечебными сыворотками
  - 4) физиологическим раствором
18. Активный иммунитет образуется у человека, когда ему в кровь вводят:
- 1) ослабленных возбудителей болезни
  - 2) готовые антитела
  - 3) фагоциты и лимфоциты
  - 4) витамины
19. Пассивный иммунитет образуется у человека, когда ему в кровь вводят:
- 1) ослабленных возбудителей болезни
  - 2) готовые антитела
  - 3) фагоциты и лимфоциты
  - 4) витамины

Задание 2: Установите соответствие между форменными элементами крови и его особенностями.

ОСОБЕННОСТИ	ФОРМЕННЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ КРОВИ
А) наличие гемоглобина	1) Эритроциты
Б) участие в реакциях иммунитета	2) Лейкоциты
В) отсутствие ядра	
Г) наличие ядра	

Задание 3: Установите соответствие между характеристикой иммунитета и его видом.

ХАРАКТЕРИСТИКА	ВИД ИММУНИТЕТА
А) передается по наследству	1) Естественный
Б) возникает под действием вакцины	2) Искусственный
В) приобретается при введении в организм лечебной сыворотки	
Г) формируется после перенесенного заболевания	
Д) различают активный и пассивный	

Задание 4: Установите последовательность процессов, происходящих при образовании тромба при кровотечении:

**А) кровь выходит из сосуда**

- Б) под действием тромбина и солей кальция растворимый белок плазмы фибриноген превращается в нерастворимый белок фибрин
- В) в плазму попадает фермент тромбин
- Г) в сети фибрина застревают клетки крови, образуется сгусток - тромб

- Д) сосуд закупоривается тромбом, кровотечение прекращается  
 Е) оставшаяся плазма выжимается из тромба

**Время выполнения:** 35 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ - 1 балл.

Сумма максимального балла - **30**.

**Ключ к тестовой работе.**

**Задание 1.**

1.3	2.1	3.1	4.1	5.2	6.1	7.3	8.3	9.4	10.1
11.1	12.4	13.4	14.1	15.2	16.3	17.4	18.1	19.1	20.2

**Задание 2.**

А	Б	В	Г
1	2	1	2

**Задание 3.**

А	Б	В	Г	Д
1	2	2	1	2

**Задание В 4.**

А	В	Б	Г	Д	Е
---	---	---	---	---	---

**Тема 2.2. Физиология сердечно-сосудистой системы.**

**Текущий контроль № 3. Сердечный цикл. Письменный опрос.**

**Задание 1:** Дайте определения терминам.

- Систола -
- Диастола -
- Миокард -
- Сердечный цикл -
- Атриовентрикулярные клапаны -
- Полулунные клапаны -

**Задание 2:** Укажите, какие процессы происходят в сердце в разные фазы сердечного цикла

Фазы цикла	Предсердия	Желудочки	Атриовентрикулярные клапаны	Полулунные клапаны	Движение крови	Время
Систола предсердий						
Систола желудочков						
Диастола						

**Задание 3:** Ответьте на вопросы.

- Почему во время систолы предсердий кровь из них не поступает в полые вены?
- Как работают оба желудочка во время систолы желудочков?
- Почему третью фазу сердечного цикла принято называть общей паузой сердца?
- Каково значение общей паузы сердца?

**Время выполнения:** 30 минут.

**Критерии оценки:**

- правильно дан ответ, логически завершен - оценка «5»;
- допущены неточности при ответе - оценка «4»;
- даны неполные ответы, не указаны определения - оценка «3»;
- допущены ошибки при заполнении таблицы, в ответах на вопросы - оценка «2».

## Текущий контроль № 4. Значение кругов кровообращения. Тестовая работа.

Задание 1: Дайте определения терминам.

- Сердце -
- Замкнутая кровеносная система -
- Кровообращение -
- Артерии -
- Вены -
- Капилляр -
- Аорта -
- Легочная артерия -
- Полая вена -
- Легочная вена -
- Легочный круг кровообращения - Задание 2: Продолжите предложение.
- Отдел сердца - начало малого круга кровообращения
- Отдел сердца - конец малого круга кровообращения
- Артерия, по которой течет венозная кровь
- Артерия, по которой течет артериальная кровь
- Вены с венозной кровью
- Отдел сердца - начало большого круга кровообращения
- Отдел сердца - конец большого круга кровообращения
- Сосуды, в которых венозная кровь становится артериальной
- Сосуды, в которых артериальная кровь становится венозной
- Отделы сердца, в которых происходит расслабление при выталкивании крови из сердца
- Отделы сердца, в которых происходит сокращение при выталкивании крови из сердца
- Сосуды с минимальным давлением крови
- Сосуды с максимальным давлением крови
- Сосуды с минимальной скоростью крови
- Отдел сердца с самой толстой стенкой

**Время выполнения: 25 минут.**

Критерии оценки:

- правильно дан ответ, логически завершен - оценка «5»;
- допущены неточности при ответе - оценка «4»;
- даны неполные ответы, допущены ошибки в определениях - оценка «3»;
- допущены ошибки, не раскрыты определения - оценка «2».

## Контрольная работа № 2. Обобщение материала по теме «Физиология сердечнососудистой системы».

**Тестовая работа.**

Задание 1: Дайте один правильный ответ.

**1. Физиология изучает**

- а) строение тела человека
- б) заболевания человека
- в) функции и механизмы деятельности организма г) историческое развитие вида

**2. Реакция (рН) артериальной крови у здорового человека в покое равна**

- а) 7,4
- б) 7,0
- в) 7,6
- г) 5,5

**3. Структура сердца обладает свойством автоматии**

- а) перикард
- б) миокард
- в) эпикард

- г) клапаны сердца
- 4.** Частота сердечных сокращений ниже 60 уд/мин. называется
  - а) брадикардия
  - б) тахикардия
  - в) миокардия
  - г) нормокардия
- 5.** Количество крови, выбрасываемое желудочком сердца при каждом его сокращении называется
  - а) диастолический объем
  - б) сосудистый объем
  - в) систолический объем
  - г) минутный объем
- 6.** Работу сердца характеризуют показатели
  - а) систола и диастола
  - б) пресистола и протодиастола
  - в) систола и пресистола
  - г) диастола и протодиастола
- 7.** Створчатые клапаны в период общей диастолы сердца
  - а) закрыты
  - б) левый закрыт, правый открыт
  - в) открыты
  - г) правый закрыт, левый открыт
- 8.** Малый круг кровообращения заканчивается
  - а) в правом предсердии
  - б) в левом предсердии
  - в) в левом желудочке
  - г) в правом желудочке
- 9.** Систему органов кровообращения составляют
  - а) сердце и капилляры;
  - б) сердце и кровеносные сосуды;
  - в) только кровеносные сосуды;
  - г) сердце и легкие.
- 10.** К инфаркту миокарда может привести
  - а) закупорка кровеносных сосудов, питающих сердце
  - б) повреждение клапанов сердца
  - в) повреждение нервов, идущих к сердцу
  - г) закупорка аорты
- 11.** Большой круг кровообращения начинается
  - а) в левом предсердии
  - б) в правом желудочке
  - в) в правом предсердии
  - г) в левом желудочке
- 12.** Створчатые клапаны сердца открываются
  - а) в аорту
  - б) в вену
  - в) в желудочки
  - г) в предсердия
- 13.** Большой круг кровообращения
  - а) начинается в правом желудочке и заканчивается в левом предсердии
  - б) начинается в левом желудочке и заканчивается в правом предсердии
  - в) начинается в правом желудочке и заканчивается в правом предсердии
  - г) начинается в левом желудочке и заканчивается в левом предсердии
- 14.** Миокард в основном образован
  - а) мышечной тканью
  - б) соединительной тканью
  - в) кровеносными сосудами
  - г) нервными структурами

- 15.** Наибольшую толщину стенки имеет
- а) левое предсердие                      в) левый желудочек  
 б) правое предсердие                    г) правый желудочек
- 16.** Полулунные клапаны располагаются
- а) между предсердиями и желудочками  
 б) желудочками и отходящими от них сосудами  
 в) только между правым желудочком и легочной аортой  
 г) только между левым желудочком и аортой
- 17.** Венами называются
- а) сосуды, заполненные венозной кровью  
 б) сосуды, несущие кровь к сердцу  
 в) сосуды, несущие кровь от сердца  
 г) сосуды, заполненные артериальной кровью
- 18.** Полулунные клапаны находятся
- а) в капиллярах  
 б) в венах  
 в) на границе артерий  
 г) в венах и капиллярах
- 19.** Причина не утомляемости сердечной мышцы заключается
- а) в чередовании ее сокращения и расслабления  
 б) в возможности парасимпатического отдела вегетативной нервной системы замедлять ритм работы сердца  
 в) возможности рефлекторного изменения работы сердца под действием различных раздражителей  
 г) возможности гуморальной регуляции работы сердца
- 20.** По легочной вене течет кровь
- а) венозная      б) артериальная      в) смешанная
- 21.** Давление крови в полых венах составляет
- а) 110 - 120 мм рт. ст.                    в) 50 мм рт. ст.  
 б) 50 - 60 мм рт. ст.                      г) 10 - 0 мм рт. ст.
- 22.** Самая высокая скорость тока крови
- а) в аорте              б) в венах                      в) в капиллярах
- 23.** Обмен веществ между кровью и тканями происходит
- а) в артериях  
 б) в капиллярах  
 в) в венах  
 г) во всех сосудах
- 24. Сердечные клапаны в фазу систолы предсердий**
- а) полулунные клапаны открыты, створчатые закрыты  
 б) полулунные клапаны закрыты, створчатые открыты  
 в) все клапаны открыты  
 г) все клапаны закрыты
- 25.** Процессы, происходящие с кровью в капиллярах большого круга кровообращения
- а) отдает тканям CO<sub>2</sub>, поглощает O<sub>2</sub>, артериальная кровь превращается в венозную  
 б) отдает CO<sub>2</sub>, поглощает из легких O<sub>2</sub>, венозная кровь превращается в артериальную  
 в) отдает O<sub>2</sub>, поглощает CO<sub>2</sub>, венозная кровь превращается в артериальную  
 г) отдает тканям O<sub>2</sub>, поглощает CO<sub>2</sub>, артериальная кровь превращается в венозную
- 26.** При артериальном кровотечении следует а) наложить жгут на конечность выше раны б) наложить жгут на конечность ниже раны в) забинтовать рану без наложения жгута
- 27.** Причины возникновения звуков в сердце а) движение крови  
 б) захлопывание клапанов  
 в) сокращение миокарда
- Задание 2: Подберите соответствия.**

Влияние на работу сердца	Факторы
--------------------------	---------

1. Усиление работы сердца	А. Адреналин
2. Ослабление работы сердца	Б. Ионы K <sup>+</sup>
	В. Ионы Ca <sup>+2</sup>
	Г. Симпатическая нервная система
	Д. Парасимпатическая нервная система
	Е. Ацетилхолин

А	Б	В	Г	Д	Е

**Задание 3:** Найдите ошибки в приведенном тексте. Укажите номера предложений, в которых они допущены, объясните их.

1. Сосуды кровеносной системы человека разделяются на артерии, капилляры и вены.
2. Артерии несут кровь от сердца.
3. Вены несут кровь к сердцу.
4. Капилляры - это самые тонкие сосуды, состоящие из двух слоев клеток.
5. Из капилляров большого круга к органам и тканям поступают углекислый газ и продукты обмена.
6. Из клеток органов в капилляры поступают кислород и питательные вещества.

**Время выполнения:** 35 минут.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ - 1 балл.

**Сумма максимального балла - 36.**

**Ключ к тестовой работе.**

**Задание 1.**

1в	2а	3б	4а	5в	6а	7в	8б	9б	10а	11г	12в	13б	14а
15в	16б	17б	18в	19а	20б	21г	22а	23б	24б	25г	26а	27б	

**Задание 2.**

А	Б	В	Г	Д	Е
1	2	1	1	2	1

**Задание 3.**

4. Капилляры - это самые тонкие сосуды, состоящие из двух слоев клеток. Состоят из одного слоя клеток.
5. Из капилляров большого круга к органам и тканям поступают углекислый газ и продукты обмена. К тканям поступает кислород.
6. Из клеток органов в капилляры поступают кислород и питательные вещества. Из клеток поступают углекислый газ и другие продукты обмена.

**Тема 2.3. Физиология дыхания.**

**Контрольная работа № 3. Обобщение материала по теме «Физиология дыхания».**

**Устный опрос.**

*Вопросы для собеседования.*

1. Физиологическая характеристика дыхательной системы.
  1. Строение органов дыхания.
  2. Характеристика внешнего дыхания.
  3. Механизмы вдоха и выдоха.
  4. Легочные объемы, их величины.
  5. Обмен газов в легких и тканях.
  6. Транспорт кислорода кровью.
  7. Транспорт углекислого газа кровью.
  8. Методы оценки показателей внешнего дыхания.
2. Нервно-гуморальная регуляция дыхания.
  1. Нервная регуляция дыхания.

2. Дыхательный центр.
3. Роль коры больших полушарий в регуляции дыхания.
4. Гормональная регуляция дыхания.
5. Гуморальная регуляция дыхания.
6. Особенности дыхания при физической деятельности.

#### **Контрольная работа.**

С методическими рекомендациями по подготовке контрольной работы можно ознакомиться в «Руководстве к практическим занятиям по физиологии человека», под общей редакцией А.С. Солодкова, стр. 167.

Студенты имеют возможность выбрать тему самостоятельно, по своим собственным интересам. Контрольную работу студент защищает на занятии. Доклад рассчитывается на 10 минут (1 страница печатного текста приблизительно равна 3 минутам выступления).

#### **Критерии оценки за контрольную работу.**

- Правильность оформления;
- Самостоятельность написания;

#### **Творческий подход;**

- Основательность исследования проблемы;
- Количество и качество использованной литературы;
- Обоснованность выводов применительно к общей и спортивной физиологии;
- Аккуратность оформления.

#### **Тема 2.4. Физиология пищеварения.**

##### **Текущий контроль № 5. Физиология пищеварения. Устный опрос.**

###### *Вопросы для собеседования.*

Характеристика и регуляция пищеварения:

1. Понятия «голод», «аппетит», «насыщение», «жажда».
2. Определение процесса пищеварения, его фазы.
3. Моторная функция желудочно-кишечного тракта.
4. Секреторная функция желудочно-кишечного тракта.
5. Всасывательная функция желудочно-кишечного тракта.
6. Деятельность центров голода, насыщения, жажды.
7. Особенности регуляции пищеварения при физической деятельности.

#### **Тема 2.5. Обмен веществ и энергии.**

##### **Текущий контроль № 6. Физиология обмена веществ и энергии. Устный опрос.**

###### *Вопросы для собеседования.*

Характеристика и регуляция энергообмена:

1. Понятие метаболизма и его составных частей.
2. Обмен белков и его нервно-гуморальная регуляция.
3. Обмен липидов и его нервно-гуморальная регуляция.
4. Обмен углеводов и его нервно-гуморальная регуляция.
5. Водно-солевой обмен и его нервно-гуморальная регуляция.
6. Понятия «основной обмен».
7. Методы определения энерготрат.
8. Особенности энергообмена при физической деятельности.

Характеристика и регуляция терморегуляции:

1. Определение понятия терморегуляция.
2. Химическая терморегуляция.
3. Физическая терморегуляция.
4. Взаимосвязь теплообразования и теплоотдачи.
5. Особенности терморегуляции человека при физической деятельности.



## **Тема 2.6. Физиология выделительных процессов.**

### **Текущий контроль № 7. Физиология выделительных процессов. Устный опрос.**

*Вопросы для собеседования.*

Характеристика и регуляция выделительных процессов:

1. Органы и системы, обладающие выделительной функцией.
2. Структура нефрона.
3. Процесс мочеобразования: фильтрация, реабсорбция, секреция.
4. Процесс мочевыведения.
5. Нервно-гуморальная регуляция мочеобразования.
6. Нервно-гуморальная регуляция мочевыведения.

## **Особенности выделительных процессов при физической деятельности**

### **Тема 3.3. Физиология сенсорных систем.**

#### **Контрольная работа № 4. Обобщение по теме «Физиология сенсорных систем».**

*Вопросы для собеседования.*

1. Общий план строения и свойства анализаторов.
  1. Общая характеристика строения анализаторов.
  2. Функции анализаторов.
  3. Свойства анализаторов.
  4. Виды анализаторов.
  5. Нервно-гуморальная регуляция деятельности анализаторов.
2. Строение, свойства и функции различных анализаторов.
  1. Характеристика зрительного анализатора.
  2. Функции зрительного анализатора и методы их исследования.
  3. Характеристика слухового анализатора.
  4. Функции слухового анализатора и методы их исследования.
  5. Характеристика двигательного анализатора.
  6. Функции двигательного анализатора и методы их исследования.
  7. Характеристика вестибулярного анализатора.
  8. Функции вестибулярного анализатора и методы их исследования.
  9. Характеристика тактильной чувствительности.
  10. Характеристика болевой чувствительности
  11. Характеристика температурной чувствительности.

### **Тема 3.4. Высшая нервная деятельность.**

#### **Текущий контроль № 8. Учение И.П. Павлова об условных рефлексах. Устный опрос.**

*Вопросы для собеседования.*

1. Характеристика безусловных рефлексов.
2. Характеристика условных рефлексов.
3. Методика выработки условного рефлекса.
4. Общая характеристика ВНД.
5. Типирование ВНД.
6. Характеристика психических познавательных процессов.

## **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного экзамена. Устный экзамен проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей

программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном экзамене в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный экзамен в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На экзамене обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса по пройденному материалу и выполнить практическое задание. Время на подготовку к ответу - не более 30 минут. Время ответа - не более 20 минут. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине Анатомия путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

### **1. *Пакет экзаменуемого.***

#### **• Перечень экзаменационных вопросов.**

1. Железы смешанной секреции. Половые железы, их роль в двигательной деятельности.
2. Железы внутренней секреции. Гормоны надпочечников, их роль в двигательной деятельности.
3. Поджелудочная железа, её роль в пищеварении и двигательной деятельности.
4. Пищеварение в ротовой полости. Значение углеводов.
5. Пищеварение в желудке. Значение белков.
6. Пищеварение в 12-перстной кишке. Значение липидов.
7. Буферные системы крови. Свойства плазмы крови.
8. Эритроциты. Гемоглобин.
9. Кислотно-щелочной баланс артериальной крови.
10. Интерпретация результатов анализа крови, выражение отклонения от нормы в клинических терминах.
11. ЭКГ. Определение ЧСС.
12. Выслушивание тонов сердца.
13. Измерение АД в покое и после нагрузки.
14. Подсчет пульсовых биений в покое и после нагрузки.
15. Сердечный цикл.
16. Определение периода восстановления после выполнения циклической работы субмаксимальной мощности и статического усилия (по величине ЧСС).
17. Показатели внешнего дыхания.
18. Экскурсия грудной клетки.
19. Определение объема дыхательного воздуха, резервного объема выдоха. Значение дыхания.
20. Исследование средней кожной температуры.
21. Измерение величины мышечных усилий до и после физической нагрузки (динамометром).
22. Синапс. Значение мембран при передаче нервного импульса.
23. Значение миоэлектрографии для характеристики функциональных возможностей нервно-мышечного аппарата.
24. Вестибулярная сенсорная система, её значение в спорте.
25. Исследование точности выполнения движений с заданной амплитудой без зрительного и со зрительным контролем.
26. Исследование коленного рефлекса. Анализ рефлекторной дуги.
27. Исследование зрачкового рефлекса. Анализ рефлекторной дуги.
28. Значение физических упражнений в условиях современной жизни. Адинамия. Гиподинамия.
29. Физиологическая характеристика физических упражнений по - Фарфелю.
30. Зона максимальной мощности.
31. Зона субмаксимальной мощности.
32. Зона большой мощности
33. Зона умеренной мощности.
34. Физиологические основы утомления в спорте.
35. Основные закономерности восстановления.
36. Физиологическая характеристика устойчивого состояния при циклических упражнениях.

37. Физиологические основы тренированности. Характеристика перетренированности.
38. Спортивная работоспособность в условиях изменения температуры и влажности.
39. Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ - тесту.
40. Определение аэробной производительности организма по методу Астранда.
41. Влияние пониженного атмосферного давления в горах на спортивную работоспособность.
42. Определение физической работоспособности на основе PWC 170 .

• Инструкция для студентов.

Студент готовится к промежуточному контролю по представленным вопросам, используя конспекты и основную литературу.

На экзамене студент получает экзаменационный билет, готовится 20-30 минут, для подготовки может пользоваться справочным материалом, инструментарием.

По положению об организации текущей и промежуточной аттестации студент может быть допущен к экзамену только по результатам текущего контроля успеваемости. Текущий контроль успеваемости является основой для получения допуска к экзамену.

## 2. *Пакет экзаменатора.*

- Перечень экзаменационных билетов.

### **Билет № 1.**

1. Железы смешанной секреции. Половые железы, их роль в двигательной деятельности.
2. Измерение величины мышечных усилий до и после физической нагрузки (динамометром).

### **Билет № 2.**

1. Поджелудочная железа, её роль в пищеварении и двигательной деятельности.
2. Выслушивание тонов сердца.

### **Билет № 3.**

1. Железы внутренней секреции. Гормоны надпочечников, их роль в двигательной деятельности.
2. Измерение АД в покое и после нагрузки.

### **Билет № 4.**

1. Вестибулярная сенсорная система, её значение в спорте.
2. Подсчет пульсовых биений в покое и после нагрузки.

### **Билет № 5.**

1. Буферные системы крови. Свойства плазмы крови.  
Показатели внешнего дыхания

### **Билет № 6.**

2. Эритроциты. Гемоглобин.
3. Экскурсия грудной клетки.

### **Билет № 7.**

1. Сердечный цикл.
2. Исследование средней кожной температуры.

### **Билет № 8.**

1. Пищеварение в ротовой полости. Значение углеводов.
2. ЭКГ. Определение ЧСС.

### **Билет № 9.**

1. Пищеварение в желудке. Значение белков.
2. Определение периода восстановления после выполнения циклической работы субмаксимальной мощности и статического усилия (по величине ЧСС)

### **Билет № 10.**

1. Пищеварение в 12-перстной кишке. Значение липидов.
2. Определение физической работоспособности по Гарвардскому степ - тесту.

### **Билет № 11.**

1. Синапс. Значение мембран при передаче нервного импульса.
2. Определение аэробной производительности организма по методу Астранда.

### **Билет № 12.**

1. Значение физических упражнений в условиях современной жизни. Адинамия. Гиподинамия.

2. Исследование коленного рефлекса. Анализ рефлекторной дуги.

**Билет № 13.**

1. Физиологические основы тренированности. Характеристика перетренированности.
2. Исследование точности выполнения движений с заданной амплитудой без зрительного и со зрительным контролем.

**Билет № 14.**

1. Физиологические основы утомления в спорте.
2. Значение миоэлектрографии для характеристики функциональных возможностей нервно-мышечного аппарата.

**Билет № 15.**

1. Влияние пониженного атмосферного давления в горах на спортивную работоспособность.
2. Исследование зрачкового рефлекса. Анализ рефлекторной дуги.

**Билет № 16.**

1. Спортивная работоспособность в условиях изменения температуры и влажности.
2. Определение объема дыхательного воздуха, резервного объема выдоха. Значение дыхания.

**Билет № 17.**

1. Основные закономерности восстановления
2. Кислотно-щелочной баланс артериальной крови.

**Билет № 18.**

1. Интерпретация результатов анализа крови, выражение отклонения от нормы в клинических терминах.
2. Определение физической работоспособности на основе PWC 170 .

**Билет № 19.**

1. Физиологическая характеристика устойчивого состояния при циклических упражнениях.
2. Зона максимальной мощности. Зона умеренной мощности.

**Билет № 20.**

1. Физиологическая характеристика физических упражнений по - Фарфелю.
2. Зона субмаксимальной мощности. Зона большой мощности.

Условия проведения экзамена. Количество вариантов билетов - 20. Время подготовки ответа - 30 минут.

Оборудование: динамометр ручной, сухой спирометр, мундштуки, секундомер, вата, спирт, тонометр, фонендоскоп, сантиметровая лента, электрический термометр.

Справочная литература - формулы для определения PWC170, МПК, номограмма Миллера, номограмма Астранда.

***Критерии оценки.***

5 баллов.

- Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам
- учебной программы по дисциплине.
- Точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы.
- Выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы теории и практики связанные с дисциплиной.
- Полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины.
- Умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку с позиции максимального сохранения здоровья человека и целесообразности применения с целью повышения спортивных результатов.

4 балла.

- Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы по дисциплине.
- Использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы.
- Способность самостоятельно решать сложные вопросы, касающиеся применения знаний по

дисциплине.

- Усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины.
- Умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им оценку с позиции теории и практики физического воспитания.

3 балла.

- Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта.
- Использование необходимой научной терминологии; грамотное, правильное изложение ответа на вопросы.
- Знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины.
- Умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им оценку.

2 балла.

- Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта.
- Неумение пользоваться специальной терминологией по дисциплине, изложение ответа на вопросы с существенными стилистическими и логическими ошибками.
- Знание отдельных литературных источников.
- Неумение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине

**ОП 03 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
И СПОРТА**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# **1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОП 03 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочные средства.

### ***Цель:***

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### ***Задачи:***

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

### 1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочные средства.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.



**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.2. Гигиена воздуха	ПР № 1. Определение и оценка физических параметров воздушной среды. Гигиеническая оценка воздуха	Комплексный дифференцированный зачет
Тема 1.3. Гигиена водной среды	ПР № 2 Гигиеническая оценка питьевой воды. Питьевой режим спортсменов Тестирование	
Тема 2.3. Значение витаминов в питании человека. Пищевые продукты - источники витаминов	ПР № 3. Составить сбалансированное меню на день	
Тема 2.4. Чужеродные химические вещества в продуктах питания.	ПР № 4. Классификация чужеродных веществ, попадающих в пищу. Источники загрязнения продовольственного сырья и продуктов питания. Загрязнение пищи химическими элементами, тяжелыми металлами, пестицидами, веществами, применяемыми в животноводстве и растениеводстве.	
Тема 2.5. Питание занимающихся физической культурой и спортом	ПР № 5. Определение суточного расхода энергии спортсмена;	
Тема 2.6. Особенности питания при занятиях физической культурой и спортом	ПР № 6. Составление суточного меню для школьника Примерный суточный набор продуктов для юных спортсменов	
Тема 3.2. Личная гигиена спортсмена. Гигиена спортивной одежды и обуви	ПР № 7 Знакомство, как делают мыло, шампунь, зубную пасту Уход за спортивной одеждой и инвентарем Тестирование	
Тема 4.2. Гигиена физического воспитания детей и подростков.	ПР № 8. Санитарно- гигиеническая оценка спортсооружения	
Тема 5.1 Виды гигиены	Тестирование	

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

**Тестирование по теме «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях»**

#### **1. Настоящие санитарно-эпидемиологические правила и нормативы направлены на:**

- 1) охрану здоровья обучающихся при осуществлении деятельности по их обучению и воспитанию в общеобразовательных организациях;
- 2) соблюдение санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях;
- 3) всё выше перечисленное.

#### **2. Территория общеобразовательной организации должна быть:**

- 1) озеленена;
- 2) ограждена;
- 3) озеленена и ограждена.

#### **3. Сколько зон выделяют на территории образовательного учреждения:**

- 1) одну;
- 2) две;
- 3) три.

#### **4. Место расположения спортивного зала:**

- 1) на первом этаже;
- 2) в отдельно пристроенном здании;
- 3) всё выше перечисленное.

#### **5. Рекомендуется учебные помещения для обучающихся 1-х классов размещают не выше:**

- 1) 1-го этажа;
- 2) 2-го этажа;
- 3) 3-го этажа.

#### **6. Рекомендуется учебные помещения для обучающихся 2-4 классов размещают не выше:**

- 1) 3-го этажа;
- 2) 2-го этажа;
- 3) 1-го этажа.

#### **7. В цокольном этаже размещают:**

- 1) столовую;
- 2) гардероб;
- 3) спортивный зал;
- 4) хозяйственный инвентарь;
- 5) кладовые;
- 6) ничего.

#### **8. При проектировании и строительстве зданий общеобразовательных организаций рекомендуется предусматривать актовый зал, размеры которого определяются:**

- 1) посадочными местами;
- 2) площадью;
- 3) посадочными местами и площадью.

#### **9. Какие кабинеты дополнительного назначения в общеобразовательном помещении должны присутствовать:**

- 1) педагога-психолога;
- 2) учителя-логопеда;
- 3) врача;
- 4) процедурный;
- 5) прививочный;

- 6) стоматологический;
- 7) всё выше перечисленное.

**10. Ранее построенные здания общеобразовательных организаций эксплуатируются в соответствии с:**

- 1) проектом;
- 2) чертежом;
- 3) распоряжением министерства образования.

**11. Количество и типы спортивных залов предусматриваются в зависимости от:**

- 1) количества учащихся;
- 2) количества кабинетов и лабораторий;
- 3) вида общеобразовательной организации и его вместимости;
- 4) рекомендуемой площади кабинетов, лабораторий, залов.

**12. Рекомендуемые площади спортивных залов:**

- 1) 9,0 x 18,0 м;
- 2) 12,0 x 24,0 м;
- 3) 18,0 x 30,0 м;
- 4) всё выше перечисленное.

**13. Высота спортивного зала при проектировании должна составлять не менее:**

- 1) 5,0 м;
- 2) 6,0 м;
- 3) 7,0 м.

**14. Во вновь строящихся зданиях общеобразовательных организаций при спортивных залах в каждой раздевалке должны быть предусмотрены:**

- 1) туалеты;
- 2) раковины;
- 3) душевые;
- 4) всё выше перечисленное.

**15. Чем в спортивном зале необходимо закрывать батареи:**

- 1) спортивной сеткой;
- 2) железными решетками;
- 3) деревянными решетками;
- 4) деревянным коробом.

**16. В спортивных залах должно быть предусмотрено освещение:**

- 1) аварийное;
- 2) аварийное и искусственное;
- 3) искусственное и естественное;
- 4) естественное и аварийное;
- 5) аварийное, естественное и искусственное.

**17. В спортивном зале должна быть вентиляция:**

- 1) естественная и искусственная, смешанная;
- 2) естественная и дополнительная.

**18. Температура воздуха в душевых в помещениях учебных заведений должна быть:**

- 1) +15 - +18<sup>0</sup>С;
- 2) +19 - +23<sup>0</sup>С;
- 3) не ниже +25<sup>0</sup>С.

**19. Температура воздуха в спортивных залах в помещениях учебных заведений должна быть:**

- 1) +15 - +18<sup>0</sup>С;
- 2) +19 - +23<sup>0</sup>С;
- 3) не ниже +25<sup>0</sup>С.

**20. Температура воздуха в раздевальных при спортивных залах в помещениях учебных заведений должна быть:**

- 1) +15 - +18<sup>0</sup>С;
- 2) +19 - +23<sup>0</sup>С;
- 3) не ниже +25<sup>0</sup>С.

**21. В составе физкультурно-оздоровительного блока, кроме спортивного зала (спортивных залов), рекомендуется предусматривать:**

- 1) учебно-тренировочный бассейн;
- 2) тренажерный зал;
- 3) хранилище для лыж, коньков;
- 4) медицинские помещения;
- 5) медико-восстановительный центр психологической разгрузки;
- 6) всё выше перечисленное.

**Тестирование по пройденным темам раздела:  
«Гигиенические требования к отоплению и освещению»**

(определить один ответ)

<b>№ п/п</b>	<b>Вопросы</b>	<b>Ответ цифрой</b>
<b>1.</b>	<b>Освещение бывает</b> (укажите правильный ответ): 1.Искусственным; 2.Естественным; 3.Смешаным; 4.Все перечисленное выше.	
<b>2.</b>	<b>Гигиеническое значение освещения заключается</b> (укажите правильный ответ): 1. Определяет тонус ЦНС; 2.Влияет на состояние зрительного анализатора; 3. Определяет травматизм; 4.Все перечисленное выше.	
<b>3.</b>	<b>Гигиенические требования к освещению</b> (укажите правильный ответ): 1 . Должно соответствовать естественному освещению; 2 .Быть постоянным по времени суток и достаточным для конкретной деятельности; 3 .Не создавать теплового эффекта и не давать блескности; 4 .Быть не равномерным по всей площади освещения; 5 .Все перечисленное выше, кроме ...	
<b>4.</b>	<b>Оценка освещения естественного вида проводится с учетом факторов</b> (ука.жите неправильный ответ): 1 . Климатических и временных; 2 . Ориентация помещения и окон по сторонам света; 3 .Размер и форма окон; 4 .Внутренняя окраска помещения;	

	5.Неправильного ответа нет.	
5.	<b>Высота окон над уровнем пола в спортивном зале (укажите правильный ответ):</b> 1 .Не ниже 1 м; 2 .Не ниже 2 м; 3 .Не ниже 3 м; 4 .Не ниже 4 м;	
6.	<b>Форма окон для лучшего освещения должна быть (укажите правильный ответ):</b> 1 .Квадратная; 2 .Прямоугольная; 3 . Круглая.	
7.	<b>Какое должно быть расположение окон по сторонам света для комфортного проведения занятий (укажите правильный ответ):</b> 1.Юг; 1.Запад; 1.80 сток; 4.Север; 5.Юго-восточное; 6.Северо-западное.	
8.	<b>Близость насаждений за окнами не ближе (укажите правильный ответ):</b> 1.10 м; 2.15 м; 3.20 м 4.25 м.	
9.	<b>Помещение внутри должно быть окрашено в тона (укажите правильный ответ):</b> 1. Светлые; 2. Темные; 3. Серые; 4.Яркие.	
10.	<b>Какого искусственного освещения помещения не бывает (укажите правильный ответ):</b> 1.Общего (прямого); 2.Бокового; 3.Рассеянного.	
11.	<b>Недостатки люминесцентных ламп (укажите неправильный ответ):</b> 1 .Гудение; 2 . Излучают тепло; 3 .Мерцание. 4 .Все перечисленное.	
12.	<b>Высота подвешивания и расположения лампы зависит от (укажите правильный ответ):</b> 1.Характера спортивной деятельности; 2.Вида освещения; 3.Самой лампы; 4.Пожелания тренера (учителя).	

13.	<i>При недостаточном и нерациональном освещении появляется (укажите правильный ответ):</i> 1. Утомление зрительного анализатора; 2. Раздражительность; 3. Травмоопасные ситуации; 4. Все перечисленное выше. 5. Все, кроме...	
14.	<i>Оценкой ясного видения при искусственном и естественном освещении в течение определенного времени можно считать различие (укажите правильный ответ):</i> 1. Оборудования и инвентаря; 2. Мелких предметов; 3. Спортсменами друг друга.	
15.	<i>Гигиеническое значение вентиляции и отопления в спортивном зале (укажите неправильный ответ):</i> 1. Создать оптимальный микроклимат помещения; 2. Повысить эмоциональный фон человека; 3. Способствовать сохранению и укреплению здоровья; 4. Повысить работоспособность человека. 6. Все перечисленное выше.	
16.	<i>Различают вентиляцию (укажите правильный ответ):</i> 1. Естественную; 2. Искусственную; 3. Поступательную; 4. Все перечисленное выше. 5. Все, кроме.	
17.	<i>Естественная вентиляция производится через (укажите неправильный ответ):</i> 1. Форточки и фрамуги; 2. Полы и потолки; 3. Стены.	
18.	<i>Современные спортивные сооружения чаще всего снабжены централизованным отоплением (укажите правильный ответ):</i> 1. Водяным и паровым; 2. Водяным или паровым.	
19.	<i>Отопление находится в спортзале (укажите правильный ответ):</i> 1. Под окнами; 2. По бокам зала под окнами; 3. В полу.	
20.	<i>Отопление закрывается (укажите правильный ответ):</i> 1. Матами; 2. Решетками; 3. Сеткой.	

### Тестирование по теме «ЗОЖ»

1. Какое влияние оказывают холодные и прохладные ванны? а) тонизирующее действие;  
б) стимулирует функции нервной системы;  
в) улучшает сон;  
г) повышает потоотделение и обмен веществ;

- д) расслабляет организм.
2. Какие методы используются для обеззараживания воды на водопроводах:
- а) фильтрация;                      б) токи высокой частоты;                      в) хлорирование;  
г) серебрение воды;                      д) озонирование;                      е) отстаивание.
3. Чем опасна для здоровья человека избыточная энергия, которая поступает в организм с пищей?
- а) это приводит к физическому утомлению;  
б) это приводит к гиподинамии;  
в) это приводит к увеличению массы тела человека.
4. Почему при подборе обуви предпочтение следует отдавать обуви на небольшом каблучке:
- а) в обуви на небольшом каблучке распределение нагрузки происходит по всей поверхности стопы;  
б) высокий каблук перемещает центр тяжести при ходьбе и вызывает перенапряжение связок и мышц ног;  
в) у высокого каблучка меньше площадь опоры, что может привести к травме.
5. Лучшим материалом для изготовления одежды является:
- а) хлопчатобумажные ткани;                      б) искусственные материалы;  
в) полимерные волокна;                      г) шерстяные ткани;  
д) прорезиненные ткани.
6. Одно из самых эффективных средств укрепления механизмов приспособления к холоду и жаре, повышения устойчивости организма к изменениям природных условий, это:
- а) физическая культура;                      б) закаливание;                      в) личная гигиена.
7. Регулярное закаливание способствует:
- а) повышению способностей к восприятию и запоминанию;  
б) укреплению силы воли;  
в) повышению аппетита;  
г) активной физиологической деятельности и здоровой жизни;  
д) замедлению процесса старения;  
е) отвыканию от вредных привычек;  
ж) продлевает сроки активной жизни на 20-25%.
8. Солнечные ванны в летнее время лучше всего принимать:
- а) утром;                      б) до полудня;                      в) после полудня;                      г) вечером.
9. Купание в открытых водоемах - очень эффективное средство закаливания, т.к. одновременно на организм действуют:
- а) солнце;                      б) воздух;                      в) атмосферное давление;                      г) вода.
- Найдите ошибку.
10. К медико-биологическим средствам восстановления относятся:
- а) рациональное питание;  
б) психопрофилактика;  
в) сауна;  
г) физические средства;  
д) мышечная релаксация;  
е) полноценная разминка.
11. В спортивном зале, исходя из гигиенической нормы, на одного человека должно приходиться не менее:
- а) 2 м<sup>2</sup>;  
б) 3 м<sup>2</sup>;  
в) 4 м<sup>2</sup>;  
г) 5 м<sup>2</sup>.
12. Все лица, пользующиеся бассейном, должны иметь:
- а) медицинскую справку;

- б) резиновую шапочку;
  - в) ласты;
  - г) дыхательную трубку;
  - д) купальный костюм;
  - е) шлёпанцы;
  - ж) спасательный жилет.
13. Верно ли утверждение: температуру в сауне измеряют ртутным термометром?
- а) да;
  - б) нет.
14. Гигиена - это наука:
- а) о закономерностях взаимоотношений человека и окружающей среды;
  - б) о профилактике болезней;
  - в) о закономерностях влияния окружающей среды на индивидуальное и общественное здоровье и условиях его сохранения.
15. Здоровье человека - это...
- а) состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов;
  - б) состояние благополучия и отсутствие дефектов;
  - в) отсутствие дефектов, травм и физических дефектов и полное благополучие.
16. Основоположник гигиены как науки:
- а) А.П. Доброславин;
  - б) Н.А. Семашко;
  - в) А.Н. Сысин.
17. В формировании уровня здоровья образу жизни принадлежит:
- а) 18-20 %;
  - б) 47-50 %;
  - в) 8-10%.
18. Инфекционные заболевания, передающиеся водным путём:
- а) холера;
  - б) туберкулёз;
  - в) ботулизм.
19. Различают влажность:
- а) относительную;
  - б) точную;
  - в) минимальную.
20. Методы обеззараживания воды:
- а) умягчение;
  - б) обезжелезивание;
  - в) хлорирование.
21. Значение углеводов в питании:
- а) источник энергии;
  - б) источник провитамина С;
  - в) источник фосфатидов и полинасыщенных жирных кислот.
22. Полное истощение запасов витаминов в организме:
- а) авитаминоз;
  - б) гиповитаминоз.
23. Школьники, имеющие незначительные отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья, без существенных функциональных изменений, но без достаточной физической подготовки относятся к:
- а) основной группе;
  - б) подготовительной группе;



- в) специальной группе.
24. Закаливание - это...
- а) система мероприятий, повышающих устойчивость организма к резким изменениям метеорологических условий;
  - б) система мероприятий, направленных на увеличение силы и ловкости;
  - в) система мероприятий, повышающих резистентность (сопротивление) кожи к заболеваниям.
25. Личная гигиена - это.
- а) раздел гигиенической науки о сохранении и укреплении здоровья конкретного человека;
  - б) наука о профилактике болезней;
  - в) раздел гигиенической науки о сохранении общественного здоровья.
26. Принципы закаливания:
- а) систематичность;
  - б) массовость;
  - в) тренированность;
  - г) систематичность.
27. Для ухода за зубами используют:
- а) зубные нити;
  - б) зубные пасты;
  - в) дезодоранты;
  - г) отбеливатели.
28. Укажите последовательность проведения общего гигиенического массажа:
- а) спина;
  - б) воротниковая зона;
  - в) грудь;
  - г) живот;
  - д) нижние конечности;
  - е) руки.
29. Психогигиена - это отрасль гигиены:
- а) разрабатывающая мероприятия по сохранению и укреплению психического здоровья человека;
  - б) о лечении нервно-психических болезней;
  - в) о психике человека.
30. Одежда должна:
- а) соответствовать условиям окружающей среды;
  - б) быть дешевой;
  - в) быть тёплой;
  - г) соответствовать полу.

### **Практическое занятие «Оценка биологического возраста»**

#### **Интерактивная форма «Работа в малых группах».**

**Цель работы:** Определение индивидуального биологического возраста.

#### **Технология проведения.**

**Ход работы:** измерить массу тела (МТ, кг), АД методом Короткова: систолическое и диастолическое. Рассчитать пульсовое давление (АДп) как разницу АД сист и АД диаст. Выполнить пробу Штанге - задержку дыхания после глубокого вдоха (ЗДвд, с). Для этого следует сделать глубокий вдох и задержать дыхание. Повторить процедуру три раза с интервалом 5 мин. Учитывать наибольшую величину.

Выполнить пробу Генчи - задержка дыхания после глубокого выдоха (ЗДвйд, с). Для этого следует сделать глубокий выдох и задержать дыхание. Повторить процедуру три раза с интервалом 5 мин. Учитывать наибольшую величину. Определить ЖЕЛ. Определить статическую балансировку (СБ) в положении стоя на левой ноге без обуви. Глаза при этом должны быть закрыты, руки опущены вдоль туловища. Статическую балансировку следует проводить без предварительной подготовки. Учитывать

лучший результат из трех попыток, проводимых с интервалом 1-2 мин.

Определить индекс самооценки здоровья (СОЗ, баллы) по анкете. Методика работы с анкетой: анкета содержит 29 вопросов. Для первых 28 вопросов возможны ответы «да» и «нет». Неблагоприятными считают ответы «да» на вопросы № 1-8, 10-12, 14-18, 20-28. Неблагоприятными считают ответы «нет» на вопросы №9, 13, 19. Для вопроса № 29 возможны ответы: «хорошее», «удовлетворительное», «плохое», «очень плохое». 20 Подсчитать величину неблагоприятных ответов. Полученную величину показателя СОЗ введите в формулу для определения БВ.

При идеальном здоровье число неблагоприятных ответов - 0, при плохом - 29.

#### **Анкета «Субъективная оценка здоровья»**

1. Беспокоят ли Вас головные боли?
2. Можно ли сказать, что вы легко просыпаетесь от любого шума?
3. Беспокоят ли Вас боли в области сердца?
4. Считаете ли Вы, что в последнее время у Вас ухудшилось зрение?
5. Считаете ли Вы, что в последнее время у Вас ухудшился слух?
6. Стараетесь ли Вы пить только кипяченую воду?
7. Уступают ли Вам место в автобусе, троллейбусе, трамвае младшие по возрасту?
8. Беспокоят ли Вас боли в суставах?
9. Бываете ли Вы на пляже?
10. Влияет ли на Ваше самочувствие перемена погоды?
11. Бывают ли у Вас такие периоды, когда из-за волнения Вы теряете сон?
12. Беспокоят ли Вас запоры?
13. Считаете ли Вы, что сейчас Вы так же работоспособны, как прежде?
14. Беспокоят ли Вас боли в области печени? 15. Бывают ли у Вас головокружения?
16. Считаете ли Вы, что сосредоточиться сейчас Вам стало труднее, чем в прошлые годы?
17. Беспокоят ли Вас ослабление памяти, забывчивость?
18. Ощущаете ли Вы в различных частях тела жжение, покалывание, «ползание мурашек»?
19. Бывают ли у Вас такие периоды, когда Вы чувствуете себя радостным, возбужденным, счастливым?
20. Беспокоят ли Вас шум и звон в ушах?
21. Держите ли Вы для себя в домашней аптечке один из следующих препаратов: валидол, нитроглицерин, сердечные капли?
22. Бывают ли у Вас отеки на ногах?
23. Приходится ли Вам отказываться от некоторых блюд?
24. Бывает ли у Вас одышка при быстрой ходьбе?
25. Беспокоят ли Вас боли в области поясницы?
26. Приходится ли Вам употреблять в лечебных целях какую-либо минеральную воду?
27. Беспокоит ли Вас неприятный вкус во рту?
28. Можно ли сказать, что Вы легко стали плакать?
29. Как вы оцениваете состояние своего здоровья?

Далее рассчитайте фактический БВ (ФБВ) и должный БВ (ДБВ) по формулам. 21 Формулы для расчета ФБВ (1 вариант).

Мужчины:  $ФБВ = 44,3 + 0,68 \times СОЗ + 0,40 \times АД_{сист} - 0,22 \times АД_{диаст} - 0,004 \times ЖЕЛ - 0,11 \times 3Двд + 0,08 \times 3Двд - 0,13 \times СБ$ .

Женщины:  $ФБВ = 17,4 + 0,82 \times СОЗ + 0,005 \times АД_{сист} + 0,16 \times АД_{диаст} + 0,35 \times АД_{п-0,004} \times ЖЕЛ + 0,04 \times 3Двд - 0,06 \times 3Двд - 0,11 \times СБ$ .

Формулы для расчета должного БВ (ДБВ).

Мужчины:  $ДБВ = 0,661 \times КВ + 16,9$ ;

Женщины:  $ДБВ = 0,629 \times КВ + 15,3$ , где КВ - календарный возраст, годы.

Полученные результаты занести в таблицу

Показатель	Результат измерения
Масса тела	
Пульсовое давление	
Систолическое давление	
Продолжительность задержки дыхания	
Время статической балансировки	
Индекс самооценки здоровья	
Календарный возраст	
Биологический возраст	
Должный возраст	
ФБР: ДБВ	

Оборудование: анкета «субъективная оценка здоровья».

### Практическое занятие. Разработка комплексов ЛФК для лиц среднего и пожилого возраста по заболеваниям.

**Цель** разработать конспект занятия по профилактике заболеваний лиц среднего и пожилого возраста.

Разработать план-конспект при повреждениях суставов, согласно периодам лечения.

Разработать план-конспект при вывихе плечевого сустава, согласно периоду лечения и функциональному выздоровлению.

Разработать план-конспект при заболеваниях суставов, согласно периоду лечения и функциональному выздоровлению.

Разработать план-конспект при артрите, артрозе, согласно периоду лечения и функциональному выздоровлению.

Разработать рекомендации по использованию физических упражнений больными на различных этапах реабилитации.

**Конспект занятия должен соответствовать следующей форме.**

Возраст занимающегося \_\_\_\_\_

Диагноз заболевания \_\_\_\_\_

Стадия заболевания \_\_\_\_\_

Номер занятия \_\_\_\_\_

**Задачи занятия 1.**

2.

3.

**Предполагаемые результаты занятия:** \_\_\_\_\_

Часть занятия	Частные задачи	Средства	Дозировка	Методические рекомендации
Подготовительная				
Основная				
Заключительная				

### Практическое занятие. Гигиенические требования к методике закаливания

**Цель:** *Актуализация знаний* - о гигиенических требованиях к методике закаливания, о важности закаливания организма для формирования ЗОЖ.

- **Формирование умений** - оценивание эффективности закаленности организма у школьников, формирование умения организовать и провести методику закаливающих процедур.

- **Задания:**

**Задание № 1.**

Составить дозировку при закаливании водой для людей разного возраста и оценивание эффективности закаленности организма у подростков.

**Содержание работы:**

Основные гигиенические принципы закаливания: систематичность, постепенность, учёт индивидуальных особенностей, комплексность (разнообразие средств и форм), активный режим, сочетание общих и местных процедур, самоконтроль.

Критерии оценивания:

При оценивании практической и самостоятельной работы обучающегося учитывается следующее:

- качество выполнения практической части работы;
- качество оформления отчета о работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы.

Оценка производится по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно обосновывает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но допускает неточности в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Выполнение задания в тестовой форме оценивается по пятибалльной шкале следующим образом:

Оценка «5» соответствует 85%-100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 70%-84,9% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 50%-69,9% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0%-49,9% правильных ответов.

#### **4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного дифференцированного зачета. Устный дифференцированный зачет проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном дифференцированном зачете в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На дифференцированном зачете обучающемуся предлагается устно ответить на два теоретических и один практический вопрос по пройденному материалу. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине «Гигиенические основы физического воспитания» путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

### **Вопросы для подготовки к дифференцированному зачету**

1. Гигиена: определение, цель, задачи. Медико-биологические методы исследования в гигиене.
2. Приборы для измерения физических свойств воздуха (температура, давление, влажность).
3. Учет метеорологических факторов при занятиях спортом.
4. Химическое, пылевое и микробное загрязнение воздуха.
5. Спортивные сооружения. Выбор участка для строительства спортивных сооружений.
6. Гигиеническая оценка освещения спортивных объектов.
7. Гигиенические значения вентиляции и отопления спортивных сооружений. Цветовое оформление спортивных сооружений.
8. Гигиенические требования к спортивным сооружениям школ.
9. Гигиеническая характеристика источников водоснабжения.
10. Системы водоснабжения. Способы улучшения качества питьевой воды.
11. Санитарно-гигиенические требования к плавательному бассейну закрытого типа.
12. Эколого-гигиенические проблемы почвы и населенных мест. Радиация.
13. Общие правила закаливания. Закаливание холодом.
14. Закаливание воздухом, водой и солнцем.
15. Методика комплексного проведения закаливающих процедур.
16. Требования к современной спортивной одежде и обуви.
17. Уход за одеждой и обувью спортсмена.
18. Курение и алкоголизм и их влияние на здоровье человека. Профилактика.
19. Наркомания и токсикомания. Меры профилактики наркозависимости.
20. Пути передачи инфекции и иммунитет.
21. Мероприятия по предупреждению инфекционных заболеваний и борьбе с ними.
22. Особенности тренировочного процесса и режима спортсменов.
23. Гигиенические требования к подготовке женщин-спортсменок.
24. Гигиенические особенности учебно-тренировочного процесса юных спортсменов.
25. Клинико-географические зоны. Акклиматизация.
26. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях временной адаптации.
27. Гигиеническое обеспечение при подготовке в условиях высокой температуры.
28. Гигиенические мероприятия при подготовке спортсменов в горных условиях.
29. Восстановительные средства и принципы их использования.
30. Бани в системе восстановления работоспособности спортсменов.
31. Возрастные периоды. Факторы, формирующие здоровье.
32. Группы здоровья детей и подростков.
33. Гигиенические требования к общеобразовательному учреждению.
34. Назначение и состав пищи.
35. Понятие о гигиене питания. Питание занимающихся физической культурой и спортом.
36. Спортивные энергозатраты.
37. Качественный состав питания спортсмена.
38. Режим питания спортсмена.
39. Питание во время соревнований и после них. Пищевой рацион юных спортсменов.
40. Витамины и витаминоподобные соединения. Минеральные вещества.

41. Продукты повышенной биологической ценности и биологически активные пищевые добавки.
42. Безопасность питания спортсменов.
43. Гигиеническая экспертиза безопасности основных продуктов питания.
44. Рацион и контроль его качества. Недостатки модернизации рациона спортсмена.
45. Система обеспечения доброкачественности спортивного питания.
46. Оборудование и санитарный режим на пищеблоке.
47. Пищевые отравления и их профилактика.
48. Маркировка продуктов.
49. Психогигиена спорта. Психологические мероприятия и требования к тренировочному процессу.
50. Профилактика возникновения психологических заболеваний (неврозов).

### **Примеры практических заданий для подготовки к дифференцированному зачету**

1. Посчитать и сравнить с нормой количество сердечных циклов за 1 минуту.
2. Посчитать и сравнить с нормой количество дыхательных циклов за 1 минуту.
3. Начертить план - схему гимнастического зала, с указанием размеров и названий всех вспомогательных помещений.
4. Начертить план - схему легко-атлетического манежа с указанием размеров и названий всех вспомогательных помещений.
5. Начертить план - схему боксерского зала с указанием размеров и названий всех вспомогательных помещений.
6. Начертить план - схему плавательного бассейна с указанием размеров и названий всех вспомогательных помещений.
7. Начертить план - схему ледового комплекса с указанием размеров и названий всех вспомогательных помещений.
8. Начертить план - схему бассейна для прыжков с вышки с указанием размеров и названий всех вспомогательных помещений.
9. Рассчитать минимальное количество основных элементов питания, для спортсмена мужчины весом 78 кг и ростом 182 см.
10. Рассчитать требуемое количество основных элементов питания, для велосипедиста мужчины весом 64 кг и ростом 172 см. за день до проведения соревновательной гонки.
11. Рассчитать требуемое количество основных элементов питания, для борца мужчины весом 64 кг и ростом 172 см. за день до проведения соревнований.
12. Рассчитать требуемое количество основных элементов питания, для девочки 12 лет с ростом 120 см.
13. Рассчитать требуемое количество основных элементов питания, для профилактики первой степени ожирения у человека весом 100 кг и ростом 172 см.
14. Рассчитать требуемое количество основных элементов питания, для набора культуристом мышечной массы.
15. С помощью механического тонометра измерить и сравнить с номой показатели артериального давления.

### **Критерии оценивания**

Каждый вопрос дифференцированного зачета в устной форме оценивается по пятибалльной шкале: «5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки

зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

**ОП 04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА И МАССАЖ**



## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины
2. Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины, текущая аттестация
3. Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

**1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП 04 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ,  
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ**

---

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.0 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочные средства.

***Цель:***

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

***Задачи:***

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочные средства.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.****Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

## **2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

В процессе изучения дисциплины используются такие формы контрольных заданий, как практические задания, лабораторные работы, тестирования, индивидуальные задания, проекты исследований и другие формы, предназначенные для определения качества освоения обучающимися учебного материала, направленного на измерение степени сформированности той или иной компетенции, как в целом, так и отдельных ее компонентов.

### **Перечень тем для индивидуальных заданий**

1. Влияние стато-динамической нагрузки на женский организм.
  2. Применение функциональных проб для оценки функциональных возможностей детей, занимающихся избранным видом спорта.
  3. Применение функциональных проб для оценки функциональных возможностей подростков, занимающихся избранным видом спорта.
  4. Применение функциональных проб для оценки функциональных возможностей лиц среднего и пожилого возраста, занимающихся физической культурой.
  5. Оценка внешних признаков утомления детей во время учебно- тренировочных занятий.
  6. Разработать комплексы физических упражнений, направленных на оздоровительный эффект, с соблюдением рекомендованного ЧСС.
  7. Разработать комплексы физических упражнений, направленных на тренировочный эффект, с соблюдением рекомендованного ЧСС.
  8. Произвести оценку общей плотности учебно-тренировочного занятия.
  9. Произвести оценку моторной плотности учебно-тренировочного занятия.
  10. Построить физиологическую кривую нагрузки учебно-тренировочного занятия.
- 
1. Отобразить схематично лечебную физическую культуру в различных лечебных и оздоровительных учреждениях.
  2. Формы применения физических упражнений.
  3. Привести примеры, согласно выбранному диагнозу по виду спорта, показания и противопоказания к назначению ЛФК и массажа.
  4. Назвать и дать характеристику основным массажным приемам.
  5. Представить методы учёта эффективности применения ЛФК в избранном виде спорта.
  6. Разработка конспекта по лечебной физической культуре по выбранному диагнозу.
  7. Представить ориентировочные сроки допуска спортсменов к тренировочным занятиям после травм опорно-двигательного аппарата в избранном виде спорта.
  8. Возрастные нормативы для начала занятий различными видами спорта в детских спортивных школах.
  9. Примерные сроки возобновления занятий физической культурой после некоторых

заболеваний у школьников.

10. Характеристика первого функционального класса.

11. Характеристика второго функционального класса.

12. Характеристика периодов выздоровления при ИМ.

13. Аэробные нагрузки при ИБС.

14. Гипертоническая болезнь - задачи ЛФК.

15. Средства и формы ЛФК при гипертонической болезни.

16. Перечислите функциональные пробы, применяемые у больных инфарктом миокарда на стационарном этапе реабилитации.

17. Методика проведения нагрузочной велоэргометрической пробы.

18. Клиническая картина холецистита.

19. Средства и формы ЛФК при гастритах.

20. Средства и формы ЛФК при язвенной болезни желудка.

21. Средства и формы ЛФК при холециститах.

22. Противопоказания к ЛФК при гастритах, язвенной болезни желудка.

23. Краткая клиническая картина сахарного диабета.

24. Ожирение у детей.

25. Механизм действия физических упражнений на организм человека с ожирением и сахарным диабетом. Степени ожирения.

26. Задачи ЛФК при ожирении и сахарном диабете.

27. Средства и формы ЛФК при диабете.

28. Клиническая картина переломов длинных трубчатых костей.

29. Особенности оказания первой помощи пострадавшему с переломом таза и

позвоночника.

30. Методы лечения переломов.

31. Особенности ЛФК при внутрисуставных переломах.

32. ЛФК при диафизарных переломах бедра.

33. Периоды ЛФК и их особенности при переломах позвоночного столба.

34. Особенности ЛФК при термических повреждениях.

35. Положительные и отрицательные стороны современных видов иммобилизации с точки зрения применения средств ЛФК.

36. Что такое контрактура сустава? Классификация контрактур с позиций возможности их ликвидации средствами ЛФК. Каковы последствия длительной иммобилизации конечностей и роль средств ЛФК в их ликвидации?

37. Значение функциональной нагрузки в период заживления костных травм?

38. Методика проведения общего массажа при занятиях избранным видом спорта.

## Задачи по разделу «Лечебная физическая культура»

ЗАДАЧА № 1. Больной О., 45 лет. Диагноз: острый трансмуральный инфаркт миокарда задней стенки левого желудочка. 2-й день болезни, жалоб нет. ЧСС 94 ударов в минуту, АД 105/ 70 мм. рт.ст., лейкоцитоз 24000, t 37,7°C

ЗАДАНИЕ:

1. Назовите функциональный класс тяжести состояния больного и степень активности.
2. Можно ли начинать занятия ЛФК? Если «да», то составьте комплекс.

ЗАДАЧА № 2. Больная К, 42 года. Диагноз: гипертоническая болезнь II стадии. АД 170/100 мм. рт.ст.

ЗАДАНИЕ: 1. Укажите задачи ЛФК.

3. Составьте комплекс упражнений.

ЗАДАЧА № 3. Больной, 18 лет. Диагноз: медиальный перелом шейки правого бедра; 4 дня назад произведен металлоостеосинтез трехлопостным гвоздем.

ЗАДАНИЕ:

1. Сформулируйте задачи ЛФК
2. Перечислите специальные упражнения, направленные на восстановление функции конечности.

ЗАДАЧА № 4. Больной В, 12 лет. Диагноз: сколитическая болезнь II степени. Предъявляет жалобы на быструю утомляемость, боли в спине, усиливающиеся при ходьбе и длительном сидении.

ЗАДАНИЕ: 1. Перечислите основные задачи ЛГ при консервативном лечении. 2. Назовите формы и средства ЛФК.

ЗАДАЧА № 5. Ребенок, 7 лет.

Диагноз: нижнедолевая левосторонняя пневмония. Поступил в отделение 7 дней назад. Состояние удовлетворительное, t° 37,2°, кашель с небольшим отхождением мокроты, слабость, потливость.

ЗАДАНИЕ: 1. Каковы задачи ЛФК? 2. Составить комплекс упражнений.

ЗАДАЧА № 6. Ребенок, 14 лет. Д: бронхиальная астма. Страдает заболеванием в течение 5 лет. Поступил в отделение реанимации в астматическом статусе, на 20-й день переведен в соматическое отделение в удовлетворительном состоянии.

ЗАДАНИЕ: 1. Указать противопоказания для назначения ЛФК 2. Составить комплекс ЛГ.

ЗАДАЧА № 7. Ребенок, 12 лет. Диагноз: Язвенная болезнь желудка в стадии обострения. Поступил с болями в эпигастральной области, слабостью, тошнотой, рвотой. В настоящее время ребенок жалоб не предъявляет. Состояние удовлетворительное. В стационаре 5 дней.

ЗАДАНИЕ: 1. Назовите противопоказания для назначения ЛФК. 2. Составить комплекс упражнений.

ЗАДАЧА № 8. Больная К., 32 года. Диагноз: гастроптоз. Жалобы на тянущие боли в животе, усиливающиеся после приема пищи, тошноту. ЗАДАНИЕ:

1. Определить задачи ЛФК.
2. Назначить комплекс ЛГ.

ЗАДАЧА № 9. Больной М, 18 лет. Диагноз: медиальный перелом шейки правого бедра; 4 дня назад произведен металлоостеосинтез трехлопостным гвоздем. ЗАДАНИЕ: 1. Сформулируйте задачи ЛФК 2. Перечислите специальные упражнения, направленные на восстановление функции конечности.

ЗАДАЧА № 10. Ребенок, 6 лет. Диагноз: Плоскостопие продольное. ЗАДАНИЕ: 1. Какие средства профилактики плоскостопия Вы знаете? 2. Составьте комплекс лечебной гимнастики.

ЗАДАЧА № 11. Пациентка К, 42 года с гипертонической болезнью II стадии. АД 170/100 мм. рт. ст. ЗАДАНИЕ: 1. Укажите задачи ЛФК. 2. Составьте комплекс упражнений.

ЗАДАЧА № 12. 24-х лет с язвенной болезнью желудка в стадии обострения. Поступил с болями в эпигастриальной области, слабостью, тошнотой, рвотой. Обострение возникло 4 дня назад на фоне стрессовой ситуации. ЗАДАНИЕ: 1. Имеются ли противопоказания для ЛФК? 2. Составьте программу реабилитации для данного пациента.

ЗАДАЧА № 13. Пациент 25 лет. Перенес острый бронхит. Объективно: сознание ясное, кожные покровы бледные,  $t$  тела  $36,4^{\circ}$  С ЧДД 20 уд. в мин. АД 125/80 мм. рт. ст. Кашель держится приступообразный, с выделением мокроты. Назначен массаж грудной клетки. ЗАДАНИЕ: 1. Укажите особенности массажа у данного пациента. 2. Проясните методику проведения дренажной гимнастики пациенту.

ЗАДАЧА № 14. Пациент 35 лет с артериальной гипотонией. Месяц назад перенесла ОРВИ. Объективно: АД 90/60 мм. рт. ст. PS 60 уд. в мин., ЧДД 22 дых. в мин. Назначен массаж. ЗАДАНИЕ: 1. Укажите принцип проведения массажа при артериальной гипотонии. 2. Назовите виды медицинской документации медсестры физиокабинета.

ЗАДАЧА № 15. Пациентка 28 лет. Жалобы на боли в грудном отделе позвоночника. DS: Сколиоз 2-ой степени. Назначен массаж спины. ЗАДАНИЕ: 1. Дайте установку пациенту по подготовке к массажу. 2. Назовите механизм действия физических упражнений.

ЗАДАЧА № 16. Пациент 40 лет с диагнозом закрытый перелом левого предплечья. Гипсовая повязка снята 7 дней назад. Назначен массаж левого предплечья руки. ЗАДАНИЕ: 1. Укажите механизм действия ЛФК данному пациенту. 2. Составьте программу реабилитации пациента, находящегося на стационарном лечении.

ЗАДАЧА № 17. Пациент 34 года. Назначен массаж спины с профилактической целью. Пульс 78 уд. в мин., АД 130/80 мм. рт. ст., ЧДД 32 уд. в мин. ЗАДАНИЕ: 1. Укажите направление массажных движений в шейном, грудном, поясничных отделах. 2. Составьте программу реабилитации пациента, находящегося на поликлиническом этапе.

ЗАДАЧА № 18. Пациентка 36 лет. DS: Артериальная гипертония 1-ой степени тяжести. Жалобы на головную боль, недомогание, слабость. Объективно: АД 160/90 мм. рт. ст., PS: 86 уд. в мин. Назначена лечебная физкультура. ЗАДАНИЕ: 1. Обоснуйте можно ли проводить занятие лечебной физкультуры с данной пациенткой. 2. Назовите противопоказания к массажу.

ЗАДАЧА № 19. Пациентка, 38 лет. Находится на стационарном лечении с Ds: артериальная

гипертония 2 ст. тяжести. Жалобы: головная боль, шум в ушах, слабость, раздражительность, нарушение сна, давящие боли в области сердца. ЗАДАНИЕ: 1. Определите задачи лечебной физкультуры при артериальной гипертонии. 2. Укажите особенности проведения массажа верхних конечностей.

ЗАДАЧА № 20. 50 лет. Поступил в стационар с острым гастритом. Жалобы: на боль в эпигастральной области, тошнота, рвота после приёма пищи, расстройство стула, общая слабость, отсутствие аппетита. Пациент курит, злоупотребляет алкоголем, не соблюдает диету. ЗАДАНИЕ: 1. Назовите основные этапы массажа. 2. Составьте комплекс реабилитационных мероприятий для данного пациента.

### Тесты по разделу: Основы врачебного контроля

1. Термин «врачебный контроль» включает:
  - а) метод определения функционального состояния спортсменов
  - б) метод наблюдения спортсменов на тренировках и соревнованиях
  - в) система медицинского обеспечения всех контингентов, занимающихся физкультурой и спортом
  - г) изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников
2. Цель и задачи врачебного контроля включают:
  - а) содействие эффективности физического воспитания с целью укрепления здоровья и повышения трудоспособности
  - б) . организация и проведение лечебно-профилактических и санитарно-гигиенических мероприятий при занятиях физкультурой и спортом
  - в) выявление ранних признаков заболеваний и повреждений, возникающих при нерациональных занятиях физкультурой и спортом
  - г) . специализированное лечение высококвалифицированных спортсменов
3. Врачебные обследования перед каждым соревнованием обязательны в следующих видах спорта:
  - а) бокс, лыжные гонки, бег на средние дистанции гимнастика, хоккей с мячом
  - б) метание диска, прыжки с шестом, санный спорт, коньки, хоккей с шайбой
  - в) тяжелая атлетика, горнолыжный спорт, борьба, мотоспорт, хоккей на льду
  - г) подводный спорт, марафонский бег, бокс, тяжелая атлетика, лыжи — 80 км
4. Основные направления работы врачебно-физкультурных диспансеров являются:
  - а) организационно-методическое руководство лечебно-профилактическими учреждениями по вопросам ВК и ЛФК
  - б) диспансерное наблюдение занимающихся физкультурой и спортом
  - в) организация и проведение мероприятий по реабилитации спортсменов после травм и заболеваний



5. Врачебно-физкультурный диспансер имеет следующие функции:

1. организационно-методического руководства лечебно-профилактическими учреждениями по территориальному принципу в вопросах ЛФК и врачебного контроля за занимающимися физкультурой и спортом

- а) диспансерное наблюдение спортсменов
- б) осмотра всех занимающихся физкультурой и спортом
- в) консультации населения по вопросам физкультуры
- г) физической реабилитации спортсменов

6. Контингент спортсменов и физкультурников, подлежащий диспансеризации во врачебно - физкультурном диспансере, составляют:

а) Спортсмены сборных команд по видам спорта республик и городов и юные спортсмены, учащиеся спортшкол и ДСО

- б) Юные спортсмены, учащиеся спортшкол и ДСО
- в) Учащиеся школ, вузов, отнесенные к спецгруппам для занятий физвоспитанием.

7. Диспансерное наблюдение спортсменов предусматривает все следующие виды обследования, кроме:

- а) Основное, дополнительное, повторное
- б) Первичное, текущее, дополнительное
- в) Общее, специализированное, перед соревнованием

8. В содержание заключения врача по диспансерному наблюдению спортсменов входит все перечисленное, кроме:

- а) Оценки степени тренированности
- б) Оценки здоровья и функционального состояния спортсменов
- в) Рекомендаций лечебно-профилактических мероприятий

9. Обязательный объем функционально-диагностических и лабораторных исследований при первичном обследовании спортсмена включает все перечисленное, кроме:

- а) Электрокардиографии
- б) Исследования кислотно-щелочного состояния крови
- в) Рентгеноскопии органов грудной клетки

10. Профессиональные обязанности врача по спорту включает все перечисленное, кроме:

а) Диспансерного обслуживания прикрепленных контингентов

б) Организационно-методической работы в лечебно-профилактических учреждениях и спортивных организациях

- в) Записи электрокардиограммы

11. Обязанности спортивного врача включают все перечисленное, кроме:

- а) Диагностики различных заболеваний у спортсменов

- б) Выявления признаков отклонений у спортсменов в состоянии здоровья
  - в) Диагностики физического перенапряжения у спортсменов
12. Задачами врачебного контроля за занимающимися спортом являются:
- а) Определение состояния здоровья и функционального состояния спортсменов
  - б) Диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
  - в) оба варианта верны
13. Врачебное заключение при диспансерном обследовании спортсмена включает:
- а) Режим тренировочных нагрузок и лечебно-профилактические мероприятия
  - б) Функциональное состояние и физическую работоспособность организма
  - в) оба варианта верны
14. Общая физическая нагрузка - это:
- а) Нагрузка, обязательно включающая в активную деятельность все мышечные группы
  - б) Нагрузка, частично охватывающая группы мышц, но с напряженной работой
  - в) Нет верного ответа
15. Местная физическая нагрузка - это:
- а) Нагрузка, чередующаяся с общей нагрузкой и используемая по типу - от здоровых участков к поврежденным
  - б) Нагрузка, охватывающая определенную группу мышц
  - в) Специальная нагрузка направленного действия
16. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме:
- а) Трудоустройства больного
  - б) Назначения двигательного режима
  - в) Интенсивных физических тренировок
17. К внешним причинам спортивных травм относятся:
- а) Неправильная организация и методика учебно-тренировочных занятий и соревнований
  - б) Неблагоприятные санитарно-гигиенические и метеорологические условия проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований
  - в) оба варианта верны
18. Для профилактики спортивного травматизма не следует:
- а) Своевременно проводить врачебный и врачебно-педагогический контроль за состоянием здоровья и физической подготовленностью спортсменов
  - б) Применять препараты, стимулирующие деятельность центральной нервной системы
  - в) Совершенствовать физическую и техническую подготовку спортсменов
19. Клиническими формами хронического физического перенапряжения спортсменов являются:
- а) Перенапряжение нервно-мышечного аппарата

- б) Перенапряжение сердечно-сосудистой системы
  - в) все варианты верны
  - г) нет верного ответа
20. Что такое утомление?
- а) Состояние организма, возникающее в результате работы
  - б) Систематическое перенапряжение нервной системы
  - в) Перенапряжение дыхательной системы
21. Пульс — это ритмичное колебание стенок сосудов. Каких сосудов?
- а) вен
  - б) артерий
  - в) капилляров
22. Как считать величину пульса в покое 60 ударов в минуту?
- а) хорошо
  - б) удовлетворительно
  - в) отлично

### Тесты по разделам: Лечебная физическая культура, массаж

Тест № 1.

1. Комплекс мероприятий, направленных на восстановление нарушенных функций организма, — это

- 1) реформация
- 2) реабилитация
- 3) транслокация
- 4) трансплантация
- 5) Первичной физиопрофилактикой является предупреждение
  - 1) заболеваний
  - 2) рецидивов
  - 3) обострения заболеваний
  - 4) осложнений
- 5) Выносливость организма могут тренировать
  - 1) бег
  - 2) дыхательные упражнения
  - 3) перебрасывание мяча
  - 4) изометрические упражнения
  - 5) К строевым упражнениям относится
    - 1) ходьба на носочках

- 2) перестроение в шеренгу
- 3) ходьба с высоким подниманием бедра
- 4) ходьба на пятках
- 5) Терренкур — это
  - 1) лечение дозированным восхождением
  - 2) ходьба по трафарету
  - 3) ходьба перед зеркалом
  - 4) прогулки по ровной местности
- 6 .Противопоказанием для лечебной физкультуры является
  - 1) тяжелое состояние больного
  - 2) косолапость
  - 3) гипертоническая болезнь I степени
  - 4) сколиоз
- 7 .Показанием для лечебной физкультуры является
  - 1) врожденная мышечная кривошея
  - 2) гангрена
  - 3) высокая лихорадка
  - 4) кровотечение
- 8 .Корректирующая ходьба применяется при
  - 1) косолапости
  - 2) пневмонии
  - 3) бронхите
  - 4) язвенной болезни желудка
- 9 .Целесообразнее укреплять мышцу, выпрямляющую позвоночник
  - 1) стоя
  - 2) сидя на полу
  - 3) лежа на животе
  - 4) лежа на спине
- 10 .Противопоказанием к массажу является
  - 1) хроническая пневмония
  - 2) тромбофлебит
  - 3) плоскостопие
  - 4) остеохондроз
- 11.Вспомогательным приемом поглаживания является
  - 1) глажение
  - 2) надавливание
  - 3) плоскостное поглаживание
  - 4) обхватывающее поглаживание

5) .Основным приемом разминания является

- 1) валяние
- 2) сдвигание
- 3) непрерывистое разминание
- 4) встряхивание

13) Положение пациента при массаже спины — это

- 1) лежа на животе, руки вверху
- 2) лежа на животе, руки вдоль туловища
- 3) лежа на боку
- 4) стоя

14.Образование костной мозоли ускоряет

- 1) поглаживание
- 2) растирание
- 3) разминание
- 4) вибрация

15.Специальные упражнения в иммобилизованной нижней конечности при переломе бедра

включают все перечисленное, за исключением:

- 1) динамических упражнений в коленном суставе
- 2) изометрического напряжения мышц стопы и голени
- 3) динамических упражнений для пальцев стопы

16.В качестве функциональных проб у детей 2-3 классов рекомендуется использовать:

- 1) ортостатическую пробу, степ-тест
- 2) урок физкультуры
- 3) пробу Мартине-Кушелевского

17.К особенностям методики лечебной гимнастики у больных неврозом с преобладанием

процессов торможения относятся:

- 1) общая активизация больного
- 2) физические упражнения направлены на активность больного во вне, а не на себя
- 3) физические упражнения направлены на активность больного на себя, а не во вне

18 . Для усиления мышечной нагрузки при выполнении активных движений используются:

- 1) сопротивления, оказываемого самим больным, движения с амортизатором
- 2) напряжение мышц сгибаемой или разгибаемой конечности упражнений на расслабление
- 3) идеомоторные упражнения

19 .Каковы особенности методики ЛФК при шейном остеохондрозе в остром периоде:

- 1) исключаются активные движения головой во все стороны
- 2) исключаются статические дыхательные упражнения

3) исключаются упражнения для мышц шеи на дозированное сопротивление

20 .Массаж при пояснично-крестцовом остеохондрозе предусматривает воздействие на следующие области, кроме:

- 1) массаж области крестца
- 2) массаж поясничного и нижнегрудных спинномозговых сегментов
- 3) массаж трапецевидных мышц

21 .Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают:

- 1) тестирование физической работоспособности больного
- 2) специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
- 3) оба варианта верны
- 4) нет верного ответа

22 .Контингент спортсменов и физкультурников, подлежащий диспансеризации во врачебно-физкультурном диспансере, составляют:

- 1) спортсмены сборных команд по видам спорта республик и городов и юные спортсмены, учащиеся спортшкол и ДСО
- 2) лица, занимающиеся массовой физкультурой
- 3) учащиеся школ, вузов, отнесенные к спецгруппам для занятий физвоспитанием

23. Лечебная физкультура - это:

- 1) научная дисциплина, лечебный метод
- 2) медицинская специальность, составная часть реабилитационного процесса
- 3) оба варианта верны
- 4) нет верного ответа

24 .Для лечебной физкультуры характерны все перечисленные черты, исключая:

- 1) активность больного в процессе лечения
- 2) метод специфической терапии
- 3) метод патогенетической терапии

25 .Характерная особенность метода ЛФК:

- 1) использование лечебного массажа
- 2) использование специальных исходных положений
- 3) использование физических упражнений
- 4) использование иглорефлексотерапия
- 5) использование физиотерапевтического лечения

### **Критерии оценивания:**

При оценивании практической и самостоятельной работы обучающегося учитывается следующее:

- качество выполнения практической части работы;

- качество оформления отчета о работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы.

#### **Оценка производится по пятибалльной шкале:**

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно обосновывает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но допускает неточности в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Выполнение задания в тестовой форме оценивается по пятибалльной шкале следующим образом:

Оценка «5» соответствует 85%-100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 70%-84,9% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 50%-69,9% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0%-49,9% правильных ответов.

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета. Дифференцированный зачет проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения зачета в форме тестов, определяет преподаватель, принимающий экзамен в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На зачете обучающемуся предлагается устно ответить на два теоретических и один практический вопрос по пройденному материалу. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине «Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж» путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

## **Раздел: Основы врачебного контроля**

1. Цель и задачи врачебного контроля.
2. Основные формы врачебного контроля.
3. Суть и значение первичного медицинского обследования. Задачи, содержание. Медицинское заключение.
4. Повторное медицинское обследование. Задачи. Содержание. Медицинское заключение.
5. Дополнительное врачебное обследование. Углубленное врачебное обследование (диспансеризация).
6. Особенности врачебного контроля за детьми, подростками.
7. Паспортный и биологический возраст.
8. Принципы формирования медицинских групп для занятий физической культурой.
9. Медицинские вопросы ориентации и отбора.
10. Особенности врачебного контроля за девушками и женщинами занимающимися физической культурой.
11. Паспортный и биологический возраст девушек и женщин, занимающихся спортом.
12. Влияние мышечной деятельности на женскую репродуктивную систему.
13. Значение двигательной активности в жизнедеятельности лиц среднего и пожилого возраста.
14. Особенности врачебного контроля за лицами среднего и пожилого возраста.
15. Принципы формирования медицинских групп для занятий физической культурой пожилых людей.
16. Принципы дозирования физической нагрузки занимающихся среднего и пожилого возраста.
17. Цель, задачи, организационная форма самоконтроля.
18. Субъективные и объективные показатели самоконтроля. Функциональные пробы для самоконтроля.
19. Особенности самоконтроля женщин, занимающихся спортом.
20. Цель, задачи, организационная форма и содержание врачебно-тренировочного наблюдения в процессе физкультурно-спортивного занятия.
21. Основные приёмы врачебно-педагогического контроля в процессе учебно-тренировочных занятий.
22. Общая и моторная плотность учебно-тренировочного занятия, методика определения.
23. Цель, задачи, содержание общих клинических методов исследования нервной системы.
24. Базовые понятия о патологии центральной и периферической нервной системы.
25. Морфофункциональные особенности сердечно-сосудистой и дыхательной систем при занятиях физической культурой.
26. Перенапряжение сердечно-сосудистой системы при нерациональных занятиях.
27. Функциональные пробы для оценки состояния двигательного и вестибулярного анализаторов.
28. Функциональные пробы для оценки вегетативной нервной системы.
29. Простейшие методы тестирования адаптации к физической нагрузке и уровня физической работоспособности.
30. Функциональные пробы Мартинэ-Кушелевского, Котова-Дёшина, Летунова.
31. Тесты МПК, PWCaf и PWC170.
32. Ортостатическая проба и проба Вальсальвы.
33. Понятие об утомлении и переутомлении.
34. Перетренированность, причины и условия развития. Фазы развития.
35. Признаки перетренированности. Предупреждение и лечение.
36. Понятие о перенапряжении. Причины и условия развития острого перенапряжения.



37. Виды перенапряжения, признаки, доврачебная помощь.
38. Понятие о хроническом перенапряжении.
39. Причины и условия развития хронического перенапряжения.
40. Виды хронического перенапряжения, признаки, доврачебная помощь.
41. Дистрофия миокарда.
42. Причины и механизмы спортивных травм.
43. Классификация травм по степени тяжести.
44. Раны и осложнения.
45. Понятие об антисептике и асептике.
46. Травмы опорно-двигательного аппарата.
47. Закрытые черепно-мозговые травмы и повреждение периферической нервной системы.
48. Травмы внутренних органов.
49. Фазы угасания жизни, показания к реанимационным мероприятиям. Методика.

### **Раздел: Лечебная физическая культура**

50. Дайте определение понятию «здоровье».
51. Цель и задачи лечебной физической культуры.
52. Основные средства лечебной физической культуры. Характеристика физических упражнений в ЛФК.
53. Показания и противопоказания к назначению лечебной физической культуры.
54. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности в системе реабилитации физической работоспособности больных.
55. Особенности занятий физическими упражнениями с детьми.
56. Особенности занятий физическими упражнениями со взрослыми.
57. Особенности занятий физическими упражнениями с пожилыми людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
58. ЛФК в травматологии и ортопедии.
59. ЛФК при травмах и заболеваниях периферической и центральной нервной систем.
60. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
61. ЛФК при заболеваниях органов мочевого выделения.
62. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
63. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
64. ЛФК в хирургии.

### **Критерии оценивания:**

Каждый вопрос зачета оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Оценка за ДЗ определяется как средний балл по всем заданиям (вопросам).

**ОП 05 ПЕДАГОГИКА**

I

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочные средства учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 05 ПЕДАГОГИКА

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочные средства.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

### 1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочные средства.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.1 Педагогика как наука	ПР № 1. Подготовить эссе на тему: "Педагог в моей жизни".	Экзамен
Тема 1.2 История образования, социальный характер образования.	ПР № 2. Структура образования РФ. Решение задач	
Тема 1.3 Методология педагогики и методы педагогического исследования	ПР № 3. Разработать анкету и план беседы, с целью изучения у спортсменов выбора занятий избранным видом спорта Решение задач	
Тема 1.4 Взаимосвязь педагогической науки и практики	ПР № 4. Составить хронологическую таблицу «История образования и педагогической мысли в России и за рубежом». Самостоятельная работа Решение задач	
Тема 2.1 Значение и логика целеполагания в обучении и педагогической деятельности.	ПР № 5. Решение педагогических задач Решение задач	
Тема 2.2 Принципы обучения	ПР № 6. «Принципы обучения». Решение задач	
Тема 2.3. Характеристика преподавания как вид деятельности.	ПР № 7. Деятельность учителя ученика в процессе обучения». Решение педагогических задач. Решение задач	
Тема 2.4. Формы и методы обучения	ПР № 9. «Методы воспитания». Решение педагогических задач Самостоятельная работа	
Тема 2.5. Урок как основная форма организации обучения	ПР № 10. Урок как основная форма организации обучения Решение задач	
Тема 2.6. Основы развивающего обучения, индивидуализации и дифференциации обучения и воспитания	ПР № 11. Современные технологии обучения и воспитания Решение задач	
Тема 2.7.	Решение задач	

Содержание образования как фундамент базовой культуры личности.		
Тема 2.8. Типология и многообразие образовательных учреждений	ПР № 12. Типы и виды образовательных учреждений Решение задач	
Тема 2.9. Психолого-педагогические условия развития мотивации учащихся в процессе обучения	ПР № 13. Педагогические основы развития мотивации Самостоятельная работа Решение задач	
Тема 2.10. Психолого-педагогические условия развития способностей учащихся в процессе обучения	ПР № 14. Развитие способностей у учащихся в процессе обучения Решение задач	
Тема 2.11. Понятие норма и отклонение от нормы.	ПР № 15. Понятие норма и отклонение от нормы	
Тема 2.12. Особенности работы с детьми с девиантным поведением	ПР № 16. Особенности работы с детьми с девиантным поведением Самостоятельная работа	
Тема 2.14. Одаренные дети, особенности учебно-воспитательного взаимодействия с ними.	ПР № 17. Особенности педагогического взаимодействия с одаренными детьми	
Тема 3.1. Психолого- педагогические основы оценочной деятельности педагога	ПР № 18. Средства контроля и оценки качества образования. Самостоятельная работа	
Тема 4.1 Воспитание как часть педагогического процесса	Решение задач	
Тема 4.2 Воспитание базовой культуры личности обучающегося в педагогическом процессе	Решение задач	
Тема 4.3 Методы воспитания и условия оптимального выбора	Решение задач	
Тема 4.4 Формы и средства воспитания	Решение задач Самостоятельная работа	

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

В процессе изучения дисциплины используются такие формы контрольных заданий, как письменная работа, ситуационных задач, доклада, сообщения, презентаций по темам лекционного материала и другие формы, предназначенные для определения качества освоения обучающимися учебного материала, направленные на измерение степени сформированности той или иной компетенции, как в целом, так и отдельных ее компонентов.

#### **Кейс-задача № 1.**

При получении темы «Воспитание под предводительством Е. Пугачева» учитель запланировал с учащимися посещение экспозиции краеведческого музея, посвященной данной теме. На экспозицию не пришли пять учеников класса, сказав, что они уже видели эту экспозицию. Однако, когда учитель задал в качестве домашнего задания сочинение «Восстание Е. Пугачева в истории нашего края» четверо из отсутствующих на экскурсии учеников не справились с заданием и получили неудовлетворительные оценки.

**Задание (укажите не менее двух вариантов ответов).**

В отличие от уроков, экскурсии ...

**Варианты ответов:**

- 1) не имеют строго ограничения во времени
- 2) могут проводиться не учителем
- 3) не предполагают последующего контроля изученного материала
- 4) являются методом воспитательной работы

**Задание (установите соответствие между пронумерованными объектами в формулировке задания и вариантами ответов).**

Установите соответствие между задачами экскурсии и их возможными формулировками:

- 1) образовательные задачи
- 2) воспитательные задачи
- 3) развивающие задачи

**Варианты ответов:**

- 1) познакомить учащихся с краеведческим материалом, связанным с крестьянскими восстаниями XVIII в.
- 2) привить уважение к историческому прошлому своего края
- 3) развить аналитические способности учащихся, научить выделять общее и особенное
- 4) сформировать умение действовать по образцу

**Задание (введите ответ в поле).**

Сочинение по результатам экскурсии относится к методам .

#### **Кейс-задача № 2**

Одной из глобальных тенденций развития современного образования является его непрерывность. Концепция непрерывного образования была выдвинута ЮНЕСКО в докладе «Учиться быть» в 1972 году. В ней заложена идея соединения в той или иной форме профессионального образования и повышения квалификации с общим образованием на разных уровнях. К основным целям непрерывного образования могут быть отнесены адаптация гражданина к меняющимся условиям его профессиональной деятельности и удовлетворение его индивидуальных потребностей. Одним из основателей теории непрерывного образования является чешский педагог Я. А. Коменский, который в XVII веке разработал систему образования, основанную на принципе природосообразности. В настоящее время цели и задачи непрерывного образования реализуются в разных формах организации обучения. Особая роль в реализации идеи непрерывного образования отводится высшим учебным заведениям, которым в рамках Болонского процесса рекомендуется интегрировать идеологию непрерывного образования в генеральные



стратегии и план развития.

Важную роль в реализации концепции непрерывного образования на современном этапе играет технология ...

1. Дистанционного обучения.
2. Репродуктивного обучения.
3. Игровой деятельности.
4. КТД (Коллективной творческой деятельности).

### **Кейс-задача № 3**

Одной из глобальных тенденций развития современного образования является его непрерывность. Концепция непрерывного образования была выдвинута ЮНЕСКО в докладе «Учиться быть» в 1972 году. В ней заложена идея соединения в той или иной форме профессионального образования и повышения квалификации с общим образованием на разных уровнях. К основными целями непрерывного образования могут быть отнесены адаптация гражданина к меняющимся условиям его профессиональной деятельности и удовлетворение его индивидуальных потребностей. Одним из основателей теории непрерывного образования является чешский педагог Я. А. Коменский, который в XVII веке разработал систему образования, основанную на принципе природосообразности. В настоящее время цели и задачи непрерывного образования реализуются в разных формах организации обучения. Особая роль в реализации идеи непрерывного образования отводится высшим учебным заведениям, которым в рамках Болонского процесса рекомендуется интегрировать идеологию непрерывного образования в генеральные стратегии и план развития.

К основным принципам непрерывного образования относятся принципы:

1. Учета особенностей структуры и содержания образовательных потребностей человека на различных стадиях его жизненного цикла.
2. Единства профессионального, общего и гуманитарного образования.
3. Наглядности
4. Сочетания единоначалия и коллегиальности в управлении

### **Кейс-задача № 4**

Одной из глобальных тенденций развития современного образования является его непрерывность. Концепция непрерывного образования была выдвинута ЮНЕСКО в докладе «Учиться быть» в 1972 году. В ней заложена идея соединения в той или иной форме профессионального образования и повышения квалификации с общим образованием на разных уровнях. К основными целями непрерывного образования могут быть отнесены адаптация гражданина к меняющимся условиям его профессиональной деятельности и удовлетворение его индивидуальных потребностей. Одним из основателей теории непрерывного образования является чешский педагог Я. А. Коменский, который в XVII веке разработал систему образования, основанную на принципе природосообразности. В настоящее время цели и задачи непрерывного образования реализуются в разных формах организации обучения. Особая роль в реализации идеи непрерывного образования отводится высшим учебным заведениям, которым в рамках Болонского процесса рекомендуется интегрировать идеологию непрерывного образования в генеральные стратегии и план развития.

Установите хронологическую последовательность видов школ, включенных Я. А. Коменским в систему непрерывного образования:

1. Материнская школа 1
2. Школа родного языка 2
3. Латинская школа 3

4. Академия

**Примерная тематика реферативных работ**

1. «Педагогика для всех» С.Л.Соловейчика.
2. «Педагогические инварианты» С.Френе.
3. Взгляды К.Н.Вентцеля как сторонника свободного воспитания.
4. Гуманистическая педагогика Ж.-Ж.Руссо.
5. Дошкольная педагогика и семейное воспитание П.Ф.Каптерева.
6. Идея общечеловеческого воспитания Н.И.Пирогова.
7. Концепция личностно-ориентированного образования В.В.Серикова.
8. Концепция личностно-ориентированного обучения И.С.Якиманской.
9. Концепция свободного воспитания М.Монтессори.
10. Личностно-ориентированная дидактика В.А.Петровского.
11. Педагогика сотрудничества Ш.А.Амонашвили.
12. Педагогическая система К.Д.Ушинского.
13. Педагогические взгляды А.С.Макаренко.
14. Педагогические взгляды В.А.Сухомлинского.
15. Педагогические взгляды К.Роджерса.
16. Педагогические взгляды П.Ф.Лесгафта.
17. Педагогические идеи Л.С.Выготского.
18. Принцип человекообразности образования А.В. Хуторского.
19. Принципы обучения Л.Н.Толстого.
20. Теория непрерывного образования А.М.Новикова.

**Примерные варианты тестовых заданий**

**Вариант**

1. Педагогический такт - это:
  - а) форма реализации педагогической морали в деятельности учителя, в которой мысли и действия совпадают;
  - б) внешнее выражение внутреннего состояния, побуждений, намерений.
2. Кто сказал, что ответственность привить нельзя, она воспитывается делами:
  - а) В.А.Сухомлинский;
  - б) Л.И.Новикова;
  - в) А.С.Макаренко
3. Какие задачи ставятся перед педагогической наукой?
  - а) исследование человеческой природы;
  - б) изучение проблем образования и обучения в современном мире;
  - в) познание законов воспитания, вооружения педагогов-практиков знанием теории учебно-воспитательного процесса;
  - г) изучение воспитания как фактора духовного развития людей;
  - д) воспитание, обучение подрастающего поколения.
4. К методу педагогического исследования, который позволяет проверить эффективность выбранной технологии или методики, относится:
  - а) психолого-педагогическое наблюдение;
  - б) анкетирование;
  - в) педагогическое тестирование;
  - г) педагогический эксперимент;
  - д) методы математической обработки.
5. Развитие - это:

- а) подготовка к выбору профессии;
- б) увеличение роста и массы тела ребенка;
- в) стихийный процесс, независимый от воли человека;
- г) приспособление к условиям жизни;
- д) количественные и качественные изменения в организме человека.

6. Система образования представляет собой:

а) совокупность взаимодействующих преемственных образовательных программ и государственных образовательных стандартов, сеть реализующих их образовательных учреждений, органов управления образованием;

- б) сеть учебных заведений различного типа и уровня;
- в) образовательное пространство, находящееся под централизованным управлением;
- г) формирование знаний, умений и навыков у подрастающего поколения;
- д) обучение и воспитание человека.

7. Освоение в учебном заведении выбранной профессии и адаптации педагога к педагогической деятельности относятся к этапам профессионального становления, которые характеризуются как фазы...

- а) мастерства;
- б) адепта;
- в) адаптации
- г) наставничества

8. Установите соответствие между понятиями и их определениями:

1. Педагогика      2. Объект педагогики      3. Предмет педагогики

а) Образование как реальный целостный педагогический процесс, целенаправленно организуемый в специальных социальных институтах.

б) Явления действительности, которые обуславливают развитие человеческого индивида в процессе целенаправленной деятельности общества.

в) Область человеческого знания, изучающая сущность, закономерности, тенденции и перспективы развития педагогического процесса.

### Вариант

1. К приемам воспитания относится...

- а) поощрение
- б) соревнование
- в) создание ситуации успеха
- д) беседа

2. Цель эстетического воспитания - это.

- а) воспитание рационально мыслящего человека
- б) формирование свободной личности
- в) духовное самосовершенствование
- г) формирование духовных потребностей
- д) формирование эстетической культуры

3. Что означает термин «технология»?

- а) «технос» - прогресс;
- б) «техне» - искусство, «логос» - учение;
- в) «техникос» - высокая техника;
- г) «технология» - образование.

4. Поощрение - это:

- а) эмоционально-словесное воздействие на воспитанников

- б) неодобрение и отрицательная оценка действий и поступков личности
  - в) привлечение воспитанников к выработке правильных оценок и суждений
  - г) способ педагогического воздействия на воспитанника с целью стимулирования положительного поведения
  - д) яркое, эмоциональное изложение конкретных фактов и событий
5. Массовую разработку и внедрение педагогических технологий относят к середине ... годов прошлого века:
- а) 40-ых;
  - б) 50-ых;
  - в) 70-ых;
  - г) 80-ых
6. Осмысленная педагогическая ситуация с привнесенной в нее целью - это:
- а) педагогическое общение;
  - б) педагогическая задача;
  - в) педагогическое взаимодействие;
  - г) нет правильного ответа;
  - д) все ответы правильные
7. На каком этапе технологии решения педагогических задач происходит осуществление педагогического целеполагания решения задачи; диагностика индивидуального или группового поступка, личности и коллектива?
- а) на аналитическом этапе;
  - б) на процессуальном этапе;
  - в) на прогностическом этапе;
  - г) на рефлексивном этапе
8. На основе активизации и интенсификации деятельности можно выделить следующие технологии:
- а) технологии саморазвития;
  - б) технологии программированного обучения;
  - в) гуманистические технология

### **Оценочные задания для устного и письменного опроса**

#### **Введение в педагогическую деятельность**

Тема Общая характеристика педагогической профессии и педагогической деятельности.

1. Как вы понимаете гуманистический характер педагогической деятельности вообще и в современных условиях?
2. Обоснуйте вашу точку зрения на творческий характер педагогической деятельности, на границы творчества учителя, если они, по вашему, существуют, и значение творчества в учительском труде. Приведите примеры творчества школьных учителей.

Тема Профессиональная педагогическая деятельность.

1. Раскройте содержание социальной и профессиональной позиции педагога в его профессиональной деятельности.
  2. Как вы понимаете выражение «Любовь к детям и способность отдать им свое сердце?»
- Тема Профессионально-личностное становление и развитие педагога.
1. Что вы понимаете под общей культурой педагога?
  2. Могут ли отличные оценки за вузовские экзамены служить гарантией высокой профессиональной компетенции педагога?

## **Раздел 1: Педагогика как наука**

### **Вариант 1.**

1. Дайте определение объекта и предмета педагогики.
2. Дайте определение воспитания как педагогического процесса
3. Является ли цель образования элементом педагогической системы?

### **Вариант 2**

1. В чем заключаются функции педагогики?
2. Дайте определение понятию образование как педагогическому процессу.
3. Какой подход - функциональный или гуманистический Вы считаете оптимальным при обращении к термину «социализация»? Почему?

### **Вариант 3**

1. Опишите методы педагогического исследования.
2. Дайте определение понятию обучение как педагогического процесса.
3. Какой из философских «метапринципов» образования (антропологический, аксиологический, культурологический, гуманистический, синергетический, герменевтический) является оптимальным с Вашей точки зрения для построения методологии педагогики? Корректен ли такой вопрос?

### **Вариант 4**

1. Существуют ли различия между фундаментальными и прикладными исследованиями? Чем они обусловлены?
2. Что такое педагогическая система?
3. Допустимо ли на Ваш взгляд трактовать воспитание как средовой фактор формирования личности? Почему?

## **Раздел 2: Основы дидактики**

### **Вариант 1**

1. Обучение как способ организации педагогического процесс
2. Характеристика наглядных методов обучения.

### **Вариант 2**

1. Функции и движущие силы процесса об учения.
2. Характеристика практических методов обучения

### **Вариант 3**

1. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения
2. Понятие о формах организации обучения, их классификации.

### **Вариант 4**

1. Логика процесса обучения и структура усвоения.
2. История возникновения классно-урочной системы обучения.

### **Вариант 5**

1. Виды обучения и их характеристика.
2. Урок -основная форма обучения в современной школе.

### **Вариант 6**

1. Дидактические принципы обучения.
2. Структура урока. Его основные компоненты и их характеристика.

### **Вариант 7**

1. Понятие и структура метода обучения.
2. Требования к современному уроку.

### **Вариант 8**

1. Классификация методов обучения.
2. Неурочные формы обучения. Их дидактическая характеристика.

### **Вариант 9**

1. Характеристика словесных методов обучения.
2. Нетрадиционные уроки.

### **Вариант 10**

1. Инновационные процессы в образовании
2. Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) в учебном процессе.
3. Здоровьесберегающие технологии, используемые в современных школах.

### **Вариант 11**

1. Дистанционные технологии обучения.
2. Технологии проектного обучения.
3. Личностно-ориентированный подход и педагогика сотрудничества.

## **Раздел 3: Теория и практика воспитания**

### **Вариант 1.**

1. Воспитание как культурно-исторический феномен.
2. Функции классного руководителя.
3. Приемы воспитания.
4. Развитие самоуправления в детском коллективе.

### **Вариант 2.**

1. Воспитание - категория педагогической науки.
2. Классификация и характеристика методов воспитания.
3. Направления деятельности классного руководителя.
4. Методы формирования коллектива.

## **Раздел 4: Воспитательная деятельность педагога**

### **Вариант 1**

1. Нарушения соматического, психического, речевого и сенсорного развития детей.
2. Девиантное поведение детей. Профилактика, диагностика, коррекция недостатков личностного развития детей.
3. Признаки одаренности. Факторы, влияющие на развитие одаренности.

### **Вариант 2**

1. Особенности педагогической деятельности. Понятие педагогического общения.
2. Стили общения и взаимодействия педагога с детьми. Типы взаимоотношений педагога и

ученика.

### **Критерии оценивания:**

При оценивании практической и самостоятельной работы обучающегося учитывается следующее:

- качество выполнения практической части работы;
- качество оформления отчета о работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы;
- качество ответов на вопросы, обсуждаемые на семинаре.

Оценка производится по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно обосновывает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но допускает неточности в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Выполнение задания в тестовой форме оценивается по пятибалльной шкале следующим образом:

Оценка «5» соответствует 85%-100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 70%-84,9% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 50%-69,9% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0%-49,9% правильных ответов.

## **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного экзамена. Устный экзамен проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном экзамене в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На экзамене обучающемуся предлагается устно ответить на два теоретических и один практический вопрос по пройденному материалу. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине «Педагогика» путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

**Теоретические вопросы для подготовки к экзамену.**

1. Общие положения ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" № 273-ФЗ
2. Общая характеристика системы образования в РФ
3. Структура системы образования в России
4. Типы образовательных организаций
5. Федеральные государственные образовательные стандарты и образовательные программы
6. Понятие целостного педагогического процесса
7. Закономерности и принципы целостного педагогического процесса
8. Носители содержания целостного педагогического процесса
9. Классификация педагогических технологий
10. Сущность и методологические принципы интерактивного обучения
11. Функции преподавателя в интерактивном обучении
12. Модерация как сопровождение коллективной познавательной деятельности
13. Имитационные и неимитационные активные методы обучения
14. Технологии обучения на основе учебных деловых игр
15. Происхождение, сущность, специфика, цели педагогической деятельности
16. Структура педагогической деятельности учителя
17. Функциональные компоненты педагогической деятельности по Н.В. Кузьминой
18. Педагогические умения по А.К. Марковой
19. Профессионально обусловленные требования к личности педагога
20. Педагогическое общение
21. Стили педагогического руководства
22. Профессиональное самовоспитание учителя
23. Педагогическое творчество и мастерство
24. Развитие личности учителя в системе педагогического образования
25. Воспитательная система школы
26. Учение как познавательная деятельность школьника
27. Формирование самостоятельности учащихся в процессе обучения
28. Принципы обучения (дидактические принципы)
29. Характеристики основных концепций развивающего обучения
30. Методы обучения
31. Средства целостного педагогического процесса
32. Формы организации обучения
33. Урок как основная форма организации обучения
34. Дидактические основы уроков различных типов
35. Этапы урока и содержание деятельности учителя
36. Домашняя учебная работа учащихся
37. Контроль в процессе обучения
38. Процесс проверки и оценки результатов обучения
39. Формы и методы проверки и оценки результатов обучения
40. Развитие оценочной системы обучения. ЕГЭ.
41. Воспитательный процесс и его функции
42. Личность в концепции гуманистического воспитания
43. Современные концепции воспитания
44. Классификация принципов воспитания
45. Виды воспитания
46. Направления воспитания
47. Методы воспитания и их классификация
48. Методы формирования сознания личности обучающихся



49. Методы организации деятельности воспитанников
50. Методы стимулирования деятельности воспитанников
51. Методы контроля, самоконтроля и самооценки в воспитании
52. Формы воспитания
53. Сущность трудновоспитуемости и её классификации
54. Характеристика трудновоспитуемых детей
55. Группы детей с ограниченными возможностями здоровья
56. Психолого-педагогические основы семейного воспитания
57. Типы учителей
58. Формы и методы работы учителя, классного руководителя с родителями учащихся
59. Особенности педагогического коллектива
60. Воспитательные функции детского коллектива

### **Критерии оценивания:**

Каждый вопрос экзамена в устной форме оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

**ОП 06 ПСИХОЛОГИЯ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочные средства учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 06 ПСИХОЛОГИЯ

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.****Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.1. Особенности психологии как науки	Устный опрос № 1.	Экзамен
Тема 2.1. Психология личности	Устный опрос № 2. Тестирование № 1.	
Тема 2.2. Индивидуально-типологические свойства человека	Устный опрос № 3. Тестирование № 2., № 4	
Тема 2.3. Закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса	Устный опрос № 4. Тестирование № 3., № 4	
Тема 2.4. Основы психологии творчества	Устный опрос № 5.	
Тема 3.1. Закономерности возрастного развития	Устный опрос № 6	
Тема 3.2. Психологическое значение возрастно-половых факторов в ФК и спорте	Устный опрос № 7.	
Тема 4.1. Роль общения в психическом развитии человека	Устный опрос № 8.	
Тема 4.2. Особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте	Устный опрос № 9	

Тема 4.3.	Контрольная работа № 3.	
Психологические основы предупреждения и коррекции социальной и школьной дезадаптации	Тестирование № 5	
Тема 5.1. Механизм развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности	Устный опрос № 10. Защита реферата Тестирование № 4.	
Тема 5.2. Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды)	Устный опрос № 11. Контрольная работа № 2.	
Тема 5.3. Основы психологии тренировочного процесса	Устный опрос № 12. Тестирование № 6., 8	
Тема 5.4. Основы психодиагностики в ФКиС	Контрольная работа № 1. Тестирование № 7.	

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

#### **Контрольная работа № 1: «Психологические основы предупреждения и коррекции социальной и школьной дезадаптации»**

Контрольная работа заключается в написании ответов на следующие вопросы:

1. Понятие о социальной и школьной дезадаптации.
2. Основные причины социальной и школьной дезадаптации.
3. Девиантное поведение.
4. Классификация девиантного поведения.
5. Причины девиантного поведения.
6. Причины социальной и школьной дезадаптации.
7. Виды девиантного поведения.
8. Признаки девиантного поведения.
9. Коррекция девиантного поведения.
10. Примеры девиантного поведения.
11. Психологические особенности подросткового возраста.
12. Профилактика девиантного поведения.
13. Агрессия и агрессивность личности.

#### **Критерии оценки:**

Отлично - студент

- Ответил правильно и полно на все поставленные в контрольной работе вопросы.
- Умеет излагать свои мысли.
- Отсутствие речевых и грамматических ошибок.

Хорошо - студент

- Ответил правильно и полно от 70% до 90% поставленных в контрольной работе вопросов.

- Не достаточно умеет излагать свои мысли.
- Присутствуют 2 речевых и 4-6 грамматических ошибок.

Удовлетворительно - студент

- Ответил правильно от 35% до 65% поставленных в контрольной работе вопросов.
- Частично умеет излагать свои мысли.
- Присутствуют 3 речевых и 6-8 грамматических ошибок.

Неудовлетворительно - студент

- Ответил правильно менее чем на 35% поставленных в контрольной работе вопросов.
- Не умеет излагать свои мысли.
- Присутствуют более 3 речевых и более 8 грамматических ошибок.

## **Контрольная работа № 2. «Анализ индивидуально-психологических особенностей спортсменов в избранном виде спорта»**

Контрольная работа заключается в анализе индивидуально-психологических особенностей занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью.

**Показатели оценки результатов обучения.** Применяет средства диагностики психологических параметров деятельности спортсмена, индивидуальных и типологических особенностей обучающихся.

Анализирует результаты диагностических процедур по определению индивидуальных и типологических особенностей обучающихся.

В качестве цели данной работы выступает выработка умения использовать диагностические процедуры.

Работа выполняется в виде табличного и письменного отчёта, с практическими рекомендациями.

Учащемуся предлагается выступит в качестве эксперта, внешнего наблюдателя и диагноста индивидуально-типологических особенностей спортсмена и психологических характеристик тренировочного и соревновательного процессов в избранном виде спорта.

В качестве объектов исследования выступают спортсмены или непосредственно задействованные в учебно-тренировочном и соревновательном процессах по избранному виду спорта.

В качестве основных методов исследования психологических явлений студентам предлагается на выбор, исходя из особенностей вида спорта и индивидуальной заинтересованности, анкетирование или психологическое тестирование. При этом анкеты предлагается разработать самостоятельно. В качестве психологических тестов спортсменам предлагается использовать общепринятые, валидные методики такие как:

- тест Айзенка по определению типа темперамента;
- тест Шмишека или Леонгарда по определению акцентуаций характера;
- методика по определению эмоционального состояния спортсмена;
- методика определения мотивации достижения успеха;
- методика определения мотивации избегания неудачи;
- социометрия по определению внутригрупповых взаимосвязей;
- тест по определению психической устойчивости и другие.

При этом студент имеет право использовать тесты и методики исходя из собственных интересов, после предварительного обсуждения с ведущим преподавателем.

Учащийся в ходе работы собирает экспериментальные данные при минимальном численном составе исследуемых 5 человек.



Основные этапы работы:

1. Первичный сбор исследовательских данных.
2. Обработка полученных первичных исследовательских данных с помощью методов математической статистики, в качестве минимально требования здесь выступает определение средних значений в группе исследуемых и стандартное отклонение данных показателей. Использование дополнительных методов таких как определение достоверности различий или корреляций между показателями, положительно учитывается при выставлении окончательной оценка за данный раздел работы.
3. Интерпретация полученных данных на основе интерпретаций, предложенных в конкретных тестовых методиках.
4. Практические рекомендации спортсменам и тренерам по результатам тестирования.

**Итоговая оценка** за данный раздел работы выставляется исходя из следующих показателей и их критериев:

Полнота проведённого исследовательского эксперимента.

0 баллов - эксперимент не проведён или проведён с нарушениями (недостаточность выборки, несоответствие методики возрасту испытуемых).

1 балл - эксперимент проведён в полном объёме без грубых нарушений.

2 балла - эксперимент проведён в полном объёме на репрезентативные выборки испытуемых.

Корректность математической обработки данных.

0 баллов - математическая обработка данных не проведена.

1 балл - проведена минимально необходимая обработка данных, определены средние значения и стандартное отклонение.

2 балла - проведена полноценная обработка данных с помощью методов математической статистики.

Корректность интерпретации полученных результатов.

0 баллов - интерпретация результатов отсутствует.

1 балл - результаты интерпретируются в соответствии описательными характеристиками использованной методики.

2 балла - проведена полноценная интерпретация данных на основе всестороннего и системного анализа результатов диагностики.

Представление полученного материала.

0 баллов - отсутствует табличное и графическое представление полученных данных.

1 балл - присутствует только табличное или графическое представление данных.

2 балла - в работе представлены рисунки и таблицы соответствующие полученным данным исследования.

Практические рекомендации:

0 баллов - практические рекомендации отсутствуют.

1 балл - в работе есть практические рекомендации, но они носят обобщённый характер.

2 балла - в работе представлены практические рекомендации, которые носят конкретизированный характер.

Из полученной суммы баллов высчитывается среднее значение, которое и отражает итоговый балл за выполненную работу.

### **Контрольная работа № 3: «Анализ спортивной карьеры»**

Работа заключается в самоанализе спортивной карьеры спортсмена.

**Показатель оценки результатов обучения** Анализирует психологические параметры учебно-тренировочной и соревновательной деятельности спортсмена.

Первый этап выполнения работы — это описание собственной спортивной карьеры в форме изложения. При описании захватывается весь период спортивной карьеры от начала занятий избранным видом спорта и спортивным отбором до настоящего времени или до окончания спортивной карьеры. При изложении особое внимание студента необходимо обратить на ключевые, поворотные моменты в его спортивной биографии, которые могли оказать существенное влияние на ход спортивной карьеры. Студент должен более подробно дать описание именно наиболее существенных ситуаций, с изложением того, кто или что, и каким образом повлияло на его спортивную деятельность.

Второй этап - анализ спортивной карьеры. Студенту предлагается провести анализ наиболее существенных (кризисных) моментов в его спортивной карьере. При анализе рассматриваются: специфика ситуации, основные действующие лица, действия (поступки) участников ситуации, последствия этих действий, переживания и мысли самого спортсмена по поводу произошедшего.

Третий этап. Интерпретация последствий. Студенту необходимо дать собственную оценку произошедшего, определить какой опыт он приобрёл по результатам данной ситуации.

Критериями оценки является:

1. Полнота изложения материала (т.е. дано полное описание всего срока спортивной карьеры).
2. Умение и способность определения «переломных» моментов и их последствий.
3. Способность к психологическому анализу критической ситуации.
4. Способность к критическому анализу собственных действий и их последствий.
5. Умение интерпретировать ситуацию через призму различных психологических теорий.

За каждый выполненный критерий студент зарабатывает один балл.

### **Контрольная работа № 3: Психологические основы предупреждения и коррекции социальной и школьной дезадаптации, девиантное поведение.**

Работа заключается в изучении опыта коррекционной деятельности тренера-преподавателя или любого действующего педагога.

#### **Показатель оценки результатов обучения**

Первый этап выполнения работы - это описание изученного опыта коррекционной деятельности тренера-преподавателя или любого действующего педагога. Описание осуществляется по следующей схеме: Пример педагога. Принципы коррекции и предупреждения отклонений в поведении. Методы и формы коррекции и профилактики девиантного поведения в структуре спортивной деятельности.

Второй этап - анализ изученного опыта коррекционной деятельности тренера-преподавателя или любого действующего педагога.

Третий этап. Интерпретация изученного опыта. Студенту необходимо дать собственную оценку деятельности педагога, по предупреждению и коррекции социальной и спортивной дезадаптации, осуществляемую им в рассматриваемом спортивном коллективе. Поделиться какой опыт он приобрёл

по результатам данной работы.

**Критериями оценки** является:

1. Полнота изложения материала (т.е. дано полное описание примера (поведения) педагога. Принципов коррекции и предупреждения отклонений в поведении воспитанников. Методов и форм коррекции и профилактики девиантного поведения в структуре спортивной деятельности.).

2. Умение и способность определения «переломных» моментов и их последствий.

3. Способность к психологическому анализу рассматриваемых ситуаций.

4. Способность к критическому анализу педагогических ситуаций.

5. Умение интерпретировать ситуации через призму различных психологических теорий.

За каждый выполненный критерий студент зарабатывает один балл.

#### **Устный опрос № 1. Особенности психологии как науки**

- психология как наука
- истоки зарождения психологии
- основные этапы становления психологии как науки
- отрасли психологии
- принципы психологии
- классификация методов психологии
- методы исследования в психологии
- разновидности опроса
- разновидности наблюдения
- разновидности тестирования
- разновидности эксперимента
- методы психологической помощи

#### **Устный опрос № 2. Психология личности**

- личность, индивид, индивидуальность (понятия, отличительные особенности)
- зарубежные теории личности
- отечественные теории личности

#### **Устный опрос № 3. Индивидуально-типологические свойства человека**

- психические свойства личности: мотивация (понятие, структура, теории, классификация)
- психические свойства личности: способности (понятие, классификация, уровни, критерии)
- психические свойства личности: воля (понятие, структура волевых процессов, волевые свойства)
- психические свойства личности: темперамент (понятие, типология, свойства)
- психические свойства личности: характер (понятие, классификация, функции, свойства)
- психические состояния личности: эмоции (понятие, виды, свойства, функции, особенности)
- психические состояния личности: чувства (понятие, классификация, особенности)

#### **Устный опрос № 4. Закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса**

- познавательные процессы личности: ощущения (понятие, виды, закономерности)
- познавательные процессы личности: восприятие (понятие, виды, функции и свойства)

- познавательные процессы личности: внимание (понятие, виды, свойства, функции)
- познавательные процессы личности: Память (понятие, виды, закономерности, функции)
- познавательные процессы личности: мышление (понятие, виды, функции, мыслительные операции)
- познавательные процессы личности: воображение (понятие, виды, функции, приёмы воображения)

#### **Устный опрос № 5. Основы психологии творчества**

- понятие творчества
- теории творчества
- виды творчества
- творческий процесс
- воображение и творчество

#### **Устный опрос № 6. Закономерности возрастного развития**

- возрастная периодизация
- факторы психического развития
- социальные институты и их роль в психическом развитии личности
- возрастные психологические кризисы и их значение для развития личности
- цели и предмет психологии образования
- субъекты образовательного процесса и их психологические характеристики
- психологическая структура образовательной деятельности

#### **Устный опрос № 7. Психологическое значение возрастно-половых факторов в ФК спорте**

- психологические особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью различных возрастов
- психологические особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью разного пола
- индивидуально-типологические особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью и их учёт при организации занятий

#### **Устный опрос № 8. Роль общения в психическом развитии человека**

- психологические особенности общения в дошкольном возрасте
- психологические особенности общения в школьном коллективе
- социометрия как средство диагностики особенностей общения в школьном коллективе

#### **Устный опрос № 9. Особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте**

- структура детского коллектива
- спортивный коллектив как малая группа
- психологические особенности спортивного коллектива
- структура спортивного коллектива

- структура руководства спортивного коллектива
- структура лидерства в спортивной команде
- групповая динамика в спортивном коллективе
- формирование психологического климата в спортивном коллективе
- психологическая совместимость в спортивной команде и спортивных парах

**Устный опрос № 10. Механизм развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности**

- мотивация занятий физической культурой
- мотивация занятий спортом
- средства и методы формирования и поддержания положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом

**Устный опрос № 11. Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды)**

- общая психологическая подготовка спортсмена

- специальная психологическая подготовка спортсмена
- подготовка спортсмена к конкретным соревнованиям
- психологическое сопровождение в ходе соревнований
- психическая готовность спортсмена к соревнованиям

### Устный опрос № 12. Основы психологии тренировочного процесса

- психологические особенности тренировочного процесса
- психологическая структура тренировочной деятельности
- цель и задачи тренировочной деятельности

### Тестирование № 1: Психология личности

1.	Личность это -
А	Своеобразие и уникальность индивида
Б	Сознательный индивид, занимающий определённое положение в обществе и выполняющий определённую социальную роль
В	Биологическое существо, с врождёнными задатками к общению

2.	Индивидуальность это -
А	Личность в её своеобразии и уникальности
Б	Сознательный индивид, занимающий определённое положение в обществе и выполняющий определённую социальную роль
В	Биологическое существо, с врождёнными задатками к общению

3.	По теории Леонтьева А.Н.
А	Структура личности раскрывается им через понятие мотива и деятельности
Б	Личность как целое, выражается через триединство: чего хочет человек (потребности, установки), что может (способности, дарования), что есть он сам (потребности и мотивы, закреплённые в характере)
В	Главная идея состояла в утверждении положения о развитии высших психических функций. Они формируются у ребенка в процессе онтогенетического развития в общении со взрослым.

4.	По теории С.Л. Рубинштейна
А	Структура личности раскрывается им через понятие мотива и деятельности
Б	Личность как целое, выражается через триединство: чего хочет человек (потребности, установки), что может (способности, дарования), что есть он сам (потребности и мотивы, закреплённые в характере)
В	Главная идея состояла в утверждении положения о развитии высших психических функций. Они формируются у ребенка в процессе онтогенетического развития в общении со взрослым.

5.	По теории Выготского Л.С.
А	Структура личности раскрывается им через понятие мотива и деятельности

Б	Личность как целое, выражается через триединство: чего хочет человек (потребности, установки), что может (способности, дарования), что есть он сам (потребности и мотивы, закрепленные в характере)
---	---

В	Главная идея состояла в утверждении положения о развитии высших психических функций. Они формируются у ребенка в процессе онтогенетического развития в общении со взрослым.
---	---

Правильные ответы: вопрос 1 - б; вопрос 2 - а; вопрос 3 - а; вопрос 4 - б; вопрос 5 - в.

За каждый правильный ответ учащемуся зачисляется один, и в соответствии с набранными баллами выставляется итоговая оценка.

### Тестирование № 2: Индивидуально-типологические свойства человека

1.	К познавательным, психическим процессам личности относятся -
А	Темперамент, характер и воля
Б	Эмоции, чувства и мотивация
В	Ощущения, восприятие, память и мышление

2.	К свойствам личности относятся -
А	Внимание и память
Б	Воля и характер
В	Эмоции и чувства

3.	Психические состояния личности это -
А	Относительно устойчивые психические явления оказывающие непосредственное влияние на деятельность
Б	Кратковременные психические явления оказывающие опосредованное влияние на результаты деятельности
В	Самые устойчивые психические явления

4.	Ощущение это -
А	Познавательный психический процесс отражения свойств и явлений действительности в целом
Б	Познавательный психический процесс отражения отдельных свойств явлений действительности
В	Чувство чего-либо

5.	Восприятие это -
А	Познавательный психический процесс отражения свойств и явлений действительности в целом
Б	Познавательный психический процесс отражения отдельных свойств явлений действительности
В	Чувство чего-либо

Правильные ответы: вопрос 1 - в; вопрос 2 - б; вопрос 3 - а; вопрос 4 - б; вопрос 5 - а.

За каждый правильный ответ учащемуся зачисляется один, и в соответствии с набранными баллами выставляется итоговая оценка.

### Тестирование № 3: Закономерности психического развития человека как субъекта



**образовательного процесса**

1.	Внимание это -
А	Познавательный психический процесс отражения свойств и явлений действительности

Б	Восприятие происходящего
В	Сосредоточенность сознания на чём-либо.

2.	Память это -
А	Запоминание информации
Б	Познавательный процесс отражения отношения к явлениям действительности
В	Психофизиологический, культурный процесс запоминания, сохранения и воспроизведения того что человек переживал, воспринимал или делал

3.	Мышление это -
А	Познавательный процесс отражения отношения к явлениям действительности
Б	Познавательный психический процесс отражения отдельных свойств явлений действительности
В	Высший познавательный процесс обобщённого отражения действительности, процесс отражения связей и отношений между предметами и явлениями действительности

4.	Воображение это -
А	Образ предметов или явлений, не воздействующих непосредственно в данный момент на органы чувств
Б	Познавательный психический процесс отражения и создания новых образов предметов и явлений на основе старых, имеющихся в памяти субъекта
В	Познавательный психический процесс отражения отдельных свойств явлений действительности

5.	Эмоции это -
А	Особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного и неприятного, отношения человека к миру и людям, процессам и результатам его деятельности
Б	Относительно устойчивое отношение человека к значимым для него аспектам действительности
В	Познавательный процесс отражения отношения к явлениям действительности

Правильные ответы: вопрос 1 - в; вопрос 2 - в; вопрос 3 - в; вопрос 4 - б; вопрос 5 - а.

За каждый правильный ответ учащемуся зачисляется один, и в соответствии с набранными баллами выставляется итоговая оценка.

#### **Тестирование № 4: Индивидуально-типологические свойства человека. Закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса**

1.	Мотив это -
А	Интерес к чему-либо
Б	Осознанные побуждения к определенной деятельности и поведению, это то, почему человек хочет чего-либо. Неосознанная биологическая потребность

2.	Способности это -
А	Умение выполнять действия

Б	То, что не сводится к знаниям, умениям, и навыкам, но объясняет их быстрое приобретение, закрепление и эффективное использование на практике
В	Знание информации об окружающем мире

3.	Темперамент это -
А	Наиболее устойчивая, врождённая характеристика личности определяющая динамические особенности психики
Б	Устойчивая характеристика личности определяющая отношение человека к чему-либо
В	Психологический нрав человека

4.	Характер это -
А	Волевое свойство личности
Б	Наиболее устойчивая, врождённая характеристика личности определяющая динамические особенности психики
В	Устойчивая характеристика личности определяющее отношение человека к людям, деятельности, окружающему миру

5.	Воля это -
А	Сознательная регуляция человеком своих действий и поступков, требующая преодоления внутренних и внешних препятствий
Б	Совокупность устойчивых черт личности, определяющих отношение человека к людям, к выполняемой работе
В	Наиболее устойчивая, врождённая характеристика личности определяющая динамические особенности психики

Правильные ответы: вопрос 1 - б; вопрос 2 - б; вопрос 3 - а; вопрос 4 - в; вопрос 5 - а.

За каждый правильный ответ учащемуся зачисляется один, и в соответствии с набранными баллами выставляется итоговая оценка.

### Тестирование № 5: Психологические основы предупреждения и коррекции социальной и школьной

1.	Причиной школьной и социальной дезадаптации ребёнка может быть
А	Социальная и педагогическая запущенность ребёнка
Б	Отсутствие навыков обучения у ребёнка
В	Плохое поведение ребёнка

2.	Причиной девиантного поведения может выступать
А	Социальная запущенность в воспитании ребёнка
Б	Отсутствие мотивации к обучению у ребёнка
В	Отсутствие соответствующего образования у ребёнка

3.	Школьная дезадаптация - это
А	Образование неадекватных механизмов приспособления ребёнка к школе

Б	Процесс адаптации психики ребёнка к требованиям школы
В	Неспособность к обучению

4.	Социальная дезадаптация - это
----	-------------------------------

А	Процесс адаптации к обучению в школе
Б	Утрата способности адаптироваться к социальным условиям
В	Неумение устанавливать социальные контакты

5.	Девиянтное поведение - это
А	Отсутствие навыков общения со сверстниками
Б	Агрессивное поведение
В	Поведение противоречащее установленным в обществе моральным и правовым нормам

Правильные ответы: вопрос 1 - а; вопрос 2 - а; вопрос 3 - а; вопрос 4 - б; вопрос 5 - в.

За каждый правильный ответ учащемуся зачисляется один, и в соответствии с набранными баллами выставляется итоговая оценка.

### Тестирование № 6: Основы психологии тренировочного процесса

1.	Предметом психологии ФК и С является -
А	Психические свойства личности человека
Б	Психика человека, занимающегося ФК и С
В	Психические явления в спорте

2.	Основным признаком и целью спорта является -
А	Спортивное соревнование и ориентация на высшие спортивные достижения
Б	Долгосрочный тренировочный процесс подготовки к выступлениям на соревнованиях
В	Наличие мотивов самосовершенствования и укрепления здоровья

3.	Главной целью физического воспитания является -
А	Участие в спортивных соревнованиях и ориентация на высшие спортивные достижения
Б	Формирование знаний, умений и навыков в избранном виде спорта.
В	Обеспечение физического и психического, гармонического физического и духовного развития, профессионально-прикладной подготовленности к труду, создание потребности в занятиях физической культурой.

4.	Коммуникативный компонент деятельности преподавателя физической культуры и тренера - это
А	Способность устанавливать эффективные взаимоотношения с субъектами физкультурно-спортивной деятельности
Б	Способность к составлению программ, планов, к отбору и прогнозированию.
В	Организация занимающихся в различных видах физкультурно-спортивной

5.	Демократический стиль руководства спортивной командой характеризуется
А	Жёстким руководством со стороны тренера
Б	Согласование и сотрудничество между тренером и спортсменом.

В	Отсутствием вмешательства в деятельность спортсмена.
---	--

Правильные ответы: вопрос 1 - б; вопрос 2 - а; вопрос 3 - в; вопрос 4 - а; вопрос 5 - б.

За каждый правильный ответ учащемуся зачисляется один, и в соответствии с набранными баллами выставляется итоговая оценка.

### Тестирование № 7: Основы психодиагностики в ФК и С

1.	Спортивная психодиагностика это -
А	Это наука определения индивидуальных различий занимающихся

Б	область психологической науки, разрабатывающая теорию, принципы и инструменты оценки и измерения индивидуально-психологических особенностей личности
В	Это практическая область знаний о психике спортсмена

2.	Спортивная психодиагностика используется
А	для решения ряда задач, связанных со спортивным отбором, для индивидуализации психологической подготовки спортсмена
Б	Для исследования личности спортсмена
В	Для психологической помощи спортсмену в сложных жизненных ситуациях

3.	Одним из основных принципов спортивной психодиагностики является -
А	Широкое обсуждение полученных результатов
Б	Конфиденциальность полученных результатов
В	Открытость полученных результатов

4.	Одним из основных принципов спортивной психодиагностики является -
А	Непредвзятость и объективность со стороны диагноста
Б	Обеспечение равных условий для обследуемых
В	Широкая доступность исследуемого материала

5.	Одним из основных принципов спортивной психодиагностики является -
А	Использование как можно большего количества диагностических процедур
Б	Использование интересных для спортсмена тестов
В	Использование максимально качественного психодиагностического "инструментария"

Правильные ответы: вопрос 1 - б; вопрос 2 - а; вопрос 3 - б; вопрос 4 - а; вопрос 5 - в.

За каждый правильный ответ учащемуся зачисляется один, и в соответствии с набранными баллами выставляется итоговая оценка.

### Тестирование № 8: Психические состояния в физкультурно-спортивной деятельности

1.	Состояние стартовой лихорадки
А	Психофизиологическое состояние, мобилизующее дополнительные психические и физиологические резервы



Б	Характеризуется эмоциональной напряжённостью на грани психических возможностей, наблюдается избыточное возбуждение, суетливость, могут формироваться лихорадочные реакции; импульсивность, нетерпеливость, снижение самоконтроля, необдуманность действий спортсмена
---	--

В	наступает в случае психического перенапряжения и характеризуется запредельным торможением проявляться вялостью, слабостью, медлительностью, соответствующим нежеланием состязаться, отсутствием озабоченности и оптимизма, сопровождается ощущениями тяжести в ногах, блуждающими мыслями
---	---

2.	Состояние стартовой апатии
А	наступает в случае психического перенапряжения и характеризуется запредельным торможением проявляться вялостью, слабостью, медлительностью, соответствующим нежеланием состязаться, отсутствием озабоченности и оптимизма, сопровождается ощущениями тяжести в ногах, блуждающими мыслями
Б	Психофизиологическое состояние, мобилизующее дополнительные психические и физиологические резервы

В	эмоциональной напряжённостью на грани психических возможностей, наблюдается избыточное возбуждение, суетливость, могут формироваться лихорадочные реакции; импульсивность, нетерпеливость, снижение самоконтроля, необдуманность действий спортсмена
---	--

3.	Состояние боевой готовности
А	психическое состояние, возникающее у спортсмена в виде ответной реакции на однообразную и бедную впечатлениями деятельность, характеризующееся пониженной психической активностью
Б	Психофизиологическое состояние, мобилизующее дополнительные психические и физиологические резервы
В	функциональное состояние, возникающее в результате интенсивной или длительной тренировочной нагрузки и проявляется во временном нарушении ряда психических и физиологических функций спортсмена, снижении эффективности и качества спортивной деятельности

4.	Состояние монотонии - это
А	психическое состояние, возникающее у спортсмена в виде ответной реакции на однообразную и бедную впечатлениями деятельность, характеризующееся пониженной психической активностью
Б	психическое голодание, психическая недостаточность, потеря чего-либо, лишения из-за недостаточного удовлетворения основных психических потребностей, и в первую очередь, потребности в среде
В	функциональное состояние, возникающее в результате интенсивной или длительной тренировочной нагрузки и проявляется во временном нарушении ряда психических и физиологических функций спортсмена, снижении эффективности и качества спортивной деятельности

5.	Аутогенная тренировка основана на
А	Механизмах внушения

Б	Взаимосвязи мысленного представления движения и реального движения, что реализуется в идеомоторных актах
В	Механизмах самовнушения

Правильные ответы: вопрос 1 - б; вопрос 2 - а; вопрос 3 - б; вопрос 4 - а; вопрос 5 - в.

За каждый правильный ответ учащемуся зачисляется один, и в соответствии с набранными баллами выставляется итоговая оценка.

### Темы рефератов: Механизм развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности

- «Психологические основы физической подготовки
- «Психогигиена спорта»
- «Психическая надежность и отбор в спорте».

Структура реферата:

- 1) титульный лист;
- 2) план работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта);
- 3) введение;
- 4) текстовое изложение материала, разбитое на вопросы и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором;
- 5) заключение;
- 6) список использованной литературы;
- 7) приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Приложения располагаются последовательно, согласно заголовкам, отражающим их содержание.

### Критерии и показатели при оценивании реферата

Критерии	Показатели
1. Новизна реферативного текста	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).

4. Соблюдение требований к оформлению	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правильное оформление ссылок на используемую литературу;</li> <li>- грамотность и культура изложения;</li> <li>- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;</li> <li>- соблюдение требований к объему реферата;</li> <li>- культура оформления: выделение абзацев.</li> </ul>
5. Грамотность	<ul style="list-style-type: none"> <li>- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;</li> <li>- отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- литературный стиль.</li> </ul>

### Оценивание реферата:

**Оценка 5** ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

**Оценка 4** - основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

**Оценка 3** - имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод. **Оценка 2** - тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

**Оценка 1** - реферат студентом не представлен

## 4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного экзамена. Устный экзамен проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном экзамене в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный экзамен в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На экзамене обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса и выполнить практическое задание по пройденному материалу. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные

вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине Психология путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций

### **Список вопросов для подготовки к экзамену**

1. Предмет, принципы и особенности психологии как науки.
2. Методы исследования психологии.
3. Отрасли психологии и их связь с педагогической наукой.
4. Познавательная сфера личности: ощущения и восприятие.
5. Познавательная сфера личности: внимание.
6. Познавательная сфера личности: память.
  
7. Познавательная сфера личности: мышление.
8. Познавательная сфера личности: воображение.
9. Психические состояния личности: эмоции и чувства.
10. Мотивация, теории и концепции мотивации личности.
11. Воля и волевые свойства личности.
12. Способности и уровни развития способностей личности.
13. Темперамент, его типы и свойства.
14. Характер, структура и функции.
15. Индивидуально-типологические особенности личности, их учёт при организации образовательного процесса.
16. Личность, индивид, индивидуальность.
17. Теории личности.
18. Возрастная периодизация.
19. Учёт возрастных и половых особенностей, обучающихся при организации образовательного процесса.
20. Школьная и социальная дезадаптации, понятия и причины возникновения.
21. Девиантное поведение, понятие и причины возникновения.
22. Меры профилактики, предупреждения и способы коррекции дезадаптации и девиантного поведения.
23. Характеристика общения в дошкольном и школьном возрастах.
24. Групповые процессы и особенности группового поведения в школьном коллективе.
25. Психология творчества, понятие и особенности творчества.
26. Психологическая структура и содержание педагогической деятельности и факторы её определяющие.
27. Психологическая систематика и классификация видов спорта.
28. Отношения и общение в деятельности тренера и преподавателя.
29. Индивидуально-типологические особенности занимающихся физкультурно- спортивной деятельностью.
30. Учёт индивидуально-типологических особенностей, занимающихся в ходе спортивной ориентации и отборе.
31. Учёт возрастных особенностей психики занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью.

32. Учёт половых особенностей психики занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью.
33. Психологические особенности спортивных групп и коллективов: характеристика, структура, особенности.
34. Структура руководства и лидерства в спортивном коллективе
35. Стили руководства в спортивном коллективе.
36. Стадии формирования спортивного коллектива.
37. Средства и методы формирования и благоприятного психологического климата в спортивных командах.
38. Факторы повышения сплочённости спортивной команды.
39. Структура коммуникации и состав спортивных коллективов.
40. Групповая динамика в спортивной команде.
41. Психологическая совместимость в спортивной команде.
42. Мотивы занятий физической культурой и спортом.
43. Методы формирования и поддержания мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
44. Формирование личности в физкультурно-спортивной деятельности.
45. Классификация психологических состояний, возникающих в спортивной деятельности.
46. Структура психологического состояния.
47. Виды тренировочных психологических состояний.
48. Виды предстартовых психических состояний.
49. Виды соревновательных психических состояний.
50. Общая психологическая подготовка.
51. Психологическая подготовка к конкретному соревнованию.
52. Психологическое сопровождение спортсмена в ходе соревнований.
53. Психологические методы и средства восстановления работоспособности спортсмена.
54. Психологические особенности тренировочного процесса.
55. Психологические особенности соревновательного процесса.
56. Психологическая характеристика формирования двигательного навыка.
57. Психологическая основа тактических действий.
58. Психологическая основа обучения техники.
59. Психологические основы воспитания воли в физкультурно-спортивной деятельности.
60. Психодиагностика познавательной сферы спортсмена.
61. Психодиагностика психических состояний спортсмена.
62. Психодиагностика индивидуально-типологических, личностных свойств спортсмена.
63. Психодиагностика групповых процессов в спортивной команде.

### **Критерии оценивания:**

Каждый вопрос оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным

аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕИНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АКАДЕМИЯ ЛЕДОВЫХ ВИДОВ СПОРТА «ДИНАМО САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»

**ОП 07 ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**



## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочные средства учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# **1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОП 07 ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочные средства.

### ***Цель:***

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### ***Задачи:***

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППСЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

### **1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочные средства.**

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1. Конституция РФ - основной закон государства	Практическая работа №1. Конституция РФ	Дифференцированный зачет
Тема 2. Основы правового статуса человека и гражданина	Практическая работа №2. Права и свободы человека и гражданина	
Тема 3. Физическая культура спорт как объект государственного регулирования	Практическая работа №3. История физической культуры и спорта как объекта государственного регулирования	
Тема 4. Правовое регулирование социальных, трудовых и управленческих отношений в сфере спорта.	Практическая работа №4. Правового регулирования в сфере физической культуры и спорта (защита докладов).	
Тема 5. Правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта.	Практическая работа №5. Семинар «Правовое положение коммерческих и некоммерческих организаций в сфере физической культуры и спорта»	
Тема 6. Правовой статус основных субъектов физкультурно-спортивного движения в Российской Федерации. Социально- правовой статус педагога, преподавателя, тренера, организатора физической культуры и спорта	Практическая работа №6. Семинар «Правовой статус основных субъектов физкультурно- спортивного движения в российской федерации»	
Тема 7. Понятие трудового права, трудовые правоотношения, принципы трудового права.	Практическая работа №7. Решение ситуационных задач по Трудовому праву	
Тема 8. Трудовой договор, порядок его заключения и основания прекращения.	Практическая работа №8. Решение ситуационных задач с использованием Трудового кодекса РФ	
Тема 9. Правовое регулирование оплаты труда.	Практическая работа №9. Оплата труда (ситуационные задачи)	
Тема 10. Дисциплинарная и материальная	Практическая работа	

ответственность работников.	№10. Решение ситуационных задач по Трудовому праву (дисциплинарная и материальная ответственность)	
Тема 11. Административные правонарушения и административная ответственность.	№11. Решение ситуационных задач по административному праву	
Тема 12. Защита нарушенных прав и судебный порядок разрешения.	№12. Досудебный порядок урегулирования споров	

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ

#### Контрольная работа № 1 «Трудовое право»

##### Блок «А»

1. Труд — это:
  - а. один из видов общественных отношений;
  - б. сознательная целенаправленная деятельность по созданию материальных и духовных благ;
  - в. вид общения.
2. Трудовое отношение - это:
  - а. вид общественных отношений;
  - б. вид духовных отношений;
  - в. отношение, основанное на соглашении между работником и работодателем.
3. Что является источником трудового права:
  - а. ГК РФ;
  - б. ТК РФ;
  - в. УК РФ.
4. Коллективный договор заключается:
  - а. между работниками и работодателем;
  - б. между работниками и работодателями;
  - в. между работником и работодателем.
5. Соглашение заключается:
  - а. между работниками и работодателем;
  - б. между работниками и работодателями;
  - в. между работником и работодателем.
6. Трудовой договор заключается:
  - а. между работниками и работодателем;
  - б. между работниками и работодателями;
  - в. между работником и работодателем.
7. Трудовой договор заключается с:
  - а. 14;
  - б. 16;
  - в. 18.
8. С какого возраста можно быть работодателем:
  - а. 14;
  - б. 16;
  - в. 18.
9. Что относится к существенным условиям трудового договора:
  - а. время начала работы;
  - б. условие об испытании;
  - в. о неразглашении охраняемой законом тайны.
10. Трудовой договор заключается:
  - а. в письменной форме;
  - б. в устной форме;
  - в. в письменной нотариально заверенной.

11. Нормальная продолжительность рабочего времени не должна превышать:
  - а. 36ч;
  - б. 38ч;
  - в. 40ч.
12. Продолжительность рабочего дня, непосредственно предшествующему нерабочему праздничному дню, уменьшается:
  - а. на 1 час;
  - б. на 2 часа;
  - в. на 3 часа,
13. Сверхурочная работа:
  - а. работа в ночное время;
  - б. работа за пределами нормальной продолжительности рабочего времени.
  - в. работа в выходные и праздники.
14. Перерыв для отдыха и питания не может быть менее:
  - а. 30 мин;
  - б. 1 часа;
  - в. 2 часов.
15. Ежедневный непрерывный отдых не может быть менее:
  - а. 40 ч;
  - б. 42ч;
  - в. 48ч.
16. Минимальная продолжительность ежегодного основного оплачиваемого отпуска:
  - а. 28 дней;
  - б. 32 дня;
  - в. 36 дней.
17. Заработная плата выплачивается не реже:
  - а. одного раза в неделю;
  - б. одного раза в полмесяца;
  - в. одного раза в месяц.
18. Форма заработной платы:
  - а. помесечная;
  - б. сдельная;
  - в. премиальная.
19. Установление системы премирования:
  - а. гарантировано государством;
  - б. право работодателя;
  - в. обязанность работодателя.
20. КТС обязана рассмотреть трудовой спор в течении:
  - а. 10 дней;
  - б. 14 дней;
  - в. одного месяца.

## Блок «Б»

1. Репетитор Монахова, владея в совершенстве английским и немецким языками, три раза в неделю ведет английский язык на языковых курсах «Полиглот». Кроме того, она, являясь доцентом кафедры иностранных языков УрГУ, преподает в университете немецкий по пятницам и субботам. По средам дает частные уроки немецкого языка предпринимателям Бусыгину и Шкробневу у них в офисе. По воскресеньям вечером она безвозмездно помогает изучать английский язык дочери своих соседей по дому. Периодически Монахова работает синхронным переводчиком, сопровождая делегации областного правительства в зарубежных странах. Она также подрабатывает в свободное время на международных конференциях, осуществляя синхронный перевод докладов иностранных специалистов. Поскольку у Монаховой много друзей- иностранцев, то в свободное от работы время она учит их русскому языку.

**Укажите, какие из данных правоотношений регулируются нормами трудового права.**

2. В комиссию по трудовым спорам машиностроительного завода поступило заявление трех женщин-диспетчеров производственного отдела. Они просили установить им неполное рабочее время от 14 до 18 ч в связи с необходимостью дополнительного ухода за детьми в возрасте до 14 лет. Одна из них, имеющая ребенка-инвалида, просила также предоставить ей дополнительный выходной u'in, - четверг. Начальник производственного отдела не возражал против установления диспетчерам

неполного рабочего времени, но только в удобном для производственного процесса режиме: двум работницам — с 9 до 13 ч, одной — с 14 до 18 ч. К тому же он считал, что диспетчер, имеющая ребенка-инвалида, вправе выбрать только один из двух вариантов неполного рабочего времени - неполный рабочий день или неполную рабочую неделю, с тем чтобы общая продолжительность рабочего времени была не менее половины его нормальной продолжительности.

### **Разрешите спор.**

3. Несоввершеннолетняя продавщица круглосуточного магазина Купцова 9 мая не вышла на работу в дневную смену, нарушив график сменности. В объяснительной она указала, что в соответствии с трудовым законодательством привлечение несовершеннолетних к работе в нерабочие праздничные дни возможно только с согласия работника, которого она не давала. Упаковщица кондитерского отдела этого же магазина Боярина, работающая на условиях сдельной оплаты, потребовала от работодателя выплатить ей вознаграждение в размере 50 % от ее среднедневного заработка, несмотря на то что 9 мая она не работала.

### **Дайте правовую оценку требованиям работников.**

4. Григорьеву уволили 10 декабря по подп. «а» п. 6 ст. 81 ТК РФ за прогул, совершенный 9 декабря. В суде, куда женщина обратилась с иском о восстановлении на работе, истец пояснила следующее. С 23 ноября по 8 декабря она находилась на больничном, а 9 декабря — в Ленинском районном суде г. Екатеринбурга как участник судебного процесса, на который ее вызвали повесткой. Заранее сообщить о своем отсутствии 9 декабря не смогла, ибо листок нетрудоспособности закрыли только 8 декабря около 18 ч, а судебное заседание было назначено на 9 ч следующего дня. По окончании судебного заседания (в 15 ч) Григорьева приехала на работу, от которой ее отстранили, а затем уволили.

### **Решите дело.**

5. Трунова принята в ООО «Ультратон» на должность менеджера по продажам. В трудовом договоре были установлены следующие условия оплаты труда: оклад — 7000 р., надбавка за напряженный режим работы - 20 % от оклада и премия - 0,5 % от ежемесячного объема продаж.

Через два месяца работы Трунов узнал, что оклад менеджеров по продажам в соответствии со штатным расписанием составляет 9000 р. Надбавка за напряженный режим работы и премия ему вообще не выплачивались. Он обратился в комиссию по трудовым спорам.

На заседании комиссии представитель работодателя заявил, что установленный ему оклад обусловлен отсутствием стажа работы в данной фирме, а также фактом прохождения Труновым испытательного срока. Невыплата надбавки вызвана отсутствием напряженного режима работы (малым количеством покупателей). Премии же его лишили за опоздание на работу в один из дней.

Кто прав?

## **Контрольная работа № 2 «Административное право»**

**Задание 1.** На экзамене по административному праву на вопрос об особенностях административно-правовых отношений студент Сапожков ответил так: «Одной из сторон данных отношений всегда является орган государства или его представитель; они носят вертикальный характер; возникают по инициативе одной из сторон отношений; стороны юридически не равны; субъективные права сторон защищаются в административном порядке».

### **Точен ли ответ студента?**

Ответ:

*Ответ студента Сапожкова не совсем точен. Действительно одной из сторон административно-правовых отношений всегда является орган государственной власти или его представитель. Административно-правовые отношения носят не только вертикальный характер, которые основаны на властном подчинении одной их стороны другой, но и горизонтальный характер, когда стороны не находятся в подчинении друг у друга. Возникают административно-правовые отношения по инициативе любой стороны, в том числе и против воли другой стороны. Характеризуются административно-правовые отношения юридическим неравенством сторон. Субъективные права сторон, как правило, защищаются в административном порядке. В случаях, предусмотренных законом, споры могут разрешаться судами в соответствии с подведомственностью им дел, вытекающих из административных правоотношений.*

**Задание 2.** Выпускник средней общеобразовательной школы Зубов представил в приемную комиссию Лесотехнической Колледже заявление о принятии в вуз и необходимые документы. После сдачи

вступительных экзаменов приказом ректора он был зачислен в число студентов. Зубов окончил академию, ему была присвоена квалификация «инженер - таксатор леса» и выдан диплом. Через месяц он поступил на службу в Осташковское лесничество. Как молодому специалисту администрация города предоставила ему квартиру и вручила ордер. ЖЭК заключил с ним договор жилищного найма. Вскоре Зубов женился, у него родился сын, которого он назвал Петром и зарегистрировал в загсе. После нескольких лет безупречной службы Управление лесного хозяйства назначило Зубова начальником лесничества.

Проанализируйте юридические факты и правоотношения, в которых постоянным субъектом является Зубов. Какие из них являются административно-правовыми?

Ответ:

*Юридическими фактами являются следующие действия Зубова:*

*Зачисление в ВУЗ на основании приказа ректора - правообразующий юридический факт, который порождает гражданские неимущественные правоотношения между учебным заведением и Зубовым. Окончание Колледжа и получение диплома - правопрекращающий юридический факт, который прекращает гражданские неимущественные правоотношения между учебным заведением и Зубовым.*

*Поступление на службу в Осташковское лесничество влечет возникновение трудовые правоотношений.*

*Заключение договора жилищного найма - гражданские правоотношения.*

*Заключение брака и рождение сына влечет возникновение семейных правоотношений.*

*Регистрация сына в загсе влечет наступление административных правоотношений.*

*Назначение на должность начальником лесничества влечет за собой возникновение государственно-служебных отношений, являющихся разновидностью административных правоотношений.*

**Задание 3.** На вопрос, как соотносятся между собой конституционный и административно-правовой статус, студент Щукин дал следующий ответ: нормы Конституции служат основой всех иных отраслевых правовых статусов, в том числе преимущественно административно-правового статуса. Нормы административного права, определяющие права и обязанности граждан в сфере деятельности публичной исполнительной власти, детализируют и конкретизируют конституционные нормы. Тем самым они создают административно-правовой механизм, позволяющий гражданам реализовать конституционные права и обязанности в отношениях с исполнительными органами публичной власти.

Прав ли студент, отвечая на поставленный вопрос? Как бы вы могли дополнить ответ, внести в него уточнения или отметить ошибки в нем?

Ответ:

*Студент, отвечая на этот вопрос, прав. Конституционное право является базовой отраслью Российского права. Многие нормы конституционного права, и в первую очередь сама Конституция РФ, являются юридическим фундаментом административного права. Административное право выступает основной отраслью права, развивающей основные положения конституционного права, обеспечивающей проведение их в жизнь. Нормы административного права, будучи основанными и производными от конституционных положений, конкретизируют и развивают конституционные нормы. Если конституционное право закрепляет основы государственного устройства Российской Федерации, права и свободы человека и гражданина, федеративное устройство, систему органов государственной власти, то административно - правовые нормы определяют механизм реализации прав и свобод граждан в сфере государственного управления, границы должного, допустимого или рекомендуемого поведения участников управленческих отношений, устанавливают правовое положение и компетенцию органов исполнительной власти, а также регулируют ее деятельность, регламентируют формы и методы осуществления исполнительной власти, определяют порядок взаимоотношений между субъектами управления.*

**Задание 4.** Каковы признаки государственного служащего? Кто из нижеследующего перечня не является таковым: Президент РФ, ректор вуза, следователь прокуратуры, судебный пристав, судья, губернатор области (края), Председатель Совета Федерации, помощник Председателя Государственной Думы, Руководитель Аппарата Совета Федерации, руководитель Пресс-службы Президента РФ, советник федерального министра, Председатель Центральной избирательной комиссии РФ, судья Высшего Арбитражного Суда РФ, генеральный директор Судебного департамента при Верховном Суде РФ, доцент

Государственной юридической Колледже, администратор областного суда?

Ответ:

*Признаками государственного служащего являются:*

*Государственным служащим может быть гражданин Российской Федерации, достигший возраста 18 лет.*

*Государственный служащий должен владеть государственным языком Российской Федерации.*

*Государственный служащий имеет профессиональное образование и соответствует квалификационным требованиям, установленным соответствующим федеральным законом.*

*Государственный служащий замещает должность государственной службы.*

*Государственный служащий выполняет полномочия государственного органа, государственные функции, решает специальные задачи для достижения определенной цели государственного строительства.*

*Государственному служащему присваивается в установленном законом порядке классный чин, дипломатический ранг, воинское и специальное звание.*

*Государственный служащий осуществляет служебную деятельность исключительно на профессиональной основе.*

*Должность замещает в соответствии с актом о назначении не нее и со служебным контрактом.*

*Получает денежное содержание за счет средств федерального бюджета или бюджета субъектов Российской Федерации.*

*Не являются государственными служащими:*

- Президент РФ;
- Председатель Совета Федерации;
- Председатель Центральной избирательной комиссии;
- Судья Высшего Арбитражного суда РФ;
- Губернатор области (края).

**Задание 5.** 16 декабря Лисов проходил мимо железнодорожной станции Чапаевская, где стояла платформа с автомобилями. Увидев, что охрана отсутствует, он решил снять несколько автомобильных фар. Внезапно появился стрелок военизированной охраны. Лисов подошел к нему и, отрекомендовавшись представителем станции-получателя, попросил снять две фары с любого из автомобилей для проверки их качества, что и было сделано стрелком военизированной охраны. Забрав фары, Лисов скрылся с места происшествия.

Какой должна быть юридическая оценка действий Лисова?

Ответ:

*На Лисова будет привлечен к административной ответственности по ст.*

*7.27.1 КОАП РФ за причинение имущественного ущерба путем обмана и злоупотребление доверием стрелка военизированной охраны. На него будет наложен административный штраф в размере пятикратной стоимости причиненного ущерба, но не менее пяти тысяч рублей.*

### **Критерии оценки контрольной работы**

**«Отлично»** выставляется за контрольную работу, в которой:

1. Представлено логичное содержание.
2. Отражена актуальность рассматриваемой темы, верно определены основные категории.
3. Дан анализ литературы по теме, выявлены методологические основы изучаемой проблемы, освещены вопросы истории ее изучения в науке. Анализ литературы отличается глубиной, самостоятельностью, умением показать собственную позицию по отношению к изучаемому вопросу.

4. В заключении сформулированы развернутые, самостоятельные выводы по работе. **«Хорошо»** выставляется за контрольную работу, в которой:

1. Представлено логичное содержание.
2. Раскрыта актуальность темы, верно определены цель и задачи.
3. Представлен круг основной литературы по теме, выделены основные понятия, используемые в работе. Обобщен педагогический опыт, выявлены его сильные и слабые стороны. В отдельных случаях студент не может дать критической оценки взглядов исследователей, недостаточно аргументирует отдельные положения.



4. В заключении сформулированы общие выводы.
5. В работе отсутствуют орфографические и пунктуационные ошибки. Допустимы отдельные погрешности стиля.

«Удовлетворительно» оценивается контрольная работа, в которой;

1. Представлено логичное содержание.
2. Актуальность темы раскрыта правильно, но список литературы ограничен.
3. Теоретический анализ дан описательно, студент не сумел отразить собственной позиции по отношению к рассматриваемым материалам, ряд суждений отличается поверхностностью.

4. В заключении сформулированы общие выводы.

5. В работе имеются орфографические и пунктуационные ошибки, погрешности стиля.

«Неудовлетворительно» оценивается контрольная работа, в которой большая часть требований, предъявляемых к подобного рода работам не выполнена.

#### **Критерии оценки по тестовым заданиям:**

Система тестирования - универсальный инструмент определения уровня обученности студентов на всех этапах образовательного процесса, в том числе для оценки уровня остаточных знаний.

Тест обладает способностью сравнивать индивидуальный уровень знания каждого студента.

Помимо уровня знаний с помощью теста можно оценить структуру знаний, установить наличие последовательности в усвоенных обучающимися знаниях, отсутствие пробелов.

Удельный вес правильных ответов	Оценка
> 50%	неудовлетворительно
>50%, но < 75%	удовлетворительно
>75, но < 95%	хорошо
>95%	отлично

## **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на зачете в форме тестов, определяет преподаватель, принимающий зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

Время на подготовку к ответу - не более 45 минут. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

### **1. Пакет обучающегося. Задания для обучающихся № 1**

Уважаемые учащиеся!

Вашему вниманию предлагаются задания в тестовой форме.

Внимательно ознакомьтесь с ними. Рассмотрите последовательно каждое задание, выберите правильный ответ.

Обратите внимание на формулировку задания. При формулировке задания «*Обвести кружком номер правильного ответа*» предлагается выбор только одного варианта ответа.

При формулировке задания «*Обвести кружком номера всех правильных ответов*» должен быть более

одного варианта.

При формулировке задания «*Заполнить пробелы в предлагаемой схеме*» необходимо заполнить пробелы в схеме.

При формулировке задания «*Дополнить*» необходимо дополнить предложенное емусуждение.

При формулировке задания «*Установить соответствие*» записывается номер каждой позиции и соответствующая ей буква.

При формулировке задания «*Рассмотрите правовую ситуацию и ответьте на вопросы к ней*» необходимо прочитать правовую ситуацию и ответить на вопросы.

При формулировке задания «*Анализ текста*» необходимо прочитать отрывок из источника и ответить на вопросы.

### Контрольные вопросы.

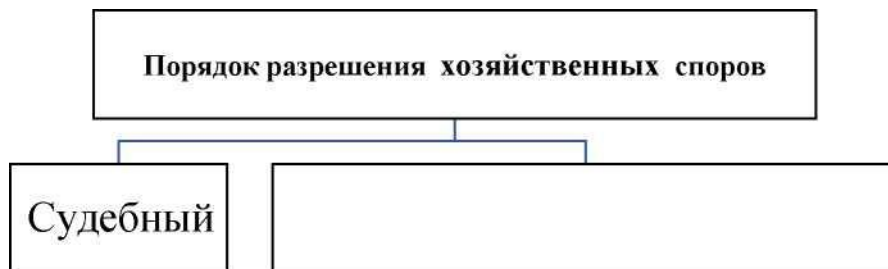
#### 1 вариант.

**Обведите кружком номер правильного ответа.**

1. ПРИЗНАКОМ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЯВЛЯЕТСЯ...
  - 1) направленность на систематическое получение прибыли
  - 2) регистрация в установленном порядке
  - 3) предпринимательский риск
  - 4) самостоятельность
2. НЕДОСТАТКОМ ПРАВОВОГО СТАТУСА ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯ ЯВЛЯЕТСЯ ТО, ЧТО ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ...
  - 1) отвечает по обязательствам, связанным с предпринимательской деятельностью, всем своим имуществом
  - 2) имеет бухгалтерский учет проще бухгалтерского учета юридических лиц
  - 3) платит значительно меньшее количество налогов и сборов, чем юридическое лицо
  - 4) имеет упрощенную процедуру регистрации
3. ПРАВОСПОСОБНОСТЬ ЮРИДИЧЕСКОГО ЛИЦА ВОЗНИКАЕТ С МОМЕНТА.
  - 1) начала его деятельности
  - 2) принятия решения о его создании
  - 3) его создания
  - 4) открытия счета в банке
4. ГОСУДАРСТВЕННАЯ РЕГИСТРАЦИЯ ЮРИДИЧЕСКОГО ЛИЦА СО ДНЯ ПОДАЧИ ДОКУМЕНТОВ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ В СРОК
  - 1) 1 месяц
  - 2) 5 рабочих дней
  - 3) 3 календарных дня
  - 4) 15 рабочих дней
5. СОГЛАШЕНИЕ ДОЛЖНИКА И КРЕДИТОРОВ, КОТОРОЕ НА ОСНОВЕ ИХ ВЗАИМНЫХ УСТУПОК ПРЕКРАЩАЕТ ДЕЛО О БАНКРОТСТВЕ, НАЗЫВАЕТСЯ Наблюдением
  - 1) внешним управлением
  - 2) финансовым оздоровлением
  - 3) мировым соглашением
6. СОГЛАШЕНИЕ ДВУХ ИЛИ НЕСКОЛЬКИХ ЛИЦ ОБ УСТАНОВЛЕНИИ, ИЗМЕНЕНИИ ИЛИ ПРЕКРАЩЕНИИ ГРАЖДАНСКИХ ПРАВ И ОБЯЗАННОСТЕЙ НАЗЫВАЕТСЯ.
  - 1) сделкой
  - 2) обязательством
  - 3) акцептом
  - 4) договором
7. К ВИДАМ ОБЯЗАТЕЛЬСТВ О ПЕРЕДАЧЕ ИМУЩЕСТВА В ПОЛЬЗОВАНИЕ ОТНОСИТСЯ ДОГОВОР.
  - 1) купли-продажи
  - 2) аренды
  - 3) учредительный

- 4) комиссии
8. ДЕНЕЖНАЯ СУММА, ВЫДАВАЕМАЯ ОДНОЙ ИЗ СТОРОН В СЧЕТ ПРИЧИТАЮЩИХСЯ С НЕЕ ПО ДОГОВОРУ ПЛАТЕЖЕЙ ДРУГОЙ СТОРОНЕ..
- 1) банковской гарантией
  - 2) поручительством
  - 3) удержанием имущества должника
  - 4) задатком
9. К ФОРМАМ ГРАЖДАНСКО-ПРАВОВОЙ ДОГОВОРНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ОТНОСЯТСЯ.
- 1) задаток
  - 2) банковская гарантия
  - 3) удержание
  - 4) компенсация морального вреда
- Обвести кружком номера всех правильных ответов.
10. В ОБЩУЮ ЧАСТЬ ТРУДОВОГО ПРАВА ВХОДИТ.
- 1) оплата труда
  - 2) цели и задачи трудового права
  - 3) рабочее время и время отдыха
  - 4) принципы трудового права
- Обведите кружком номер правильного ответа.
11. ЗАНЯТЫМ СЧИТАЮТСЯ ГРАЖДАНЕ.
- 1) не желающие трудиться
  - 2) проходящие заочный курс обучения в учреждениях высшего профессионального образования
  - 3) работающие по трудовому договору
  - 4) являющие участниками общественных организаций
12. ЗАКЛЮЧЕНИЕ ТРУДОВОГО ДОГОВОРА ДОПУСКАЕТСЯ С ЛИЦАМИ, ДОСТИГШИМИ ВОЗРАСТА...
- 1) 14 лет
  - 2) 15 лет
  - 3) 12 лет
  - 4) 16 лет
13. НОРМАЛЬНАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ РАБОЧЕГО ВРЕМЕНИ У МУЖЧИН - НЕ БОЛЕЕ...
- 1) 40 часов в неделю
  - 2) 36 часов в неделю
  - 3) 35 часов в неделю
  - 4) 46 часов в неделю
14. СПОРЫ О ПРАВАХ И ОБЯЗАННОСТЯХ ЮРИДИЧЕСКИХ ЛИЦ ИЗ УЖЕ ЗАКЛЮЧЕННОГО ДОГОВОРА НАЗЫВАЮТСЯ....
- Бездоговорными
- 1) внедоговорными
  - 2) договорными
  - 3) преддоговорными
15. ОБЖАЛОВАТЬ СУДЕБНОЕ РЕШЕНИЕ ИМЕЮТ ПРАВО...
- 1) эксперт
  - 2) свидетель
  - 3) судебный пристав-исполнитель
  - 4) истец
16. РАБОТОДАТЕЛЬ МОЖЕТ ПРИМЕНИТЬ ДИСЦИПЛИНАРНОЕ ВЗЫСКАНИЕ ЗА ПРОСТУПОК НЕ ПОЗДНЕЕ.....
- 1) двух недель с момента совершения.
  - 2) шести месяцев со дня обнаружения.
  - 3) одного месяца с момента обнаружения
  - 4) недели с момента совершения

17. ВИДЫ ТРУДОВОГО ДОГОВОРА ПО СРОКАМ ДЕЙСТВИЯ:
- 1) срочный, бессрочный, на время определенной работы.
  - 2) срочный, бессрочный.
  - 3) краткосрочный, среднесрочный, на время определенной работы.
  - 4) краткосрочный, сезонный, долгосрочный.
18. ПРИ ПРИЕМЕ НА РАБОТУ НЕ ТРЕБУЕТСЯ ДОКУМЕНТ:
- 1) паспорт
  - 2) свидетельство о рождении
  - 3) трудовая книжка
  - 4) диплом
19. СРОК ДЕЙСТВИЯ ДИСЦИПЛИНАРНОГО ВЗЫСКАНИЯ:
- 1) 1 год
  - 2) 3 года
  - 3) 6 месяцев
  - 4) 2 недели
20. ЗАПИШИТЕ СЛОВО, ПРОПУЩЕННОЕ В СХЕМЕ.



21. УСТАНОВИТЕ СООТВЕТСТВИЕ СЛЕДУЮЩИХ ОПРЕДЕЛЕНИЙ ПОНЯТИЯМ:

	Понятие		Определение
1	Общество с ограниченной ответственностью	А	Добровольное объединение граждан на основе членства для совместной производственной или иной хозяйственной деятельности
2	Производственный кооператив	Б	Организационно-правовая форма коммерческих организаций, создаваемых либо государством, либо
3	Унитарное предприятие	В	Организация, созданная собственником для осуществления управленческих, социально культурных или иных функций некоммерческого характера и финансируемая им полностью или частично.
4	Учреждение	Г	Товарищество, участники которого (полные товарищи) в соответствии с заключенным между ними договором занимаются предпринимательской деятельностью от имени товарищества и несут ответственность по его
5	Полное товарищество	Д	Товарищество, в котором наряду с участниками, осуществляющими от имени товарищества предпринимательскую деятельность и отвечающими по обязательствам товарищества своим имуществом, имеются один или несколько участников — вкладчиков (коммандитистов), которые несут риск убытков, связанных с деятельностью товарищества.
6	Товарищество на вере	Е	Учрежденное одним или несколькими лицами общество, уставный капитал которого разделен на доли определенных учредительными документами размеров; Организация создается для удовлетворения материальных и иных потребностей его членов (граждан и юридических лиц) путем объединения его членами имущественных паевых взносов.

22. РАСМОТРИТЕ ПРАВОВУЮ СИТУАЦИЮ И ОТВЕЬТЕ НА ВОПРОСЫ К НЕЙ.

Павлова поступила на работу в швейное объединение в качестве кладовщика готовой продукции. В письменном трудовом договоре был установлен семичасовой рабочий день.

Через два года она обратилась к администрации установить для неё четырёх часовой рабочий день, поскольку она вынуждена осуществлять уход за тяжело заболевшим отцом, проживающим с ней в одной квартире. Администрация, ссылаясь на необходимость её пребывания на работе

в течение семи часов отказала Павловой в её просьбе, предложив уволиться с работы по собственному желанию.

Об установлении какой продолжительности рабочего дня просила работница?

Каковы основания и порядок его установления?

**Законны ли действия администрации?**

23. РАСМОТРИТЕ ПРАВОВУЮ СИТУАЦИЮ И ОТВЕЬТЕ НА ВОПРОС К НЕЙ. Бухгалтер завода «Леон» Иванова с целью своевременного составления и сдачи годового отчета в течение недели оставалась работать по окончании рабочего дня на предприятии.

**Будет ли эта работа считаться сверхурочной?**

24. РАСМОТРИТЕ ПРАВОВУЮ СИТУАЦИЮ И ОТВЕЬТЕ НА ВОПРОС К НЕЙ.

15 января бухгалтером Ивановой по небрежности была неправильно оформлена накладная на выдачу материальных ценностей. В результате чего предприятию нанесен материальный вред на сумму 50 тыс. рублей. Этот факт было выявлен во время аудиторской проверки 30 июля

этого же года, а 5 августа этого же года приказом директора Ивановой лен выговор.

Правомерно ли примененное взыскание?

25. ДОПОЛНИТЬ:

Главный бухгалтер может быть привлечен к уголовной ответственности за

## 26 ПРОЧИТАЙТЕ ТЕКСТ И ВЫПОЛНИТЕ ЗАДАНИЕ

Извлечение из Трудового Кодекса РФ

### **Статья 70 ТК (трудового кодекса) РФ Испытание при приеме на работу**

При заключении трудового договора соглашением сторон может быть обусловлено испытание работника в целях проверки его соответствия поручаемой работе.

Условие об испытании должно быть указано в трудовом договоре. Отсутствие в трудовом договоре условия об испытании означает, что работник принят без испытания.

В период испытания на работника распространяются положения настоящего Кодекса, законов, иных нормативных правовых актов, локальных нормативных актов, содержащих нормы трудового права, коллективного договора, соглашения.

Испытание при приеме на работу не устанавливается для

- лиц, поступающих на работу по конкурсу на замещение соответствующей должности, проведенному в порядке, установленном законом;
- беременных женщин;
- лиц, не достигших возраста восемнадцати лет;
- лиц, окончивших образовательные учреждения начального, среднего и высшего профессионального образования и впервые поступающих на работу по полученной специальности;
- лиц, избранных (выбранных) на выборную должность на оплачиваемую работу;
- лиц, приглашенных на работу в порядке перевода от другого работодателя по согласованию между работодателями;
- в иных случаях, предусмотренных настоящим Кодексом, иными федеральными законами и коллективным договором.

Срок испытания не может превышать трех месяцев, а для руководителей организаций и их заместителей, главных бухгалтеров и их заместителей, руководителей филиалов, представительств и иных обособленных структурных подразделений организаций - шести месяцев, если иное не установлено федеральным законом.

В срок испытания не засчитываются период временной нетрудоспособности работника и другие периоды, когда он фактически отсутствовал на работе.

### **Статья 71 ТК (трудового кодекса) РФ Результат испытания при приеме на работу.**

При неудовлетворительном результате испытания работодатель имеет право до истечения срока испытания расторгнуть трудовой договор с работником, предупредив его об этом в письменной форме не позднее чем за три дня с указанием причин, послуживших основанием для признания этого работника не выдержавшим испытание. Решение работодателя работник имеет право обжаловать в судебном порядке. При неудовлетворительном результате испытания расторжение трудового договора производится без учета мнения соответствующего профсоюзного органа и без выплаты выходного пособия.

Если срок испытания истек, а работник продолжает работу, то он считается выдержавшим испытание и последующее расторжение трудового договора допускается только на общих основаниях.

Если в период испытания работник придет к выводу, что предложенная ему работа не является для него подходящей, то он имеет право расторгнуть трудовой договор по собственному желанию, предупредив об этом работодателя в письменной форме за три дня.

## **Как в Трудовом кодексе регламентируется порядок применения испытательного срока?**

Согласно приказу директора государственного предприятия «Спецсвязь» ответственным лицом за сохранность материальных ценностей в помещении бухгалтерии была назначена главный бухгалтер Павленко. В связи с тем, что в течение выходных дней с помещения бухгалтерии при неизвестных обстоятельствах исчез персональный компьютер стоимостью 1500 грн., директор предприятия обратился с исковым заявлением в суд о взыскании с главного бухгалтера полной стоимости компьютера.

Какое решение должно принять суд?

### **Контрольные вопросы.**

#### **2 вариант.**

Уважаемые учащиеся!

Вашему вниманию предлагаются задания в тестовой форме.

Внимательно ознакомьтесь с ними. Рассмотрите последовательно каждое задание, выберите правильный ответ.

Обратите внимание на формулировку задания. При формулировке задания «**Обвести кружком номер правильного ответа**» предлагается выбор только одного варианта ответа.

При формулировке задания «**Обвести кружком номера всех правильных ответов**» должен быть более одного варианта.

При формулировке задания «**Заполнить пробелы в предлагаемой схеме**» необходимо заполнить пробелы в схеме.

При формулировке задания «**Дополнить**» необходимо дополнить предложенное емусуждение.

При формулировке задания «**Установить соответствие**» записывается номер каждой позиции и соответствующая ей буква.

При формулировке задания «**Рассмотрите правовую ситуацию и ответьте на вопросы к ней**» необходимо прочитать правовую ситуацию и ответить на вопросы.

При формулировке задания «**Анализ текста**» необходимо прочитать отрывок из источника и ответить на вопросы.

Обведите кружком номер правильного ответа.

1. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ РАБОЧЕГО ВРЕМЕНИ У ЖЕНЩИН - НЕ БОЛЕЕ .....

- 1) 40 часов в неделю
- 2) 36 часов в неделю
- 3) 35 часов в неделю
- 4) 46 часов в неделю

2. РАБОДАТЕЛЕМ МОЖЕТ ПРИМЕНИТЬ ДИСЦИПЛИНАРНОЕ ВЗЫСКАНИЕ ЗА ПРОСТУПОК НЕ ПОЗДНЕЕ .....

- 1) двух недель с момента совершения .
- 2) шести месяцев со дня обнаружения .
- 3) одного месяца с момента обнаружения
- 4) недели с момента совершения

Обвести кружком номера всех правильных ответов.

3..... РАБОДАТЕЛЕМ ОБЯЗАН ВОЗМЕСТИТЬ РАБОТНИКУ МАТЕРИАЛЬНЫЙ УЩЕРБ ЗА .....

- 1) оскорбление работника
- 2) не предоставление рабочего места
- 3) задержку выдачи документов
- 4) задержку выплаты заработной платы

Обведите кружком номер правильного ответа.

4. ГОСУДАРСТВЕННАЯ РЕГИСТРАЦИЯ ЮРИДИЧЕСКОГО ЛИЦА СО ДНЯ ПОДАЧИ ДОКУМЕНТОВ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ В СРОК

- 1) 1 месяц
- 2) 5 рабочих дней
- 3) 3 календарных дня
- 4) 15 рабочих дней

5. УКАЖИТЕ ВЕРНОЕ УТВЕРЖДЕНИЕ

- 1) Нормы Общей части применяются к институтам Особенной части
- 2) Система административного права состоит из 3 частей
- 3) Административное право не взаимодействует с другими отраслями права
- 4) Содержание Общей и Особенной части не является единым целым административного права

6. ОБЩЕСТВЕННЫМИ ОТНОШЕНИЯМИ В СФЕРЕ ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ, НА КОТОРЫЕ ПОСЯГАЕТ ПРОТИВОПРАВНОЕ ДЕЯНИЕ, ЯВЛЯЕТСЯ...

- 1) субъект административного правонарушения
- 2) объективная сторона
- 3) субъективная сторона
- 4) объект административного правонарушения

7. ПРИВЛЕЧЬ ПРАВОНАРУШИТЕЛЯ К АДМИНИСТРАТИВНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ МОЖНО В СРОК

- 1) 1 месяца
- 2) 2 месяцев
- 3) 6 месяцев
- 4) 3 месяцев

8. АДМИНИСТРАТИВНЫМ НАКАЗАНИЕМ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) предупреждение о неполном должностном соответствии
- 2) выговор
- 3) лишение свободы
- 4) выдворение за пределы РФ

9. СОВЕРШЕНИЕ УПРАВМОЧЕННЫМ ЛИЦОМ НЕ ЗАПРЕЩЕННЫХ ЗАКОНОМ ДЕЙСТВИЙ ФАКТИЧЕСКОГО ПОРЯДКА, НАПРАВЛЕННЫХ НА ОХРАНУ ЕГО ЛИЧНЫХ ИЛИ ИМУЩЕСТВЕННЫХ ПРАВ И ИНТЕРЕСОВ, НАЗЫВАЕТСЯ.

- 1) возмещением убытков
- 2) самозащитой гражданских прав
- 3) присуждением к исполнению обязанности в натуре
- 4) восстановлением положения

10. СПОРЫ О ПРАВАХ И ОБЯЗАННОСТЯХ ЮРИДИЧЕСКИХ ЛИЦ ИЗ УЖЕ ЗАКЛЮЧЕННОГО ДОГОВОРА НАЗЫВАЮТСЯ.

- 1) бездоговорными
- 2) внедоговорными
- 3) договорными
- 4) преддоговорными

11. ОБЖАЛОВАТЬ СУДЕБНОЕ РЕШЕНИЕ ИМЕЮТ ПРАВО.

- 1) эксперт
- 2) свидетель
- 3) судебный пристав-исполнитель
- 4) истец

12. ОСНОВАНИЕМ ДЛЯ ВОЗБУЖДЕНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОИЗВОДСТВА ЯВЛЯЕТСЯ.

- 1) предъявление исполнительного листа судебному приставу- исполнителю
- 2) вступление судебного решения в законную силу
- 3) подача жалобы в вышестоящий суд на судебное решение
- 4) оглашение решения

13. СОГЛАЕНИЕ ДВУХ ИЛИ НЕСКОЛЬКИХ ЛИЦ ОБ УСТАНОВЛЕНИИ, ИЗМЕНЕНИИ ИЛИ ПРЕКРАЩЕНИИ ГРАЖДАНСКИХ ПРАВ И ОБЯЗАННОСТЕЙ НАЗЫВАЕТСЯ.

- 1) договором
- 2) соглашением
- 3) акцептом
- 4) сделкой

14. ПРАВОСПОСОБНОСТЬ ЮРИДИЧЕСКОГО ЛИЦА ВОЗНИКАЕТ С МОМЕНТА.

- 1) начала его деятельности
- 2) принятия решения о его создании
- 3) его создания
- 4) открытия счета в банке.

15. ЗАНЯТЫМ СЧИТАЮТСЯ ГРАЖДАНЕ.

- 1) не желающие трудиться
- 2) проходящие заочный курс обучения в учреждениях высшего профессионального образования
- 3) работающие по трудовому договору
- 4) являющие участниками общественных организаций

16. ДНЕМ ПОЛНОГО УВОЛЬНЕНИЯ РАБОТНИКА С РАБОТЫ СЧИТАЕТСЯ:1)последний день работы

- 2) следующий за последним днем работы
- 3) день выдачи трудовой книжки



4) следующий день, за днем выдачи трудовой книжки

17. К ИСТОЧНИКАМ ТРУДОВОГО ПРАВА ОТНОСЯТСЯ:

1) только нормативно - правовые акты, которые составляют систему законодательства о труде

2) Какие - либо нормативно-правовые акты, которые содержат нормы, направленные на регулирование трудовых отношений.

3) Все нормативно - правовые акты, которые содержат нормы поведения работника

4) Все нормативно-правовые акты, которые регулируют оплату труда.

18. ПРИ ПРИЕМЕ НА РАБОТУ НЕ ТРЕБУЕТСЯ ДОКУМЕНТ:

1) паспорт

2) свидетельство о рождении

3) трудовая книжка

4) диплом

19. СРОК ДЕЙСТВИЯ ДИСЦИПЛИНАРНОГО ВЗЫСКАНИЯ:

1) 1 год

2) 3 года

3) 6 месяцев

4) 2 недели

20. ЗАПИШИТЕ СЛОВО, ПРОПУЩЕННОЕ В СХЕМЕ.



21. УСТАНОВИТЕ СООТВЕТСТВИЕ СЛЕДУЮЩИХ ОПРЕДЕЛЕНИЙ ПОНЯТИЯМ:

	Понятия		Определения
1	Слияние	А	Прекращение юридического лица без правопреемства, т. е. без перехода прав и обязанностей к другим лицам
2	Выделение	Б	Прекращение юридического лица и возникновение на его основе нового юридического лица
3	Присоединение	В	Образование новых самостоятельных юридических лиц, при этом реорганизуемое юридическое лицо продолжает функционировать, а часть его прав и обязанностей переходит ко вновь образованным юридическим лицам.
4	Разделение	Г	Объединение двух и более юридических лиц в единое новое юридическое лицо.
5	Реорганизация	Д	Прекращение организации, при котором осуществляется переход прав и обязанностей к другим лицам, то есть правопреемство
6	Ликвидация	Е	«Вливание» одной и более присоединяемых организаций в организацию, к которой происходит присоединение.
		Ж	Образование на базе прекратившего существование юридического лица двух и более самостоятельных юридических лиц

**22. РАССМОТРИТЕ ПРАВОВУЮ СИТУАЦИЮ И ОТВЕЬТЕ НА ВОПРОСЫ К НЕЙ.**

По устному распоряжению директора ООО «Волна» Марина приступила к работе в качестве менеджера. Через две недели директор ООО «Волна» поставил Марину в известность о том, что она больше не работает в организации, так как он недоволен ее работой. Трудовой договор с Мариной в письменной форме заключен не был, поэтому директор считает, что может не соблюдать правила при увольнении Марины.

Прав ли директор ООО «Волна»?

**Какие действия, возложенные законодательством на работе, он не выполнил?**

**23. РАССМОТРИТЕ ПРАВОВУЮ СИТУАЦИЮ И ОТВЕЬТЕ НА ВОПРОСЫ К НЕЙ.**

Павлова поступила на работу в швейное объединение в качестве кладовщика готовой продукции. В письменном трудовом договоре был установлен семичасовой рабочий день.

Через два года она обратилась к администрации установить для неё четырёхчасовой рабочий день, поскольку она вынуждена осуществлять уход за тяжело заболевшим отцом, проживающим с ней в одной квартире. Администрация, ссылаясь на необходимость её пребывания на работе в течение семи часов отказала Павловой в её просьбе, предложив уволиться с работы по собственному желанию.

Об установлении какой продолжительности рабочего дня просила работница?

Каковы основания и порядок его установления?

**Законны ли действия администрации?**

**24. РАССМОТРИТЕ ПРАВОВУЮ СИТУАЦИЮ И ОТВЕЬТЕ НА ВОПРОС К НЕЙ.**

Главный бухгалтер завода «Аргон» Любченко с целью своевременного составления и сдачи годового отчета в течение недели оставалась работать по окончании рабочего дня на предприятии.

Будет ли эта работа считаться сверхурочной?

**25. ДОПОЛНИТЬ:**

Главный бухгалтер может быть привлечен к административной ответственности за

**26. ПРОЧИТАЙТЕ ТЕКСТ И ВЫПОЛНИТЕ ЗАДАНИЕ**

Извлечение из Трудового Кодекса РФ

**Статья 58 ТК (трудового кодекса) РФ Срок трудового договора**

Трудовые договоры могут заключаться:

1) на неопределенный срок;

2) на определенный срок не более пяти лет (срочный трудовой договор), если иной срок не установлен настоящим Кодексом и иными федеральными законами. Срочный трудовой договор заключается в случаях, когда трудовые отношения не могут быть установлены на неопределенный срок с учетом характера предстоящей работы или условий ее выполнения, если иное не предусмотрено настоящим Кодексом и иными федеральными законами.

Если в трудовом договоре не оговорен срок его действия, то договор считается заключенным на неопределенный срок.

В случае, если ни одна из сторон не потребовала расторжения срочного трудового договора в связи с истечением его срока, а работник продолжает работу после истечения срока трудового договора, трудовой договор считается заключенным на неопределенный срок.

Трудовой договор, заключенный на определенный срок при отсутствии достаточных к тому оснований, установленных органом, осуществляющим государственный надзор и контроль за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, или судом, считается заключенным на неопределенный срок.

Запрещается заключение срочных трудовых договоров в целях уклонения от предоставления прав и гарантий, предусмотренных работникам, с которыми заключается трудовой договор на неопределенный срок.

**Охарактеризуйте виды трудового договора, обозначьте разницу между ними.**

**Эталоны ответов на контрольные вопросы.**

**I вариант.**

- 3.** 1-4
- 4.** 2-1
- 5.** 3-3
- 6.** 4-2
- 7.** 5-4
- 8.** 6-4
- 9.** 7-2
- 10.** 8-4
- 11.** 9-4
- 12.** 10-2,4
- 13.** 11-3
- 14.** 12-4
- 15.** 13-1
- 16.** 14-3
- 17.** 15-4
- 18.** 16-3
- 19.** 17-1
- 20.** 18-2
- 21.** 19-1
- 22.** 20-внесудебный

21-1-Е; 2-А; 3-Б; 4-В; 5-Г; 6-Д22

<b>Содержание критерия</b>	<b>Баллы</b>
Ответ верный, обоснованный, развернутый (полный с краткими или полными пояснениями).	<b>3</b>
Ответ верный, но краткий (однозначный).	<b>1</b>
<b>Ответ неверный.</b>	<b>0</b>

23

<b>Содержание критерия</b>	<b>Баллы</b>
Ответ верный, обоснованный, развернутый (полный с краткими или полными пояснениями).	<b>3</b>
Ответ верный, но краткий (однозначный).	<b>1</b>
<b>Ответ неверный.</b>	<b>0</b>
<b>Содержание критерия</b>	<b>Баллы</b>

Ответ верный, обоснованный, развернутый (полный с краткими или полными пояснениями).	<b>3</b>
Ответ верный, но краткий (однозначный).	<b>1</b>
<b>Ответ неверный.</b>	<b>0</b>

**1.** Уклонение от уплаты налогов или страховых взносов в государственные внебюджетные фонды с организации:

Уклонение от уплаты налогов и (или) сборов с организации путем непредставления налоговой декларации или иных документов, представление которых, в соответствии с законодательством РФ о налогах и сборах, является обязательным, либо путем включения в налоговую декларацию или такие документы заведомо ложных сведений, совершенное в крупном размере.

Неисполнение обязанностей налогового агента Неисполнение в личных интересах обязанностей налогового агента по исчислению, удержанию или перечислению налогов и (или) сборов, подлежащих в соответствии с законодательством РФ о налогах и сборах исчислению, удержанию у налогоплательщика и перечислению в соответствующий бюджет (внебюджетный фонд), совершенное в крупном размере;

Соккрытие денежных средств либо имущества организации или индивидуального предпринимателя, за счет которых должно производиться взыскание налогов и (или) сборов (ст. 199.2). Соккрытие денежных средств либо имущества организации или индивидуального предпринимателя, за счет которых в порядке, предусмотренном законодательством РФ о налогах и сборах, должно быть произведено взыскание недоимки по налогам и (или) сборам, совершенное собственником или руководителем организации либо иным лицом, выполняющим управленческие функции в этой организации, или индивидуальным предпринимателем в крупном размере.

26.

<b>Содержание критерия</b>	<b>Баллы</b>
Ответ верный, обоснованный, развернутый (полный с краткими или полными пояснениями).	<b>3</b>
Ответ верный, но краткий (однозначный).	<b>1</b>
<b>Ответ неверный.</b>	<b>0</b>

Эталоны ответов на контрольные вопросы.

**2. вариант.**

1-2

2-2 3-3,4 4-2 5-2

6-4

7-2

8-4

9-2 10-3

11-4

12-1

13-1

14-3 15-3

16-3

17-2  
18-8  
19-1

20- некоммерческие организации 21-1-Г; 2-В; 3-Е; 4-Ж; 5-Д; 6-А22

Содержание критерия	Баллы
Ответ верный, обоснованный, развернутый (полный с краткими или полными пояснениями).	3
Ответ верный, но краткий (однозначный).	1
<b>Ответ неверный.</b>	<b>0</b>

23

Содержание критерия	Баллы
Ответ верный, обоснованный, развернутый (полный с краткими или полными пояснениями).	3
Ответ верный, но краткий (однозначный).	1
<b>Ответ неверный.</b>	<b>0</b>

24

Содержание критерия	Баллы
Ответ верный, обоснованный, развернутый (полный с краткими или полными пояснениями).	3
Ответ верный, но краткий (однозначный).	1
<b>Ответ неверный.</b>	<b>0</b>

25. Главного бухгалтера может быть привлечен к административной ответственности:

1. Нарушение порядка работы с денежной наличностью и нарушение порядка ведения кассовых операций
2. Нарушение срока постановки на учет в налоговой инспекции
3. Нарушение срока представления сведений об открытии и о закрытии счета в банке
4. Нарушение сроков представления налоговой декларации
5. Непредставление сведений, необходимых для осуществления налогового контроля
6. Грубое нарушение правил ведения бухгалтерского учета и представления бухгалтерской отчетности

26.

Содержание критерия	Баллы
Ответ верный, обоснованный, развернутый (полный с краткими или полными пояснениями).	3
Ответ верный, но краткий (однозначный).	1
<b>Ответ неверный.</b>	<b>0</b>

**Критерии оценки студентов.**

	Характеристика типов заданий и форм представления ответов	Максимальный балл за выполнение	Примерное время выполнения (мин)
«Обвести кружком Номер правильного ответа»	Задание, состоящее из вопроса и 4 вариантов ответа к нему, из которых требуется выбрать один-единственный правильный ответ.	1	2
«Впишите правильный ответ»	Заполнить пробелы в предлагаемой схеме.	2	3
«Установить соответствие»	Задание, где необходимо установить соответствие между понятиями их характеристиками.	2	5
«Ответить на вопросы к тексту»	Задание к тесту: -проверяющие адекватность восприятия его содержания и умение находить в нем необходимую информацию; -связанные с интерпретацией текста. -направленные на характеристику текста и его отдельных положений;	3	10

Оценка «5»: 36-39 баллов.

Оценка «4»: 28 -35 баллов.

Оценка «3»: 20-27 баллов.

Оценка «2»: 1-19 балла

**ОП 08 МЕНЕДЖМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контрольно-оценочных средств для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочных средств для промежуточной аттестации



# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 08 МЕНЕДЖМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.

- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.

- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»

- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.

- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6 . Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,

- Устав АНО ПО «МИКА»

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»

- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».

- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.****Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

## **2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

### **Решение проблемных задач**

#### **Методические рекомендации**

Проблемная задача - это задание, которое ориентирует учащихся на решение какой-либо проблемы, связанной с содержанием учебного предмета, которое необходимо выполнить или на которое необходимо отреагировать.

Решение проблемных задач показывает степень формирования у студентов практических навыков. В зависимости от изучаемой темы преподаватель предлагает

Задачи - это препарированные в учебных целях различные, жизненные ситуации, требующие конкретного решения на определенной научно-практической основе.

В процессе решения задач осваиваются алгоритмы творческого мышления, без овладения которыми невозможно успешное решение практических проблем. Эти - изучение конкретной ситуации (отношения), требующей решения;

- оценка или квалификация этой ситуации (отношения);
- принятие решения, разрешающего конкретную заданную ситуацию;
- обоснование принятого решения, его формулирование в письменном виде;
- проецирование решения на реальную действительность, прогнозирование процесса его исполнения, достижения тех целей, ради которых оно принималось.

Условия задач включают все фактические обстоятельства, необходимые для вынесения определенного решения по спорному вопросу, сформулированному в тексте поставленный в задаче вопрос (вопросы) необходимо дать обоснованную оценку предложенной ситуации. При решении задач недопустимо ограничиваться однозначным ответом "да" или "нет".

### **1 Принятие оперативных управленческих решений**

Представьте следующую игровую ситуацию. Вы владеете фирмой, которая торгует специальным спортивным питанием. Неожиданно для Вас открывается новая фирма, которая также занимается продажей питания для спортсменов. Расположилась она в соседнем от вас здании. Новая фирма устанавливает цены на свой товар ниже Ваших. Вам в данной ситуации следует быстро и оперативно принять решение, чтобы не потерять ваших клиентов.

**Задание:** Проанализируйте данную неблагоприятную управленческую ситуацию.

Каковы будут ваши действия? Принимаемое Вами решение будет принято в условиях определенности или неопределенности?

Каковы эти условия риска (определенности, неопределенности). Примите управленческое решение по выходу из сложившейся управленческой ситуации.

### **2. Организация и внешнее окружение**

Ваша физкультурно-спортивная организация работает уже 5 лет. За это время она завоевала авторитет среди спортсменов, среди людей, которые приходят в тренажерные залы, спортивные залы для укрепления собственного здоровья. Но клуб посещают в основном одни и те же люди, нет притока новых занимающихся. К тому же в городе и районе постоянно открываются новые тренажерные залы, фитнес-залы, предлагаются услуги по похудению для женщин, новые виды занятий для детей и т.п. Это начинает оказываться на прибыли Вашей организации, поэтому директор решает изучить ситуацию с внешним окружением и положением клуба на рынке спортивных услуг.

**Задание:** проведите комплексный анализ положения Вашей организации на рынке физкультурно-спортивных услуг, изучив

- а) внешнюю среду косвенного воздействия,
- б) внешнюю среду прямого воздействия,
- в) внутреннюю среду организации на предмет оказания новых услуг;

г) все физкультурно-спортивные услуги, которые предлагаются конкурентами, чтобы понять, какие новые услуги может предложить Ваша организация.

### **3 Руководитель организации**

А) Вы пришли работать во вновь созданный спортивный клуб «Олимпиец».

Данный клуб работает только первый месяц, имеет прекрасное здание, большие по размеру помещения, раздевалки, душевые для занимающихся. В клуб принят штат сотрудников, молодых и перспективных, но пока нет точных должностных инструкций для работников, что несколько тормозит работу клуба, так как сотрудники не могут понять, кто за что должен отвечать.

**Задание:** напишите должностные инструкции для

- а) директора клуба;
- б) тренеров-преподавателей, работающих с детьми и работающих с взрослыми;
- в) заместителей директора клуба по разным направлениям;
- г) методистов по спортивной работе, по научно-методической работе.

Б) Вы - руководитель. В рабочее время Вы идете по коридору и видите группу ваших работников, о чем-то оживленно беседующих. Возвращаясь через 10—20 минут, Вы наблюдаете ту же картину. Как лучше поступить в этом случае?

В) Вы - руководитель. В Ваш «дружный» коллектив приходит «новичок». Он считается прекрасным специалистом и его качества соответствуют большинству наилучших качеств менеджера. С течением времени это подтверждается, но выясняется, что при выполнении срочных заданий, требующих высокой организованности и пунктуальности, качество его работы снижается. Вы приглашаете его на беседу и говорите: ...

Г) Вы - руководитель. Один из подчиненных на совещаниях персонала обычно занимает позицию противостояния. При этом все вынуждены выслушивать длинные и туманные объяснения причин его несогласия. Из-за этого уходит зря масса времени. Что вам делать? Какие способы воздействия на этого подчиненного вы можете предложить?

Д) Вы - руководитель. В новом коллективе Вы столкнулись с такой ситуацией: Ваш подчиненный, подчеркивая свою исключительность, игнорирует Ваши указания или делает все по-своему. Каковы Ваши действия?

### **Вопросы для контроля знаний студентов**

1. Понятия «управление» и «менеджмент» в физической культуре и спорте: общее и особенное. В чем заключаются отличия понятий «управление» и «менеджмент».
2. Предмет менеджмента.  
Менеджмент как совокупность профессионально подготовленных специалистов.
3. Менеджмент как составная часть труда работников организаций. Роль менеджера как элемент профессиональной деятельности работников образовательных учреждений.
4. Система менеджмента. Функции менеджмента.
5. Информация как предмет, средство и продукт труда менеджера. Содержание информационного обеспечения менеджмента в физической культуре и спорте.
6. Современная система нормативно-правовых актов по управлению физической культурой и спортом. Законодательные акты РФ.
7. Права и обязанности спортсменов, работников физкультурно-спортивных организаций, их социальная защита.
8. Сущность управленческих решений и их классификация.
9. Организационно-правовые формы физкультурно-спортивных организаций.
10. Структура и содержание бизнес-плана физкультурно-спортивной организации.
11. Место физической культуры и спорта в отраслевой структуре народного хозяйства.
12. Физическая культура и спорт как отрасль производственной сферы: состояние и перспективы

развития.

13. Социально-культурные услуги как основной продукт отрасли «физическая культура и спорт».
14. Предложение и спрос на рынке услуг отрасли «физическая культура и спорт».
15. Бюджетное финансирование физической культуры и спорта.
16. Внебюджетное финансирование физической культуры и спорта.
17. Источники финансирования физической культуры и спорта в зарубежных странах. Особенности финансирования физической культуры и спорта на муниципальном уровне.
18. Стратегия и тактика ценообразования на физкультурно-спортивные услуги.
19. Сущность внешнеэкономических связей, основные принципы и методы их регулирования.
20. Сущность менеджмента, его задачи и роль в повышении эффективности управления.
21. Управление персоналом. Сущность и задачи.
22. Объекты и субъекты управления, их характеристика и особенности в условиях рыночной экономики.
23. Управление конфликтами. Методы разрешения.
24. Правила делового общения.
25. Инновационные методы подготовки, принятия и реализации управленческих решений.
26. Функции характерны спортивного менеджмента.
27. Какие сопутствующие условия влияют на эффективность руководства?
28. Отличия понятий «управление» и «менеджмент».
29. Объясните сущность и значение понятия «мотивация» в менеджменте. Виды и способы мотивации.
30. Стратегическое планирование в системе менеджмента. Система менеджмента.
31. Причины конфликтных ситуаций и управление ими.

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на зачете в форме тестов, определяет преподаватель, принимающий зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

Время на подготовку к ответу - не более 45 минут. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

#### 1. Пакет обучающегося.

##### I. Управление конфликтами

1. Что из перечисленного не является основным типом конфликта?

- а) внутриличностный;
- б) ролевой;
- в) межличностный;
- г) между личностью и группой;
- д) межгрупповой.

2. Определите, какие из перечисленных ниже конфликтов можно назвать внутренними?

- а) внутриличностные;
- б) межличностные;
- в) между личностью и группой;
- г) межгрупповые.

3. Пожалуйста, определите: по сфере возникновения и развития конфликты можно разделить на:

- а) деловые и личностные;
- б) симметричные и асимметричные;
- в) горизонтальные и вертикальные.

4. Новосибирские ученые Ф. Бороднин и Н. Коряк выделили 6 типов «конфликтных» личностей, что из перечисленного не является таковым?

- а) демонстративные;
- б) ригидные;
- в) неуправляемые;
- г) сверхточные;
- д) целенаправленно конфликтные;
- е) бесконфликтные;
- ж) коммуникабельные.

##### II. Трудовой коллектив

Формальная группа, что это?

- а) это группы, созданные руководством организации;
- б) рабочая группа;

в) спонтанно образовавшаяся группа.

### III. Личность в коллективе

Какое из утверждений подходит к типу темперамента «сангвиник»?

- а) человек живой, подвижный, стремящийся к частой смене впечатлений;
- б) человек порывистый, неуравновешенный, вспыльчивый;
- в) человек медлительный, невозмутимый, настойчивый и упорный в работе;
- г) человек ранимый, склонный глубоко переживать даже незначительные события.

### IV. Лидерство и стиль руководства

Какое из утверждений соответствует авторитарному стилю руководства?

- а) руководитель использует предоставленную ему власть, централизует полномочия и почти не дает свободы в принятии решений;
- б) руководитель предполагает такие механизмы влияния, которые относятся к потребности более высокого уровня: потребности в принадлежности, высокой цели, самовыражении;
- в) руководитель стремится выполнять свои функции в условиях большей свободы действий подчиненных, влияя на них лишь в форме просьб.

### V. Менеджмент как социально-экономический процесс

Что такое объект управления?

- а) это коллектив работников предприятия, организации;
- б) это орган управления - аппарат управленческих работников и руководителей.

### VI. Развитие теории и практики менеджмента Кто был основателем школы человеческих отношений?

- а) У.Тейлор; б) Э.Митто; в) А.Файоль

### VII. Функции управления

Какое из утверждений соответствует определению «функции планирования»?

- а) разработка и использование стимулов к эффективному взаимодействию субъектов совместной деятельности и их высоко-результативному труду;
- б) выработка направлений, путей, средств и мероприятий по реализации целей деятельности фирм, принятия решений;
- в) это выполнение текущих мероприятий по устранению отклонений от заданного организацией режима функционирования системы.

### VIII. Разработка и реализация стратегии развития предприятия

Какое из утверждений соответствует понятию «политика»?

- а) общее руководство для действий и принятия решений, которые облегчают достижение целей;
- б) последовательность действий, которые следует предпринимать в конкретной ситуации;
- в) это то, что должно быть сделано в специфической единичной ситуации.

### IX. Основы организации управления

Что такое делегирование?

- а) передача задач и полномочий лицу, которое принимает на себя ответственность за их выполнение;
- б) это обязательство выполнить имеющиеся задачи и отвечать за их удовлетворительное решение;
- в) это ограниченное право использовать ресурсы предприятия и направлять усилия некоторых сотрудников на выполнение определенных задач.

## Х. Контроль, мотивация, коммуникации

Что такое контроль?

- а) это процесс обеспечения достижения предприятием своих целей деятельности;
- б) это процесс побуждения себя и других к деятельности;
- в) это обмен информацией, на основе которой аппарат управления (руководитель) получает информацию, необходимую для принятия управленческих решений и доводит принятие решения до работников предприятия.

## XI. Принятие управленческих решений

Что такое законность управленческих решений?

- а) это соответствие их требований законодательным актам: законам, уставам предприятий;
- б) это соответствие функциональным обязанностям лица, принимающего их;
- в) это непротиворечивость ранее принятым решениям, четкость и ясность понимания целей, задач, которые преследует принимаемое решение.

## XII. «Разработка управленческого решения»

1. Основными признаками управленческого решения являются:

- 1) наличие цели;
- 2) возможность выбора из множества альтернатив;
- А) стабильная ситуация;
- Б) необходимость волевого акта лица, принимающего решение;
- В) отсутствие ролевых конфликтов в организации.

2. Селективный уровень принятия решения определяется следующими признаками:

- А) решаемая задача является стандартной и существует уже апробированный оптимальный вариант ее решения;
- Б) решаемая задача является стандартной и вариантов ее решения много;
- В) решаемая задача является стандартной, но вариантов ее удовлетворительного решения нет;
- Г) решаемая задача является новой и нет вариантов ее решения.

3. Определите направление в теории принятия решений по таким признакам:

- 1) исследователь опирается на формализованные, преимущественно математические методы;
- 2) целью исследования является стремление лучше понять существующую реальность и выработать рациональный курс действия;
- 3) результат исследования - оценка проблемной ситуации, учет необходимых ресурсов и возможных ограничений, формулировка различных вариантов действий, выбор оптимального варианта.
- А) нормативный подход;
- Б) дескриптивный подход.

4. Организационное решение - это выбор, который обеспечивает движение к поставленным перед организацией задачам, и его должен сделать:

- А) трудовой коллектив, чтобы в полной мере удовлетворить потребности каждого своего члена;
- Б) каждый сотрудник организации постоянно;
- В) руководитель, чтобы выполнить обязанности, обусловленные занимаемой им должности.

5. Определите тип управленческого решения, применяемого в ситуации, когда существует лишь качественная зависимость между ее элементами, их трудно или невозможно формализовать, облечь в численные значения; имеется распределение объективных и субъективных вероятностей возникновения



отдельных состояний внешней среды в период его реализации.

- А) структурированное решение;
- Б) неструктурированное решение;
- В) слабоструктурированное решение.

6. Определите тип управленческого решения, учитывающий психологические особенности личности руководителя при его принятии, в частности, когда руководитель легко генерирует самые разнообразные идеи в неограниченном количестве, но не утруждает себя действиями по их проверке и оценке.

- А) осторожное решение;
- Б) инертное решение;
- В) импульсивное решение;
- Г) рискованное решение;
- Д) уравновешенное решение.

7. Качество управленческого решения - это совокупность параметров решения, удовлетворяющих конкретного потребителя и обеспечивающих ...

- А) вероятность его осуществления;
- Б) реальность его осуществления;
- В) нереальность его осуществления.

8. Оптимальным управленческим решением будет решение, которое .

- А) является наилучшим (идеальным) с точки зрения обоснования результата, к которому необходимо стремиться, но оно может быть нереальным;
- Б) выработано по определенным критериям;
- В) обеспечит эффективность расходования ресурсов на единицу полученного эффекта выше нормы, принятой для рассматриваемого вида деятельности.

9. Укажите вид эффективности управленческого решения по следующей его характеристике: «максимальный результат при минимальных затратах».

- А) организационная эффективность;
- Б) социальная эффективность;
- В) экономическая эффективность.

10. Релевантная информация, применяемая при разработке управленческих решений - это информация, которая отвечает требованию:

- А) полноты;
- Б) объективности;
- В) относящаяся к делу.

11. Основными принципами принятия управленческих решений являются:

- 1) единоначалие;
- 2) единогласие;
- 3) большинство;
- 4) ...?
- А) коллегиальность;
- Б) консенсус;
- В) компромисс.

## «Руководитель в системе управления персоналом»

1. Укажите из приведенных определений наиболее точное: «Руководитель в формальной организации - это...»
  - А) должностное лицо, на которое возлагается вся полнота ответственности за деятельность подконтрольной ему организации или ее структурного подразделения;
  - Б) должностное лицо, обладающее правом на использование организационных ресурсов и принятие самостоятельных управленческих решений;
  - В) должностное лицо, наделенное полномочиями осуществлять управленческие функции, обеспечивающие движение к организационным целям, и несущее за это ответственность.
  
2. Выберите из нижеприведенных утверждений верное:
  - А) руководитель несет абсолютную управленческую ответственность за деятельность подконтрольной ему организации (структурного подразделения), всех своих подчиненных;
  - Б) руководитель несет абсолютную управленческую ответственность только за результаты собственной деятельности;
  - В) руководитель несет абсолютную управленческую ответственность только за эффективность функционирования системы управления в организации.
  
3. Для руководителя низового звена руководства приоритетной является функция:
  - А) координации деятельности;
  - Б) принятия стратегических решений;
  - В) контроля за выполнением производственных заданий.
  
4. Укажите правильную зависимость диапазона управления персоналом от уровня управления:
  - А) чем выше уровень управления, тем выше диапазон управления;
  - Б) чем выше уровень управления, тем ниже диапазон управления;
  - В) диапазон управления не зависит от уровня управления.
  
5. В органах государственного и муниципального управления преобладает следующий способ управления персоналом:
  - А) целевое управляющее воздействие;
  - Б) организационный порядок;
  - В) самоорганизация.
  
6. Делегирование полномочий - это:
  - А) постановка задач подчиненным сотрудникам в пределах их должностных обязанностей;
  - Б) передача части должностных полномочий руководителя подчиненным сотрудникам;
  - В) самостоятельное перераспределение заданий сотрудниками внутри организации (структурного подразделения).
  
7. Должен ли руководитель для получения информации использовать неформальные каналы коммуникаций? Если да, то в какой мере?
  - А) да, потому что только информации, полученной по неформальным каналам, можно доверять;
  - Б) нет, неформальными каналами коммуникаций пользоваться нельзя, это аморально;
  - В) да, полученная по неформальным каналам коммуникаций информация может стать полезным дополнением к информации, полученной по формальным каналам.

8. Созданием общих условий (систем, процедур, программ), способствующих отбору и реализации потенциала принятых в организацию сотрудников, должны заниматься:

- А) линейные руководители организации;
- Б) функциональные руководители организации;
- В) специалисты кадровой службы.

9. Кому принадлежит решающий голос при отборе на вакантную должность линейного руководителя крупного структурного подразделения организации?

- А) руководителю организации;
- Б) специалистам кадровой службы;
- В) его будущим подчиненным.

10. Кто должен непосредственно заниматься набором кадров массовых профессий на крупном предприятии?

- А) руководитель организации;
- Б) руководитель структурного подразделения;
- В) специалисты кадровой службы.

## **ОП 09 ОСНОВЫ АНТИДОПИНГОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочные средства учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 09 ОСНОВЫ АНТИДОПИНГОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

### 1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.1. История антидопингового контроля в России и за рубежом	Проверка лекарственных средств. Разрешение на терапевтическое использование	Дифференцированный зачет
Тема 1.2 Причины и последствия применения допинга	Тренинг «Профессиональные ценности спортсмена»	
Тема 1.5 Виды нарушений антидопинговых правил	Виды нарушений антидопинговых правил	
Тема 1.6 Последствия нарушения антидопинговых правил.	Ответственность за применение допинга	
Тема 2.3 Принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы	Презентация примера проведения разъяснительной работы среди спортсменов по недопустимости применения допинговых средств и методов.	
Практические занятия	ПР № 1. ПР № 2. ПР № 3 ПР № 4. ПР № 5.	

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

В процессе изучения дисциплины используются такие формы контрольных заданий, как письменная работа, написание реферата, доклада, эссе, опросы, тестирование и другие формы, предназначенные для определения качества освоения обучающимися учебного материала, направленные на измерение степени сформированности той или иной компетенции, как в целом, так и отдельных ее компонентов.

#### **Примерные темы докладов/рефератов:**

1. Понятие допинга, история борьбы с допингом в спорте, общие принципы борьбы с допингом.
2. Основные этапы эволюции взгляда на проблему допинга в спорте 19-21 веков.
3. Ущерб, наносимый допингом идее спорта.
4. Спортивные ценности, спортивная этика, правильное спортивное поведение.
5. Значение антидопингового образования.
6. Риск применения пищевых добавок: оценка риска и потребности.
7. «Запрещенный список»: его структура и порядок создания
8. Проблема злоупотребления наркотиков и допинга в социальном контексте
9. Химическая структура классов веществ, включенных в «Запрещенный список»
10. Терапевтическое использование запрещенных субстанций и методов
11. Алкогольная и наркотическая зависимость в спорте.
12. Психологические последствия допинга.
13. Суть явления зависимости. Признаки зависимости.
14. Физиологические и психологические проблемы зависимости.
15. Ответственность за нарушения антидопинговых правил: спортивные санкции, возможность наступления дополнительных санкций в рамках административного и уголовного законодательства.
16. Традиционные педагогические и интерактивные методы в решении антидопинговых задач.
17. Специфика обсуждения проблемы допинга в детских подростково-молодежных аудиториях.
18. Возможности информационно-коммуникативных технологий в решении антидопинговых задач.
19. Учет индивидуально-психологических особенностей в антидопинговой работе.
20. Специфика антидопинговой работы в параолимпийском спорте.
21. Обзор текущей статистики о распространенности положительных допинг-проб в разных видах спорта.
22. Проблема применения запрещенных субстанций вне спорта.
23. Принципы "фейр плей".
24. Допинг и спортивная фармакология.
25. Допинг как глобальная этическая проблема спорта.
26. Антидопинговые ограничения и лечение заболеваний у спортсменов.
27. Юридические аспекты проблемы допинга.
28. Экономические аспекты проблемы допинга: допинг и финансирование спорта.
29. Медицинские аспекты употребления запрещенных субстанций: текущие и долгосрочные риски.

#### **Примерные тестовые задания**

##### **Тест. Раздел №1 «Решение допинговых проблем в спорте»**

##### **Вариант 1**

1. Под допингом понимается:



(отметьте наиболее правильный ответ)

- 1) Применение запрещённых в спорте веществ.
- 2) Применение стероидных гормонов, диуретиков и наркотиков.
- 3) Всё, что входит в Запрещённый список.
- 4) Нарушение антидопинговых правил.
- 5) Лекарства в любых видах.
- 6) Только то, что запрещает врач команды.
- 7) Нарушение правил доступности спортсменом.

2. Нарушением антидопинговых правил является (отметьте все правильные ответы)

- Подмена или попытка подмены пробы
- Нахождение спортсмена в отдаленных местах и местах, куда затруднен доступ ИДК.
- Уклонение от прохождения допинг-контроля
- Применение запрещенных веществ и методов
- Назначение или попытка назначения запрещенного вещества или метода
- Наличие у спортсмена или его персонала запрещенных веществ
- Незнание антидопингового кодекса ВАДА
- Предоставление информации о местонахождении спортсменом через третьих лиц.

3. Спортсмен освобождается от ответственности за применение запрещенных веществ, если (отметьте все правильные ответы)

- 1) Он не знал, что в препарате есть запрещенные субстанции
- 2) Применение не было направлено на улучшение спортивного результата
- 3) Применял по назначению врача
- 4) Имеется разрешение на терапевтическое использование
- 5) Если запрещенное вещество или метод применялись по жизненным показаниям
- 6) Он подал запрос на ТИ.

4. На соревнованиях спортсмен может отказаться от прохождения допинг-контроля если: (отметьте все правильные ответы)

- 1) На пункте допинг-контроля присутствуют посторонние лица
- 2) Отсутствует сотрудник допинг-контроля одного с ним пола
- 3) Нет специального оборудования, соответствующего МСТ
- 4) Нет напитков в фабричной упаковке
- 5) По религиозным соображениям
- 6) Помещение не обеспечивает конфиденциальности процедуры
- 7) Если ему в этот день предстоят старты в другой дисциплине.

5. Стимуляторы запрещены (один вариант)

- 1) В соревновательный период
- 2) Во внесоревновательный период
- 3) В период соревнований в некоторых видах спорта
- 4) Всегда
- 5) Не запрещены

6. Эритропозитин запрещен (один вариант)

- 1) В соревновательный период
- 2) Во внесоревновательный период
- 3) В период соревнований в некоторых видах спорта
- 4) Всегда
- 5) Не запрещен

## Вариант 2

1. Диуретики (мочегонные) запрещены (один вариант)

- 1) В соревновательный период
  - 2) Во внесоревновательный период
  - 3) В период соревнований в некоторых видах спорта
  - 4) Всегда
  - 5) Не запрещены
2. Заявка на получение разрешения на терапевтическое использование запрещенных веществ и методов подается за (один вариант)
- 1) Сутки до начала соревнований
  - 2) Неделю до начала соревнований
  - 3) 30 дней до начала соревнований
  - 4) 21 день до начала соревнований
3. Как часто меняется Запрещённый список? (один вариант) .
- 1) Перед каждой Олимпиадой.
  - 2) Когда решат в ВАДА.
  - 3) Ежегодно.
  - 4) После того, как количество допинг-скандалов превысит 100.
4. Субстанция или метод попадают в Запрещённый список, если:  
(отметьте все правильные ответы).
- 1) Субстанция или метод способны улучшать спортивные результаты.
  - 2) Субстанцию прекратили производить серийно.
  - 3) Препарат можно легко купить через интернет.
  - 4) Субстанция или метод представляют реальный или потенциальный риск для здоровья спортсмена.
  - 5) Использование данной субстанции или метода противоречит духу спорта.
  - 6) Субстанция прошла сертификацию и выпускается в промышленных масштабах.
5. Алкоголь запрещен (один вариант)
- 1) В соревновательный период
  - 2) Во внесоревновательный период
  - 3) В период соревнований в некоторых видах спорта
  - 4) Всегда
  - 5) Не запрещен
6. Как долго может длиться процедура тестирования спортсмена?
- 1) Если в течение 30 минут спортсмен не смог предоставить необходимое количество мочи, то процедура считается законченной.
  - 2) Столько, сколько потребуется спортсмену для сдачи необходимого количества мочи.
  - 3) Столько, сколько посчитает необходимым спортсмен.

### **Вопросы для устного (фронтальный опрос) и письменного опросов**

1. Каково происхождение слова «допинг»?
2. Назовите виды допинга, распространенные в XIX веке.
3. Какая спортивная федерация и когда впервые официально ввела запрет на допинг?
4. В каком году и кем получена Нобелевская премия по химии за открытие метода синтеза тестостерона из холестерина?
5. В каком году был синтезирован первый анаболический стероид и автор его разработки?
6. Кто считается первой жертвой допинга?
7. Спортсмены сборной какой страны в конце 90-х годов XX века наиболее активно использовали допинг?

8. Чем известна член женской сборной команды ГДР по легкой атлетике Хайди Кригер?
9. Роль американского биохимика Дона Кэтлина в развитии антидопингового обеспечения спорта?
10. Назовите наиболее важные даты в истории борьбы с допингом в XX-XXI вв.
11. Назовите виды антидопинговых организаций.
12. В каком году создано Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА)?
13. Когда подготовлен и вступил в силу Всемирный антидопинговый кодекс?
14. Когда принята Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте?
15. Назовите источники финансирования ВАДА.
16. Какова роль Международного олимпийского комитета в структуре Всемирной антидопинговой системы?
17. Какова роль Международного паралимпийского комитета в структуре Всемирной антидопинговой системы?
18. Какова роль международных спортивных федераций в структуре Всемирной антидопинговой системы?
19. Дайте определение национальной и региональной антидопинговой организации. Чем они отличаются?
20. Когда организовано российское антидопинговое агентство РУСАДА? Перечислите функции РУСАДА.
21. Что вкладывается в понятие «дух спорта»?
22. Назовите основные компоненты Всемирной антидопинговой программы.
23. Перечислите международные нормативно-правовые акты в сфере антидопингового обеспечения спорта.
24. Назовите основополагающий и универсальный документ, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа в спорте.
25. Назовите цели Всемирного антидопингового кодекса и Всемирной антидопинговой программы.
26. Из каких частей состоит Всемирный антидопинговый кодекс?
27. Когда принята Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте? Какова ее цель?
28. Что обязуются выполнять государства, подписавшие эту конвенцию?
29. Перечислите все международные стандарты ВАДА.
30. Перечислите российские нормативно-правовые акты, регламентирующие антидопинговое обеспечение спорта.
31. Перечислите мера по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, согласно Федеральному закону от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
32. Какая уголовная ответственность предусмотрена Уголовным кодексом РФ за склонение спортсмена к использованию субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте?
33. Какая уголовная ответственность предусмотрена Уголовным кодексом РФ за использование в отношении спортсмена субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте?
34. Какая ответственность предусмотрена Кодексом Российской Федерации об административных правонарушениях за нарушения, установленные законодательством о физической культуре и спорте, требований о предотвращении допинга в спорте и борьбе с ним?
35. Каковы критерии включения субстанции или метода в Запрещенный список?
36. Как часто ВАДА обновляет Запрещенный список?
37. Назовите классы субстанций запрещенных все время (в соревновательный и во внесоревновательный период).

38. Назовите классы методов, запрещенных все время (в соревновательный и во внесоревновательный период).
39. Назовите классы субстанций, запрещенных только в соревновательный период.
40. Какие субстанции запрещены только в отдельных видах спорта?
41. Назовите субстанцию, запрещенную в спорте только для мужчин.
42. К какому классу запрещенных субстанций относится мельдоний?
43. К какому классу запрещенных субстанций относится инсулин?
44. Необходимо ли спортсменам с диагнозом инсулинзависимого сахарного диабета оформлять разрешение на терапевтическое использование инсулина?
45. Назовите маскирующие агенты, запрещенные в спорте.
46. Перечислите запрещенные в спорте манипуляции с кровью и ее компонентами.
47. Что такое генный допинг?
48. Что считается «соревновательным периодом» согласно российским антидопинговым правилам?
49. К какому классу субстанций относятся стимуляторы?
50. Какие запрещенные в спорте субстанции могут содержаться в распространенных препаратах, широко применяемых при гриппе и острых респираторных заболеваниях?
51. Приведите примеры наркотических веществ, запрещенных в спорте.
52. Назовите субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта.
53. Можно ли использовать субстанции и методы из запрещенного списка при наличии медицинских показаний?
54. Что регламентирует Международный стандарт по терапевтическому использованию? 55. Каковы показания к оформлению разрешения на ТИ?
56. Перечислите критерии получения разрешения на ТИ.
57. Куда должны подавать запрос на ТИ спортсмены национального уровня?
58. Куда должны подавать запрос на ТИ спортсмены международного уровня?
59. На что должен дать письменное согласие спортсмен, подающий запрос на ТИ?
60. Какую документацию необходимо представить спортсмену для оформления ТИ?
61. Что такое ретроактивное ТИ? В каких случаях спортсмену может быть выдано ретроактивное разрешение на ТИ?
62. Сроки принятия решения о выдаче или об отказе в выдаче разрешения на ТИ?
63. Каковы должны быть действия спортсмена, имеющего разрешение на ТИ, выданное РУСАДА, если он становится спортсменом международного уровня?
64. Чем обусловлена сложность определения побочных эффектов от использования спортсменом запрещенных в спорте субстанций и методов?
65. Что такое анаболические андрогенные стероиды и каковы побочные негативные последствия применения их спортсменами?
66. Каково фармакологическое действие бета-адреноблокаторов? С какой целью применяют в спорте и каковы побочные негативные последствия их применения?
67. Что такое глюкокортикоиды? В чем заключаются их физиологические эффекты и каковы побочные негативные последствия применения их спортсменами?
68. Для чего применяются в спорте диуретики и каковы их негативные побочные эффекты при использовании спортсменами?
69. Каковы физиологические эффект применения инсулина спортсменами в качестве допинга?
70. Что такое каннабиноиды и почему они запрещены в спорте?
71. Какие субстанции относят к психостимуляторам, эффект их применения и побочное негативное влияние?
72. В чем заключаются физиологические эффекты эритропоэтина?

73. Каковы могут быть неблагоприятные последствия кровяного допинга для здоровья спортсмена?
74. Что такое генный допинг и почему он запрещен в спорте?
75. Назовите основные этапы процедуры допинг-контроля.
76. Каковы обязанности спортсмена при прохождении процедуры допинг-контроля?
77. Каковы права спортсмена при прохождении процедуры допинг-контроля?
78. Какие могут быть уважительные причины для отсрочки допинг-контроля?
79. Какие документы должен предъявить инспектор допинг-контроля спортсмену или его представителю?
80. Какова минимальная удельная плотность мочи при проведении допинг-контроля?
81. Какой объем мочи должен быть сдан при проведении допинг-контроля?
82. Сколько допускается попыток забора крови у спортсмена при проведении допинг-контроля?
83. Каков порядок действий при неблагоприятном результате допинг-пробы?
84. Перечислите основные виды наказания за нарушение антидопинговых правил.
85. Дайте определение понятий «аннулирование» и «дисквалификация».
86. Перечислите сроки дисквалификации.
87. В каком случае к спортсмену применяется санкция в виде «временного отстранения»?
88. Срок дисквалификации спортсмена за использование запрещенной субстанции?
89. Срок дисквалификации спортсмена за попытку использования запрещенной субстанции?
90. Срок дисквалификации спортсмена за обладание запрещенной субстанцией?
91. Срок дисквалификации спортсмена за нарушение порядка предоставления информации о местонахождении?
92. Срок дисквалификации за распространение запрещенной субстанции или запрещенного метода?
93. Какой срок дисквалификации спортсмена определен за запрещенное сотрудничество?
94. В каких случаях срок дисквалификации может быть сокращен?
95. С какой целью обнародуют факт нарушения антидопинговых правил спортсменом?
96. Каковы права спортсмена при обнаружении в пробе запрещенной субстанции?
97. Какая ответственность тренеров и специалистов по спортивной медицине предусмотрена согласно Кодексу Российской Федерации об административных правонарушениях за нарушение законодательства в сфере предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним?

### **Критерии оценивания:**

При оценивании практической и самостоятельной работы обучающегося учитывается следующее:

- качество выполнения практической части работы;
- качество оформления отчета о работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы.

Оценка производится по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно обосновывает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но допускает неточности в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Выполнение задания в тестовой форме оценивается по пятибалльной шкале следующим образом:

Оценка «5» соответствует 85%-100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 70%-84,9% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 50%-69,9% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0%-49,9% правильных ответов.

#### **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного дифференцированного зачета. Устный дифференцированный зачет проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном дифференцированном зачете в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный дифференцированный зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На зачете обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса по пройденному материалу. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине «Основы антидопингового обеспечения» путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

##### **Вопросы для подготовки к дифференцированному зачету:**

1. Понятие «допинг». Понятие «борьба с допингом».
2. История употребления допингов спортсменами.
3. Причины употребления допингов спортсменами.
4. Определение допинга и основные аргументы против его применения в спорте.
5. Список запрещенных веществ и методов.
6. Разрешение на терапевтическое использование: понятие, значение, порядок получения.
7. Значение ущерба, наносимого допингом, идее спорта.
8. Олимпийская хартия, Международная хартия физического воспитания и спорта ЮНЕСКО: идеалы и ценности олимпизма в спортивной и соревновательной деятельности.
9. Допинг в элитных видах спорта, массовом спорте, детско-юношеском спорте и обществе.
10. Психологические последствия применения допинга.
11. Медицинские последствия применения допинга.
12. Международно-правовые основы антидопингового регулирования.
13. Общие принципы борьбы с допингом.
14. Всемирный антидопинговый кодекс: основные положения.
15. Международные антидопинговые стандарты.
16. Международные организации в сфере антидопингового контроля.
17. Программы допинг-контроля, соревновательное и внесоревновательное тестирование, информация о местонахождении спортсменов.

18. Использование аккредитованных и отобранных лабораторий.
19. Цель отбора и анализа проб для допинг-контроля.
20. Дополнительный анализ проб.
21. Понятие и виды нарушений антидопинговых правил.
22. Субъекты допинговых нарушений.
23. Роль спортсменов, персонала спортсмена, родителей, клубов, спонсоров, политики, СМИ и аудитории в нарушении антидопинговых правил.
24. Виды нарушений антидопинговых правил.
25. Ответственность за применение допинга в российском законодательстве и международной практике.
26. Криминализация допинга, последствия, сотрудничество между национальными антидопинговыми организациями (NADO) и органами уголовного преследования.
27. Антидопинговые организации в России и за рубежом. Меры борьбы спортивных федераций с применением допинга в спорте.
28. Права и обязанности спортсменов. Принцип «строгой ответственности».
29. Роль и обязанности персонала спортсмена. Осуществление управления результатами.
30. Биологический паспорт спортсмена.
31. Системные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена.
32. Органные факторы, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена.
33. Дополнительные факторы риска, ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена.
34. Характеристика фармакологических препаратов и средств, применяемых в спортивной практике.
35. Сбалансированное питание и прием не запрещенных фармакологических веществ естественного и искусственного происхождения, способствующих обеспечению высокой работоспособности спортсменов.
36. Витамины.
37. Иммуномодуляторы. Гепатопротекторы.
38. Антиоксиданты и свободные радикалы (оксиданты). Антигипоксанты.
39. Анаболизующие препараты.
40. Регуляторы нервно-психического качества.
41. Общие принципы построения программ антидопинговой профилактики.
42. Основные задачи, решаемые в процессе разработки технологий антидопинговой профилактики.
43. Фармакологическое обеспечение этапов подготовки спортсменов.
44. Фармакологическое обеспечение спортсменов в период соревнований.
45. Фармакологическое обеспечение спортсменов в период восстановления.

### **Критерии оценивания:**

Каждый вопрос экзамена в устной форме оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений

учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.



## **ОП 10 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочные средства учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 10 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 2г 10м и 3г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочные средства.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.

- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.

- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»

- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.

- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочные средства.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,

- Устав АНО ПО «МИКА»

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура

- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».

- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Раздел I Двигательный аппарат человека как точки зрения биомеханики Основы кинематики и динамики движения человека	<i>Практическая работа:</i> Условия сохранения равновесия и движения звеньев как рычагов <i>Практическая работа</i> Расчет кинематических характеристик движения <i>Практическая работа</i> Расчет динамических характеристик	Комплексный дифференцированный зачет
РАЗДЕЛ II Половозрастные особенности моторики человека. Биомеханика двигательных качеств человека. Биомеханические основы физических упражнений.	Доклады с презентацией: Физическая работоспособность, развитие быстроты; развитие ловкости; развитие выносливости; развитие гибкости <i>Практическая работа:</i> Определение ОЦТ тела	

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

В процессе изучения дисциплины используются такие формы контрольных заданий, как практическая работа, написание реферата, доклада, сообщения, блиц-опросы и другие формы, предназначенные для определения качества освоения обучающимися учебного материала, направленные на измерение степени сформированности той или иной компетенции, как в целом, так и отдельных ее компонентов.

#### **Примерная тематика рефератов**

1. Строение и функции биомеханической системы двигательного аппарата человека
2. Биомеханические характеристики тела человека и его движений
3. Биодинамика двигательных действий
4. Биомеханика двигательных качеств и биомеханический контроль физической подготовленности
5. Системы движений и организация управления ими
6. Биомеханический контроль спортивно-технической подготовленности
7. Телосложение и моторика человека
8. Онтогенез моторики. Роль созревания и научения в онтогенезе моторики Двигательный возраст. Прогноз развития моторики
9. Влияние возраста на эффект обучения и тренировки
10. Особенности моторики женщин
11. Двигательные предпочтения
12. Динамика вращательного движения. Механизм вращательного движения звена
13. Управление движениями вокруг осей с изменением кинетического момента системы
14. Равновесие тела человека. Поза и положение тела. Силы, уравниваемые при сохранении положения
15. Сохранение и восстановление положения тела человека. Условия устойчивости тела человека
16. Биодинамика осанки. Динамическая осанка. Нарушения и восстановление правильной осанки
17. Движения на месте. Изменение движения центра масс системы, изменение количества движения системы
18. Преодолевающие и уступающие движения. Механизмы притягивания и отталкивания
19. Условия активного и пассивного движений относительно верхней и нижней опоры
20. Моторные асимметрии у человека и их возрастные особенности
21. Биомеханика ходьбы и бега. Фазовый состав ходьбы и бега
22. Проявление функциональной асимметрии у спортсменов. Биомеханические аспекты управления тренировочным процессом с учетом функциональной асимметрии
23. Биомеханика передвижения на лыжах. Кинематика лыжных ходов. Динамика и энергетика передвижения на лыжах
24. Метание гранаты и мяча. Кинематика метаний. Топография работающих мышц
25. Биомеханика единоборств. Биомеханическая структура борьбы. Основы теории удара. Виды ударных действий

#### **Примерная тематика заданий для самостоятельной подготовки докладов, презентаций**

1. Биомеханика мышечной ткани. Строение мышц и механизм сокращения
2. Механические воздействия на человека. Деформация
3. Равновесие тел на поверхности. Условия равновесия
4. Неподвижное или статическое положение тела
5. Понятие осанки. Силы тяги мышц при фиксации позы

6. Динамика движения материальной точки по окружности. Плечо и момент силы. Момент инерции

7. Консервативные силы потенциальной энергии
8. Закон сохранения энергии в механике
9. Перегрузки и невесомость. Движение в безупорном пространстве
10. Динамические кратковременные воздействия на человека
11. Движение ОЦТ тела и перемещение тела в целом. Биомеханика гребли
12. Взаимодействие пловцов с водой при плавании
13. Стили плавания, движения рук и ног
14. Энергетика локомоций
15. Кинематические характеристики центров суставов нижних конечностей в беговом цикле.
16. Внешние силы и силы реакции опоры
17. Биомеханика технико-эстетических видов спорта.
18. Основные элементы двигательной деятельности в артистических видах спорта.
19. Контрольная работа проводится в форме теста по всему учебному материалу.

### **Примерные варианты тестовых заданий**

#### **Общая биомеханика**

1. Биомеханика возникла на стыке двух наук -
  - a) физической культуры и биологии
  - b) биологии и механики
  - c) механики и психологии
2. Главная задача биомеханики
  - a) - оценка эффективности роста
  - b) - оценка эффективности для достижения поставленных целей
  - c) - оценка эффективности уровня знаний и умений
3. Метод биомеханики
  - a) - систематические тренировки
  - b) - системный анализ и синтез движений
  - c) - систематическое тестирование
4. Предмет биомеханики
  - a) живые системы или биосистемы
  - b) материя и общие формы её движения
  - c) экологические системы
5. Биомеханика это
  - a) -экспериментальная наука
  - b) - математическая наука
  - c) - наука об изучении строения человека
6. Биомеханика изучает
  - a) -биохимические изменения
  - b) -активные движения человека и животных
  - c) -историю России
7. Разделом биомеханики не является:
  - a) медицинская биомеханика
  - b) инженерная биомеханика
  - c) динамическая биомеханика
  - d) биомеханика спорта
8. Биомеханика делится на:

- a) простую, сложную
- b) общую, частную, дифференцированную
- c) фронтальную, групповую, индивидуальную

9. Что изучает дифференциальная биомеханика?

- a) Дифференциальная биомеханика изучает индивидуальные и групповые особенности моторики человека.
- b) Дифференциальная биомеханика изучает конкретные вопросы техники и тактики в отдельных видах спорта.
- c) Дифференциальная биомеханика изучает физиологические особенности человека.

10. Что изучает частная биомеханика?

- a) Частная биомеханика изучает индивидуальные и групповые особенности моторики человека.
- b) Частная биомеханика рассматривает конкретные вопросы технической и тактической подготовки в отдельных видах спорта и разновидностях массовой физической культуры
- c) Дифференциальная биомеханика изучает теоретические основы биомеханики и пытается выяснить механизм движений.

11. Что изучает общая биомеханика?

- a) Общая биомеханика изучает индивидуальные и групповые особенности моторики человека.
- b) Общая биомеханика изучает теоретические основы биомеханики и пытается выяснить механизм движений.
- c) Общая биомеханика рассматривает конкретные вопросы технической и тактической подготовки в отдельных видах спорта и разновидностях массовой физической культуры

### **Частная биомеханика**

1. Биомеханическая система это

- a) -объединение предметов
- b) -объединение живых органов
- c) -радиус центра тяжести

2. Биокинематические цепи это

- a) -соединение звеньев
- b) -разъединение звеньев
- c) -соединение кинематических пар

3. Незамкнутая кинематическая цепь-это

- a) цепь, в которой конечное звено свободно
- b) цепь, в которой отсутствуют звенья
- c) цепь, состоящая из одинаковых жёстких деталей

4.Замкнутая кинематическая цепь-это

- a) цепь, в которой конечное звено свободно
- b) цепь, в которой нет свободного конечного звена
- c) полимерная цепь

5. Биокинематические пары

- a) -пары звеньев с активным соединением
- b) -часть тела
- c) -нижние конечности

6. Двигательный аппарат человека состоит из:

- a) отдельных костей
- b) сухожилий

с) групп мышц

d) звеньев тела

7. Звено это

a) -нижние конечности

b) -верхние конечности

c) -часть тела с активным соединением

8. Как определяется положение системы (звеньев тела человека)?

a) Положение системы тел (звеньев тела человека), изменяющих свою конфигурацию, определяется по начальному и конечному положению тела.

b) Положение системы тел (звеньев тела человека), изменяющих свою конфигурацию (взаимное расположение звеньев тела), определяют по координатам.

c) Положение системы тел (звеньев тела человека), изменяющих свою конфигурацию (взаимное расположение звеньев тела), определяют по положению каждого звена в пространстве.

d) Положение системы тел (звеньев тела человека), изменяющих свою конфигурацию (взаимное расположение звеньев тела), определяют по инерционным характеристикам.

9. Степень свободы - это

a) количество независимых угловых и линейных перемещений тела

b) изменение движений и двигательных возможностей человека на протяжении его жизни

c) обусловленные изменения анатомического строения и физиологических функций организма

10. Всего степеней свободы

a) -пять

b) -шесть

c) -четыре

11. Всего осей вращения

a) -четыре

b) -три

c) -две

12. Геометрические ограничения препятствуют движению

a) -вправо

b) -влево

c) -в любом направлении

13. Кинематические ограничения

a) -скорости

b) -силы

c) -быстроты

14. Двигательный аппарат включает в себя более

a) -300 костей

b) -200костей

c) -400костей

15. Двигательный аппарат включает в себя более

a) -300мышц

b) -500мышц

c) -600мышц

16. Твердое тело, чаще в виде стержня, которое может вращаться (поворачиваться) вокруг неподвижной оси - это:



- a) балансир
  - b) блок
  - c) рычаг
  - d) неподвижный блок
17. Одноплечие рычаги
- a) -первого рода
  - b) - второго рода
  - c) -третьего рода
18. В биомеханике рычаги бывают
- a) -одноплечими
  - b) -двуплечими
  - c) -одноплечие и двуплечие
19. Рычаг, обеспечивающий перемещение или равновесие головы в саггитальной плоскости:
- a) рычаг второго рода
  - b) рычаг первого рода
  - c) рычаг третьего рода
  - d) рычаг четвертого рода
20. Не дает выигрыша в силе, но позволяет изменять ее направление:
- a) рычаг первого рода
  - b) неподвижный блок
  - c) рычаг второго рода
  - d) балансир
21. Типы рычагов 2 рода:
- a) рычаг мощности и рычаг скорости
  - b) рычаг инерции и рычаг массы
  - c) рычаг силы и рычаг скорости
22. Мерой действия силы на рычаг является:
- a) плечо силы.
  - b) плечо рычага.
  - c) положение оси рычага.
  - d) момент силы.
23. Группы мышц выполняющие совместные действия
- a) -антагонисты
  - b) -синергисты
  - c) -антагонисты и синергисты
24. В биомеханике работа бывает
- a) -статической
  - b) -динамической
  - c) - статической и динамической
25. Эргометрия это
- a) метод измерения совершённой человеком работы
  - b) раздел математики, в котором изучаются пространственные формы и законы их измерения.
  - c) это метод количественного определения содержания веществ в растворах
26. Каким прибором измеряется работа, совершённая человеком?
- a) тахометр
  - b) амперметр
  - c) эргометр

d) тонометр

27. Какие показатели называются эргометрическими показателями?

a) Показатели мощности, интенсивности, скорости, аэробного обмена называются эргометрическими показателями.

b) Показатели интенсивности, объема и времени выполнения двигательного задания называются эргометрическими показателями.

c) Эргометрическими показателями называются показатели, характеризующие связь человека со средой.

28. Нагрузками называется:

a) силы, приложенные к телу и в совокупности вызывающие его деформации

b) объёмы задач, выполняемых в данный момент системой

c) отношения подъёмных сил к весу

29. Деформация тела

a) способность изменять форму под действием внешней нагрузки и восстанавливать измененную форму после того, как нагрузка перестает действовать

b) изменение взаимного расположения материальных точек тела, которое приводит к изменению его формы и размеров

c) способность материала без разрушения получать большие остаточные деформации

30. Механическое напряжение, при котором начинается разрушение тела называется:

a) пределом упругости

b) пределом прочности

c) относительной деформацией тела

d) абсолютной деформацией тела.

31. Закон Гука выражается формулой:

a)  $F=ma$

b)  $\sigma=Es$

c)  $p=mv$

32.1 единица измерения модуля упругости (модуля Юнга) в системе СИ:

a)  $m$

b) Па

c)  $\frac{=}{c}$

1. Виды мышечных сокращений:

a) систолическое и диастолическое

b) ритмическое и систолическое

c) изометрическое и изотоническое

34. Сокращение мышцы, при котором ее волокна укорачиваются, но напряжение остается постоянным, называется:

a) инерционным

b) изометрическим

c) изотоническим

d) Синергетическим

35. Сокращение, при котором мышца укоротиться не может (оба конца неподвижно закреплены), а напряжение возрастает, называется:

a) изометрическим

b) изотоническим

c) статическим

d) инерционным

36. Укажите характеристическое уравнение Хилла:

- a)  $(P + a)(v + b) = (P_0 + a)b$
- b)  $E = E_0 + AV$
- c)  $pV = vRT$

37. Какой из видов механических задач не определяют мышцы?

- a) поддержание позы
- b) перемещение тела в пространстве
- c) проведение нервных импульсов
- d) движение частей относительно друг друга

### Дифференциальная биомеханика

1. Сила тяжести тела

- a) приложена к ОЦТ тела.
- b) приложена в точке опоры тела.
- c) имеет такое же направление, что и сила реакции опоры
- d) направлена по касательной к соприкасающимся поверхностям

2. Точка, относительно которой сумма моментов сил тяжести, действующих на все части тела, равна нулю - это:

- a) правилом моментов
- b) равновесным положением тела
- c) центром тяжести тела

3. Плечом силы тяжести является:

- a) перпендикуляр, проведенный из центра сустава к вертикали, опущенной из ОЦТ тела
- b) отрезок, соединяющий вершину треугольника с серединой противоположной стороны
- c) самая длинная сторона прямоугольного треугольника, противоположная прямому углу

4. Чем больше плечо силы тяжести,

- a) тем больший момент вращения она имеет по отношению к суставу
- b) тем меньший момент вращения она имеет по отношению к суставу
- c) тем больший момент вращения она имеет по отношению к ОЦМ

5. Что называется общим центром масс тела (ОЦМ)?

a) -линия, где пересекаются все силы, действующие на тело, приводящие к поступательному движению, и не вызывающие его вращения.

b) -равнодействующая всех сил тяжести всех частей тела.

c) -линия, где пересекаются все силы, действующие на тело, приводящие к поступательному движению, и вызывающие его вращения.

6. Что называется общим центром тяжести тела (ОЦТ)?

a) точка приложения равнодействующих сил тяжести всех составляющих его частей (звеньев тела).

b) точка, в которой находится момент инерции.

c) равнодействующая всех динамических сил.

7. Чем определяется положение тела человека?

a) Положение тела человека определяется вращением тела вокруг свободных и не свободных осей.

b) Положение тела человека определяется его местоположением вокруг главного вектора и главного момента сил.

c) Положение тела человека определяется его позой, местоположением, ориентацией относительно системы отсчета и отношением к опоре

8. Может ли изменять свое положение общий центр тяжести?

a) общий центр тяжести тела не может изменять свое положение.

b) если изменяется положение центры масс звеньев тела и тело находится в состоянии покоя

(в положении лёжа).

с) если не изменяются центры масс звеньев тела.

9. Какие силы могут быть приложены к биомеханической системе?

а) К биомеханической системе могут быть приложены силы веса, подъемная сила, вращающий момент, движения на месте.

б) К биомеханической системе могут быть приложены силы тяжести, силы веса, подъемная сила, вращающий момент, движения на месте.

с) К биомеханической системе могут быть приложены силы тяжести, реакции опоры, силы веса, мышечные тяги, усилия партнера и др. силы.

10. Сопоставьте массу отдельных сегментов тела человека с относительными единицами.

а) Голова	1) 43% (a-2.b-4.c-5.d-3.e-1.f-7.g-6)
б) Плечо	2) 7%
с) Предплечье	3) 1%
д) Кисть	4) 3%
е) Туловище	5) 2%
ф) Бедро	6) 5%
г) Голень	7) 12%

### **Критерии оценивания:**

При оценивании практической и самостоятельной работы обучающегося учитывается следующее:

- качество выполнения практической части работы;
- качество оформления отчета о работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы;
- качество ответов на вопросы, обсуждаемые на семинаре.

Оценка производится по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно обосновывает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но допускает неточности в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Выполнение задания в тестовой форме оценивается по пятибалльной шкале следующим образом:

Оценка «5» соответствует 85%-100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 70%-84,9% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 50%-69,9% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0%-49,9% правильных ответов.

## **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме комплексного дифференцированного зачета. Зачет

проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном зачете в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На зачете обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса по пройденному материалу. Время на подготовку к ответу - не более 30 минут. Время ответа - не более 20 минут. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине Основы биомеханики путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

### **Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации**

1. Предмет биомеханики. Взаимосвязь с другими дисциплинами. История развития биомеханики.
2. Краткое содержание разделов биомеханики физических упражнений
3. Биомеханика, как связующее звено между теорией и практикой физического воспитания, спорта и массовой физической культуры
4. Измерения в биомеханике. Шкалы измерений и единицы измерения.
5. Биомеханические характеристики. Количественная оценка технико-тактического мастерства.
6. Тестирование и педагогическое оценивание в биомеханике. Телеметрия и методы регистрации биомеханических характеристик.
7. Автоматизация биомеханического контроля (датчики, компьютерные системы, программы).
8. Законы динамики
9. Сила тяжести и вес, сила реакции опоры
10. Силы упругости. Закон Гука. Общее понятие о силах инерции
11. Масс-инерционные характеристики тела человека.
12. Силовые характеристики поступательного и вращательного движения.
13. Энергетические характеристики движений.
14. Работы силы. Мощность. Коэффициент полезного действия, коэффициент механической эффективности
15. Биокинематические пары и цепи. Индексный способ описания поз и движений.
16. Звенья тела как рычаги. Условия их равновесия и ускорения.
17. Модель строения и механические свойства мышцы.
18. Механика мышечного сокращения. Разновидности работы мышц.
19. Механические, анатомические, физиологические условия тяги мышц.
20. Биомеханические свойства и функции костей
21. Режимы сокращения и разновидности работы мышц
22. Телосложение и моторика человека
23. Выталкивающая сила, лобовое сопротивление, нормальная реакция среды. Их действие.
24. Сила трения, ее действие.
25. Классификации сил при выполнении физических упражнений. Роль сил в движениях человека.
26. Биомеханика дыхательных действий.
27. Онтогенез моторики. Двигательный возраст
28. Биомеханические требования к специальным силовым упражнениям.
29. Понятие кинематики и динамики. Механическое движение. Система отсчета.
30. Равномерное, прямолинейное, поступательное и вращательное движение.

31. Дайте определения массы, сила, сложение сил. Работа сил, действующих на тело. Энергия и мощность.
32. Биомеханические особенности тренировки силы отдельных мышечных групп, и механические требования к специальным силовым упражнениям.
33. Понятие о скоростных качествах. Зависимость между силовыми и скоростными качествами.
34. Понятия о быстроте, координации, ловкости и гибкости, и их развитие.
35. Основные понятия теории управления. Аппарат управления и аппарат исполнения.
36. Утомление и его биомеханические проявления. Возрастное развитие выносливости.
37. Программный способ управления. Каналы прямой и обратной связи.
38. Незамкнутые и замкнутые контуры управления.
39. Управление и регуляция. Произвольный контроль и сенсорные коррекции. Функциональные системы двигательного действия.
40. Основные понятия теории управления. Уровни управления по Н. А Бернштейну
41. Биологические обратные связи в практике физкультурно-спортивной работы. Способы и средства коррекции двигательных действий человека.
42. Механические модели мышц. Физическое моделирование движений. Регрессионные модели. Искусственная управляющая среда.
43. Тренажеры. Тренировочные приспособления.
44. Реализация принципа технико-физического сопряжения посредством биомеханических средств тренировки. Биомеханические методы и средства вывода спортсменов на рекордную результативность.
45. Телосложение и двигательные возможности. Возрастные изменения двигательных возможностей.
46. Моторные асимметрии у человека и их возрастные особенности.
47. Биомеханика ходьбы и бега. Фазовый состав ходьбы и бега
48. Проявление функциональной асимметрии у спортсменов. Биомеханические аспекты управления тренировочным процессом с учетом функциональной асимметрии.
49. Средства и методы регистрации пространственных характеристик
50. Степени свободы движений в биомеханических цепях.
51. Возрастная биомеханика. Возрастные локомоции.
52. Общеразвивающие гимнастические упражнения. Кинематика наклонов, вперёд с параллельными ногами и топография работающих мышц.
53. Кинематика ходьбы и бега. Топография работающих мышц. Динамика и энергетика ходьбы и бега.
54. Биомеханика передвижения на лыжах. Кинематика лыжных ходов. Динамика и энергетика передвижения на лыжах.
55. Метание гранаты и мяча. Кинематика метаний. Топография работающих мышц.
56. Биомеханика единоборств. Биомеханическая структура борьбы. Основы теории удара. Виды ударных действий.

**Примерные варианты практические задания для подготовки к промежуточной аттестации**

**Задача 1.** Мяч массой 200 г, который имел скорость 1,5 м/с, был пойман в полете, на сколько изменился импульс мяча?

**Задача 2.** Теннисист бьет ракеткой по мячу с силой 0,6 кН. Удар длился 0,001 с. На сколько изменяется импульс мяча?

**Задача 3.** Из игрушечного пистолета вылетает шарик со скоростью 4 м/с. Определите скорость «отдачи» пистолета, если его масса составляет 100 г, а масса шарика 5 г.

**Задача 4.** На какую высоту поднимется тело, подброшенное вертикально вверх, с начальной скоростью 20 м/с? При решении задачи не учитывается сопротивление воздуха.

Дано:  $V=20$  м/с;  $h=?$

**Задача 5.** Необходимо рассчитать жесткость пружины, если известно, что при растяжении ее на 20 см пружина приобрела потенциальную энергию упругодеформированного тела 20 Дж.

**Задача 6.** Спусковую пружину игрушечного пистолета сжали на 5 см, при вылете шарик массой 20 г приобрел скорость 2 м/с. Необходимо рассчитать, какова жесткость пружины.

**Задача 7.** Парашютист равномерно спускается на парашюте, следовательно, его кинетическая энергия не изменяется, а потенциальная уменьшается. Не нарушается ли закон сохранения энергии? Почему?

**Задача 8.** На какую максимальную высоту над поверхностью Земли может подняться подброшенное тело массой 500 г, если в момент броска кинетическая энергия тела равна 200 Дж? Ускорение свободного падения считайте равным  $9,8$  м/с<sup>2</sup>.

**Задача 9.** Какую скорость приобрела стрела, выпущенная вверх, массой 50 г, если перед выстрелом лук был деформирован на 10 см? Коэффициент жесткости лука равен 2 Кн/м. На какую максимальную высоту поднимется стрела? Соппротивлением воздуха можно пренебречь.

### **Критерии оценивания:**

Каждый вопрос ДЗ в устной форме оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

**ОП 11 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**



## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочных средств для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочных средств для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 11 ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2 г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

### 1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.**

**Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

**2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта.	Устный опрос № 1	Экзамен
Тема 1.2. Всеобщая история физической культуры	Устный опрос № 2	
Тема 1.3. История международного Олимпийского движения.	Устный опрос № 3	
Тема 1.4. ИФК и спорта в России с древнейших времен до начала XX века.	Устный опрос № 4	
Тема 1.5. Становление и развитие советской и Российской системы ФК	Контрольная работа № 1 Устный опрос № 5	
Тема 2.1. Основные понятия ТФК	Устный опрос № 6	
Тема 2.2. Структура и функции ФК.	Устный опрос № 7	
Тема 2.3. ТФК как наука и учебная дисциплина	Устный опрос № 8	
Тема 2.4. Система ФК как социальное явление.	Контрольная работа № 2 Устный опрос № 9	
Тема 3.1. Средства формирования физической культуры личности	Устный опрос № 10	
Тема 3.2. Методы формирования физической культуры личности	Устный опрос № 11	
Тема 3.3. Принципы занятий физ. У праздниками	Устный опрос № 12	
Тема 3.4. Обучение двигательным действиям	Контрольная работа № 3 Устный опрос № 13	
Тема 4.1. Характеристика физических способностей	Устный опрос № 14	
Тема 4.2. Сила и методика ее развития	Устный опрос № 15	
Тема 4.3. Скоростные способности и методика их развития	Устный опрос № 16	
Тема 4.4. Выносливость и методика ее развития	Устный опрос № 17	
Тема 4.5. Гибкость и методика ее развития	Устный опрос № 18	
Тема 4.6. Методика развития координационных способностей	Контрольная работа № 4 Устный опрос № 19	
Тема 5.1. Классификация форм занятий в ФВ	Устный опрос № 20	
Тема 5.2. Контроль в ФВ	Контрольная работа № 5 Устный опрос № 21	
Тема 6.1. Общая характеристика спорта	Устный опрос № 22	

Тема 6.2. Основы спортивной тренировки	Устный опрос № 23
Тема 6.3. Основы оздоровительной тренировки	Контрольная работа № 6 Устный опрос № 24

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ

#### Устный опрос № 1. Введение в теорию и историю физической культуры и спорта

1. Назовите тенденции формирования теории физической культуры в системе знаний о физической культуре.
2. Дайте описание структуры теории физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение.
3. Перечислите предмет, цель, задачи и содержание учебного курса «Теория и история физической культуры», её интегрирующая роль и место в системе профессионального образования.
4. Назовите значение теории физической культуры для студентов и выпускников образовательных учреждений физической культуры.
5. В каком порядке лучше изучать теорию и историю ФК и спорта?

#### Устный опрос № 2. Всеобщая история физической культуры

1. Когда был обнаружен и что собой представляет «эффект утомляемости»?
2. Назовите цель физической культуры в первобытнообщинном строе.
3. Почему рабовладельческий строй явился самым благоприятным для развития ФК?
4. Назовите наивысшую форму ФК рабовладельческого строя.
5. Какие атрибуты спорта берут своё начало в Античном мире?
6. Дайте определение понятию «триединство человеческого начала».
7. Что было единственной формой физического воспитания и соревновательной деятельностью в раннем средневековье в странах Европы?
8. В какую эпоху началось восстановление многих ценностей античной культуры, в том числе и ФК?
9. К чему привело развитие производства и зарождение буржуазии в позднем средневековье?
10. Что было характерной особенностью восточных систем ФК?
11. Какое применение имели Боевые искусства востока?

#### Устный опрос № 3. История международного Олимпийского движения

1. Когда и где появились олимпийские игры древности?
2. Как звали императора, который в 394 году н.э. запретил проведение олимпийских игр?
3. Кто воплотил в жизнь Идею о возрождении Олимпийских игр?
4. Где и в каком году были проведены первые Олимпийские игры современности?
5. Перечислите известные вам олимпийские символы.
6. Кто, где и когда выиграл первую в истории отечественного спорта золотую олимпийскую медаль?
7. Под каким флагом выступали спортсмены нашей сборной после распада СССР?
8. Назовите фамилию самой титулованной спортсменки за всю историю участия нашей сборной в Олимпийских играх.

#### Устный опрос № 4. ИФК и спорта в России с древнейших времен до начала XX века

1. На что была направлена физическая культура восточных славян?
2. Каким обрядом сопровождалось вхождение во взрослую жизнь у восточных славян?
3. Что являлось уникальной народной формой физического воспитания центральных регионов Руси, аналогов которой не было нигде?
4. Физическое воспитание казачества имело черты организованного физического и нравственного воспитания выраженного военизированного характера (перечислите).
5. Кем по образованию был П.Ф. Лесгафт?
6. Созданные Лесгафтом курсы стали высшими учебными заведением, готовящим руководителей и организаторов физического образования. В каком году это случилось?

#### Устный опрос № 5. Становление и развитие советской и Российской системы ФК.

1. Назовите плюсы и минусы советской системы управления ФК и спорта.
2. Назовите орган, который является главным органом управления ФК и спортом и выполняет

функции организационного обеспечения и соблюдения государственных принципов на территории страны.

3. Перечислите общественные органы управления ФК и спортом в современной России
4. Чем занимаются силовые ведомства Российской Федерации: Министерство обороны, МВД, ФСБ, ФСК, ФСО?

**Устный опрос № 6. Основные понятия теории физической культуры**

1. В чем заключается смысл физической культуры как компонента культуры общества?
2. Перечислите 3 группы признаков, характеризующих сферу физической культуры.
3. Дайте сравнительную характеристику понятиям «физическая культура» и «физическое воспитание»; «физическая культура» и «спорт».
4. Что является результатом физической подготовки?
5. Какими показателями характеризуется процесс физического развития?
6. Перечислите законы, которыми определяется и которым подчиняется процесс физического развития человека.
7. Перечислите важнейшие показатели физически совершенного человека современности.
8. В чем смысл терминов «физическая рекреация» и «двигательная реабилитация»?

**Устный опрос № 7 Структура и функции ФК**

1. Какие критерии положены Л.П. Матвеевым в основу выделения тех или иных разделов (видов) физической культуры?
2. На основании каких признаков структурирует В.М Выдрин физическую культуру?
3. Перечислите потребности общества в сфере физической культуры.
4. Какие потребности личности удовлетворяют те или иные компоненты (виды) физической культуры?
5. Назовите основные виды физической культуры. Перечислите отличительные признаки базовой физической культуры.
6. Раскройте понятие оздоровительно-реабилитационной физической культуры.
7. На что направлено содержание фоновой физической культуры?
8. Какие две категории функций физической культуры вы знаете?
9. В чем заключаются общекультурные функции физической культуры?
10. Что понимают под специфическими функциями физической культуры?
11. Раскройте содержание образовательной функции.

**Устный опрос № 8. ТФК как наука и учебная дисциплина.**

1. К какой категории наук относится теория физической культуры?
2. Перечислите источники возникновения и развития теории и методики физической культуры.
3. Охарактеризуйте особенности «Теории и методики физической культуры» как учебной дисциплины.
4. Какие области знаний интегрирует в себе теория физической культуры?
5. Раскройте значение теории и методики физической культуры для студентов и выпускников физкультурных учебных заведений.

**Устный опрос № 9. Система ФК как социальное явление.**

1. Что понимается под «системой физической культуры»?
2. Какова цель системы физической культуры?
3. Что входит в понятие «система физического воспитания»?
4. Как взаимодействуют между собой педагогическая и социальная подсистема физического воспитания?
5. Чем определяется постановка целей систем физической культуры?
6. В чем выразилось влияние социально-экономических и других преобразований в нашей стране на состояние физической культуры?
7. Охарактеризуйте элементы физической культуры личности.
8. Охарактеризуйте задачи системы физической культуры.
9. На каких основах возникает современная система физической культуры в обществе? Дайте краткую характеристику каждой.

### **Устный опрос № 10. Средства формирования физической культуры личности**

1. Дайте определения понятиям «движение», «действие», «физическое упражнение».
2. Почему физические упражнения являются основным средством физической культуры?
3. Перечислите факторы, определяющие эффективность воздействия физических упражнений.
4. Чем характеризуется содержание и форма физических упражнений?
5. Приведите примеры классификации физических упражнений по 5-6 классификационным признакам.
6. Что понимается под техникой физических упражнений?
7. Что понимается под пространственными, временными, пространственно-временными, силовыми и ритмическими характеристиками техники физических упражнений?
8. При каких условиях естественные силы природы и гигиенические признаки становятся средством физического воспитания?

### **Устный опрос № 11. Методы формирования физической культуры личности**

1. Дайте краткую характеристику понятий «метод», «методический прием», «методика», «методический подход» и на практическом примере раскройте соотношение между ними.
2. Перечислите требования, предъявляемые к выбору метода в процессе физического воспитания.
3. Какие группы методов вам известны?
4. Дайте характеристику методам формирования знаний.
5. Раскройте классификацию методов, применяемых при обучении двигательным действиям.
6. Опишите классификацию методов, связанных с нормированием и управлением параметрами нагрузки в процессе выполнения упражнения.
7. В чем преимущества и недостатки игрового и соревновательного методов?

### **Устный опрос № 12. Принципы занятий физическими упражнениями**

1. Что понимается под принципами в теории физической культуры?
2. В чем заключаются социальные принципы формирования физической культуры человека?
3. Перечислите общеметодические принципы.
4. Дайте характеристику принципу сознательности и активности.
5. Охарактеризуйте формы проявления наглядности.
6. Что означает принцип доступности и индивидуализации?
7. Раскройте значение специфического принципа непрерывности.
8. Какое значение имеет реализация принципа прогрессирования воздействий?
9. Раскройте сущность принципа цикличности.
10. Почему в физической культуре необходимо максимально использовать принцип возрастной адекватности педагогического воздействия?

### **Устный опрос № 13. Обучение двигательным действиям**

1. Дайте определение понятиям «обучение», «обучаемость», «знания».
2. Какие виды знаний Вам известны?
3. Дайте характеристику двигательных умений.
4. Опишите фазы формирования двигательного навыка. Что Вы понимаете под ориентировочной основой действия?
5. Что Вам известно о взаимодействии (переносе) навыков?
6. Дайте определение двигательной ошибке.
7. Перечислите основные причины ошибок и пути их устранения.
8. Назовите этапы обучения двигательным действиям, цель и задачи на каждом этапе.

### **Устный опрос № 14. Характеристика физических способностей**

1. Дайте определения понятий «физические способности», «физические качества».
2. Раскройте понятия «физические способности», «физические качества».
3. Перечислите врожденные задатки, которые лежат в основе развития физических способностей.
4. Перечислите основные закономерности развития физических способностей.
5. Какой фактор является ведущим в развитии физических способностей?
6. Раскройте закономерность развития физических способностей «неравномерность и гетерохронность».
7. В чем проявляется сущность этапности развития физических способностей? Проиллюстрируйте на примере закономерность переноса физических способностей.
8. В чем особенности единства и взаимосвязи между двигательными умениями и

физическими способностями?

9. Перечислите основные принципы развития физических способностей.
10. Раскройте принцип регулярности педагогических воздействий. Какие эффекты происходят в организме человека в результате выполнения физических упражнений? В чем заключается принцип прогрессирования и адаптационно-адекватной предельности в наращивании эффекта педагогических воздействий?
11. Раскройте значение принципа рационального сочетания и распределения во времени педагогических воздействий различного характера.
12. Дайте характеристику принципа возрастной адекватности педагогических воздействий

#### **Устный опрос № 15. Сила и методика ее развития**

1. Дайте определение понятий «мышечная сила», «абсолютная сила», «относительная сила», «взрывная сила».
2. Назовите режимы работы мышц.
3. Перечислите механизмы, обеспечивающие проявление силовых способностей?
4. Назовите группы упражнений, которые используются для развития силовых способностей?
5. Дайте краткую характеристику методов развития силовых способностей.
6. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля: «максимальной силы», «взрывной силы», «силовой выносливости».

#### **Устный опрос № 16. Скоростные способности и методика их развития**

1. Дайте определение скоростных способностей.
2. Какие разновидности скоростных способностей существуют?
3. Перечислите механизмы, обеспечивающие проявление скоростных способностей?
4. Назовите группы упражнений, которые используются для развития скоростных способностей?
5. Дайте краткую характеристику методов развития скоростных способностей.
6. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля: «простой реакции», «сложной реакции», «скорости одиночного движения», «максимальной частоты движений в разных суставах», «скорости, проявляемой в целостных двигательных действиях».
7. Опишите методики развития основных компонентов скоростных способностей (скорость простой и сложной двигательной реакции, скорости одиночного движения, комплексных форм проявления скоростных способностей).

#### **Устный опрос № 17. Выносливость и методика ее развития**

1. Дайте определение понятий «выносливость», «общая выносливость», «специальная выносливость».
2. Какие разновидности выносливости существуют?
3. Перечислите механизмы, обеспечивающие проявление выносливости?
4. Какие средства наиболее эффективны для развития общей выносливости, силовой выносливости, скоростной выносливости?
5. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля за развитием видов выносливости.
6. Опишите методики развития основных видов выносливости (общей выносливости, специальной выносливости, скоростной выносливости).

#### **Устный опрос № 18. Гибкость и методика ее развития**

1. Дайте определение понятий «гибкость», «активная гибкость», «пассивная гибкость».
2. Перечислите виды гибкости.
3. Перечислите механизмы, обеспечивающие проявление гибкости.
4. Назовите группы упражнений, которые используются для развития гибкости.
5. Дайте краткую характеристику методов развития гибкости.
6. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля гибкости.

#### **Устный опрос № 19. Методика развития координационных способностей**

1. Перечислите и кратко охарактеризуйте виды координационных способностей.
2. Перечислите факторы, определяющие развитие координационных способностей?
3. Раскройте возрастно-половые и индивидуальные особенности развития координационных способностей.

5. Каким требованиям должны отвечать физические упражнения, используемые для развития координационных способностей?
6. Назовите группы упражнений, которые используются для развития координационных способностей?
7. Дайте краткую характеристику методов развития координационных способностей.
8. Какие методические приемы при использовании метода строго регламентированного упражнения Вам известны?
9. Раскройте особенности методики развития координационных способностей, основанных на проприорецептивной чувствительности.
10. Каковы особенности методики развития способности к ориентированию в пространстве?
11. Какими средствами и методами развивают чувство ритма?
12. Перечислите критерии оценки координационных способностей.
13. Какие методы оценки уровня развития координационных способностей Вам известны?
14. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля координационных способностей

**Устный опрос № 20. Классификация форм занятий в ФВ**

1. Занятия по физическому воспитанию подразделяются на две группы: по особенностям организации занимающихся и способам руководства ими. Назовите эти группы.
2. Перечислите составные части урока.
3. По признаку основной направленности различают уроки (перечислите).
4. Классифицируйте занятия по принципу решаемых задач.
5. Какие бывают неурочные формы занятий?

**Устный опрос № 21. Контроль в ФВ**

1. Что вам известно о целевой направленности педагогического процесса?
2. Для чего нужен учебный план?
3. Программа по физическому воспитанию состоит из 4 разделов: (перечислите).
4. Что такое и для чего нужен педагогический контроль?
5. Какие требования предъявляют к учету в ФВ?
6. Назовите основной документ учета в ФВ?

**Устный опрос № 22. Общая характеристика спорта**

1. Что представляет собой спорт, как компонент физической культуры?
2. В чем основное отличие спорта от физкультуры?
3. Что понимают под социальными функциями спорта?
4. Спорт во всем мире развивается в основном по двум направлениям (назовите)
5. Какое место в спортивной подготовке занимает тренировочный процесс?

**Устный опрос № 23. Основы спортивной тренировки**

1. Что является целью спортивной тренировки?
2. Какие задачи решаются в процессе спортивной тренировки?
3. Что такое «спортивная форма»?
4. Назовите методы спортивной тренировки.
5. В чем отличие соревновательной и тренировочной нагрузок?
6. Дайте определение интенсивности нагрузки.
7. Для чего спортсмену необходима техническая подготовка?
8. Что такое двигательная ошибка?
9. Спортивно-тактическая подготовка это (дайте определение)
10. Какие задачи решаются в процессе тактической подготовки?
11. Дайте определение состоянию психической готовности
12. Физическая подготовка подразделяется на две части, назовите их.

**Устный опрос № 24. Основы оздоровительной тренировки**

1. Назовите отличия оздоровительной тренировки от спортивной.
2. Для того, чтобы оздоровительная тренировка оказывала положительный эффект, необходимо соблюдать ряд методических правил. Назовите три самых важных из них.
3. В каком коридоре ЧСС наиболее эффективна оздоровительная тренировка?
4. Перечислите средства специально-оздоровительной направленности.
5. Какие физические упражнения относятся к упражнениям, обладающим аэробным



- оздоровительным потенциалом?
6. Кто и когда «придумал» аэробику?
  7. В результате занятий аэробикой в состоянии организма происходят положительные сдвиги (перечислите)
  8. Какие виды двигательной активности входят в понятие «Ритмическая гимнастика»?
  9. Дайте определение понятию «Шейпинг»
  10. Из скольки упражнений состоит программа «Калланетика»?
  11. В чем основное отличие и плюс «Гидроаэробики»?

## **КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № 1**

1. Дайте определение ИФК
2. Сколько этапов развития ТМФВ выделяют?  
А) 3; Б) 5; В) 2
3. Когда был выявлен «эффект упражняемости»?  
А) в эпоху возрождения; Б) в первобытном строе; В) в период античности;
4. Для чего нужны были физические упражнения в первобытно-общинном строе?  
А) для улучшения показателей здоровья; Б) для личностного роста; В) чтобы выжить;
5. Как в первобытно-общинном строе осуществлялось физическое воспитание?  
А) детей обучали в школах;  
Б) передача опыта от старших членов общины молодым;  
В) передача опыта от старшего самого опытного члена общины молодым;
6. Когда было признано «триединство человеческого начала»?  
А) в эпоху возрождения; Б) в первобытном строе; В) в рабовладельческом строе;
7. Когда появились первые олимпийские игры древности?  
А) в 776 году до нашей эры; Б) в 778 году до нашей эры; В) в 876 году до нашей эры;
8. Как в рабовладельческом строе осуществлялось физическое воспитание?  
А) детей обучали в школах профессиональные педагоги;  
Б) передача опыта от старших членов общества молодым;  
В) индивидуальные занятия с инструктором;
9. К чему сводилось физическое воспитание в раннем средневековье?  
А) к подготовке спортсменов для участия в олимпийских играх;  
Б) к военизированной подготовке рыцарей в специальных учебных заведениях;  
В) к подготовке полноценных членов общества;
10. Что послужило толчком к развитию физкультуры и спорта в позднем средневековье?  
А) появление соревновательной деятельности;  
Б) появление промышленности и предпринимательства;  
В) усиление диктата церкви;
11. Системой физического воспитания в Индии была  
А) ушу; Б) йога; В) тхэквондо; Г) кэмпо;
12. Системой физического воспитания в Китае была  
А) ушу; Б) йога; В) тхэквондо; Г) кэмпо;
13. Системой физического воспитания в Японии была  
А) ушу; Б) йога; В) тхэквондо; Г) кэмпо;
14. Системой физического воспитания в Корее была  
А) ушу; Б) йога; В) тхэквондо; Г) кэмпо;
15. Перечислите три наиболее крупные буржуазные гимнастические системы Нововремени
16. Что способствовало физическому воспитанию подрастающего поколения восточных славян?  
А) процесс индивидуализации; Б) процесс приватизации; В) обряд инициации;
17. Уникальной народной формой физического воспитания в России в период феодализма были: А)  
рукопашный бой; Б) бои без правил; В) кулачные бои;
18. Физическое воспитание казачества носило:  
А) выраженный военизированный характер;  
Б) выраженный прикладной характер;  
В) выраженный общественный характер;

19. С какого года Россия входит в состав Международного Олимпийского комитета?  
А) 1894; Б) 1896; В) 1912;
20. В каком году был создан Российский Олимпийский комитет?  
А) 1894; Б) 1896; В) 1912;
21. Первым отечественным олимпийским чемпионом стал  
А) Е. Плющенко; Б) Н. Панин-Коломенкин; В) Н.Валуев
22. Петр Францевич Лесгафт по образованию был  
А) специалистом по физической культуре; Б) общественным деятелем; В) врачом;
23. В 1895 году П.Ф. Лесгафт предложил открыть курсы для:  
А) подготовки офицеров;  
Б) подготовки лиц, способных проводить занятия физическими упражнениями с детьми;  
В) подготовки женщин-медиков;
24. Как физиолог Л.А. Орбели называл методику П.Ф. Лесгафта:  
А) гимнастической атлетикой; Б) очеловеченной атлетикой; В) очеловеченной гимнастикой;
25. В период СССР система управления физической культурой носила  
А) строгий иерархический принцип;  
Б) принцип авторитарного режима;  
В) демократический принцип
26. Назовите положительный момент государственного управления физической культурой и спортом в СССР
27. Назовите отрицательный момент государственного управления физической культурой и спортом в СССР
28. К какой производственной сфере относится спортивное общество «Динамо»?  
А) пищевая промышленность; Б) МВД; В) вооруженные силы;
29. Перечислите государственные органы управления ФК и спортом в РФ
30. Перечислите общественные органы управления ФК и спортом в РФ

## **КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №2**

1. Дайте определение Теории Физической культуры
2. В каком году был издан первый учебник по ТФК?  
А) 1979; Б) 1895; В) 1967
3. Кто разработал «теорию физического образования»?  
А) П.Ф. Лесгафт; Б) Л.П. Матвеев; В) Ж.К. Холодов
4. В какой стране зародилась ТФК?  
А) Россия; Б) США; В) СССР
5. Перечислите три группы признаков физической культуры
6. Дайте определение физической культуры
7. Дайте определение физкультурного движения
8. Дайте определение физического воспитания
9. Физическая подготовленность это  
А) результат физической подготовки;  
Б) результат физической деятельности;  
В) результат физического воспитания;  
Г) результат физического образования.
10. Физическая подготовка это  
А) формирование двигательных навыков;  
Б) формирование двигательных качеств;  
В) формирование двигательных способностей;  
Г) формирование двигательных умений.
11. Назовите два вида физической подготовки
12. **Физическое образование это**  
А) получение знаний в области ФК и спорта;

- Б) получение умений в области ФК испорта;  
В) получение навыков в области ФК и спорта;  
Г) системное освоение движений.
13. Дайте определение физического развития
14. Дайте определение физического совершенства
15. Физкультурная деятельность это:  
А) создание и сохранение ценностей физической культуры;  
Б) усвоение и потребление ценностей физической культуры;  
В) преобразование и распространение ценностей физической культуры;  
Г) все варианты
16. Спорт это:  
А) составная часть физической культуры;  
Б) составная часть физического образования;  
В) составная часть физического воспитания;  
Г) все варианты.
17. Физическая рекреация это:  
А) использование физических упражнений для восстановления двигательных способностей;  
Б) использование физических упражнений для активного отдыха;  
В) помещение между классами в школе;
18. Физическая реабилитация это:  
А) использование физических упражнений для восстановления двигательных способностей;  
Б) помещение между палатами в больнице;  
В) использование физических упражнений для активного отдыха;
19. Дайте определение понятию структура
20. Перечислите структурные компоненты физической культуры
21. Теория Физической культуры относится к категории  
А) точных наук; Б) педагогических наук; В) психологических наук; Г) естественных наук;
22. Области каких знаний содержит в себе теория и методика физической культуры?
23. Какое значение имеет ТФК для студентов и выпускников специализированных учебных заведений?  
А) определяет уровень профессиональной компетенции;  
Б) определяет уровень общейобразованности;  
В) определяет уровень спортивного мастерства;
24. Дайте определение системы физической культуры
25. Целью системы физической культуры является:  
А) формирование физической культуры личности;  
Б) формирование здорового образа жизниличности;  
В) формирование работоспособной личности.
26. Назовите три группы задач физической культуры
27. Систематические обязательные занятия физическими упражнениямипредусматриваются в:  
А) дошкольных, школьных и средних специальных учебных заведениях;  
Б) школьных, средних-специальных и высших учебных заведениях;  
В) ВУЗах, армии и лечебно-профилактических заведениях;  
Г) все варианты
28. Государственные органы управления ФК и Спортом в РФ это
29. Общественные органы управления ФК и Спортом в РФ это
30. Что такое единая спортивная классификация?  
А) единые правила и принципы присвоения спортивных разрядов и званий;  
Б) единые нормативные требования к подготовке спортсменов;  
В) оба варианта.

### **КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № 3**

1. Дайте определение основного средства Физической культуры

2. Сколько групп средств ФК выделяют?  
А) 3; Б) 4; В) 5
3. Как принято называть специально созданные физические упражнения?  
А) естественные; Б) аналитические; В) идеомоторные
4. Результат двигательной деятельности человека, обеспечивающий перемещение тела или его частей по отношению к внешним предметам или друг к другу называют  
А) движение; Б) упражнение; В) передвижение
5. Чем ОФП отличается от СФП?
6. Двигательное действие это:
7. Физическое упражнение это:
8. Дайте определение содержания физических упражнений
9. Методический прием это  
А) специальная система методов; Б) способ реализации метода;  
В) совокупность использования средств; Г) совокупность способов воздействия.
10. Методика это  
А) специальная система методов; Б) способ реализации метода;  
В) совокупность использования средств; Г) совокупность способов воздействия.
11. Назовите 3-4 словесных метода
12. **Методы обеспечения наглядности это**  
А) метод непосредственной наглядности; Б) метод опосредованной наглядности;  
В) метод направленного прочувствования ДД; Г) все варианты.
13. В чем основное преимущество расчлененно-конструктивного метода?
14. Какие упражнения лучше разучивать с помощью целостно-конструктивного метода?
15. Основой сознательности является:  
А) мера проявляемой человеком деятельности; Б) осмысленное отношение к процессу;  
В) предвидение результатов деятельности; Г) все варианты
16. Дайте определение принципа:
17. Принцип доступности и индивидуализации обеспечивает оптимальное соответствие задач, средств:  
А) возможностям педагога; Б) финансовым возможностям; В) возможностям занимающихся;
18. Обучаемость это:  
А) способность человека приобретать знания и овладевать умениями и навыками;  
Б) способность человека приобретать знания;  
В) способность человека овладевать умениями и навыками;
19. **ОБУЧЕНИЕ** в сфере физической культуры это
20. Перечислите методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей
21. **Экстраполяция это**  
А) психофизиологический механизм; Б) биомеханический механизм;  
В) педагогический механизм; Г) все варианты;
22. Дайте определение двигательному навыку
23. **Ошибка это**  
А) выполнение упражнения с отклонением от модели техники, оказывающее ощутимое влияние на результат действия;  
Б) выполнение упражнения с изменением техники, которое оказывает незначительное влияние на результат действия;  
В) нарушение правил соревнований, ведущее к дисквалификации;
24. Дайте определение двигательному умению
25. Вспомогательным средством ФК является:  
А) естественные силы природы; Б) гигиенические средства;  
В) специальное оборудование и инвентарь; Г) все варианты.

26. Назовите три группы двигательных ошибок
27. Сколько этапов выделяют в процессе обучения двигательным действиям:  
А) два; Б) три; В) четыре; Г) пять.
28. Что является целью этапа начального разучивания двигательного действия?
29. На каком этапе в процессе обучения двигательным действиям происходит переход умения в навык?
30. Способы исправления ошибок должны быть направлены:  
А) против самих ошибок; Б) против причин, вызывающих ошибки;  
В) на улучшение условий выполнения; Г) на изменение условий выполнения.

#### **КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № 4**

1. Дайте определение понятия физических способностей
2. Сколько выделяют основных режимов двигательной активности?  
А) 3; Б) 4; В) 5
3. Процесс, при котором направленное изменение в уровне развития одной способности влечет за собой изменение в уровне развития другой называют:  
А) взаимосвязь физических способностей;  
Б) перенос физических способностей;  
В) взаимодействие физических способностей
4. Режимом двигательной активности называют:  
А) систему выполнения работы и периодов отдыха  
Б) порядок чередования работы и отдыха;  
В) порядок чередования напряжения и расслабления;
5. Перечислите названия известных Вам физических способностей
6. Мышечная сила это:
7. Абсолютная сила это:
8. Относительная сила это:
9. Отметьте определение упражнений, которые не являются средством развития силы  
А) Упражнения с внешним сопротивлением;  
Б) Упражнения с преодолением веса собственного тела;  
В) кардио упражнения;  
Г) Изометрические упражнения.
10. Направленное развитие силовых способностей происходит лишь тогда, когда осуществляются  
А) максимальные мышечные напряжения;  
Б) переменные мышечные напряжения;  
В) равномерные мышечные напряжения.
11. Дайте определение скоростных способностей
12. Какие упражнения являются средствами развития скоростных способностей?  
А) Упражнения, направленно воздействующие на отдельные компоненты скоростных способностей;  
Б) Упражнения комплексного (разностороннего) воздействия на все основные компоненты скоростных способностей;  
В) Упражнения сопряженного воздействия;  
Г) все варианты
13. Что такое простая реакция?
14. К элементарным формам проявления скоростных способностей относятся:
15. Основной метод развития быстроты реакции:  
А) метод строго регламентированного упражнения;  
Б) метод повторного выполнения упражнения;  
В) метод переменного выполнения упражнения;  
Г) все варианты

16. Дайте определение выносливости:
17. Существует 3 фазы продолжительности работы до полного утомления. Отметьте не верный вариант:  
 А) фаза компенсированного утомления; Б) фаза декомпенсированного утомления;  
 В) фаза суперкомпенсированного утомления; Г) фаза полного утомления;
18. Средствами развития общей (аэробной) выносливости являются упражнения, вызывающие максимальную производительность:  
 А) сердечно-сосудистой и дыхательной систем;  
 Б) сердечно-сосудистой и эндокринной систем;  
 В) эндокринной и дыхательной систем;
19. По каким показателям можно судить о степени развития выносливости?
20. Назовите типы упражнений, с помощью которых можно развить общую выносливость, и приведите 1-2 примера по каждому типу
21. Гибкость бывает:  
 А) активная и пассивная;  
 Б) статическая и динамическая;  
 В) общая и специальная;  
 Г) все варианты;
22. Дайте определение гибкости
23. Основным методом развития гибкости:  
 А) переменный; Б) равномерный; В) повторный; Г) интервальный;
24. Что такое дефицит активной гибкости?
25. Вспомогательным средством развития гибкости не может послужить:  
 А) разогревающий массаж; Б) теплая ванна;  
 В) горячий душ; Г) согревающая мазь.
26. Дайте определение координации
27. Сколько степеней свободы имеют биозвенья тела человека?  
 А) три; Б) до пяти; В) до двадцати; Г) до ста.
28. Перечислите виды координационных способностей:
29. Какие факторы определяют развитие координационных способностей? (назовите 4- 5 факторов)
30. На каком этапе возникает задача формирования правильного чувства ритма?  
 А) на этапе приобретения навыка;  
 Б) на этапе начального разучивания;  
 В) на этапе совершенствования двигательного действия.

### **КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №5**

1. Что понимают под формулировкой «форма занятий физическими упражнениями?»
2. На какие группы подразделяются занятия по физическому воспитанию?  
 А) тренировочная и соревновательная;  
 Б) урочная и неурочная;  
 В) физкультурная и спортивная.
3. На сколько групп подразделяются неурочные формы занятий?  
 А) на 3 группы; Б) на 5 групп; В) на 6 групп.
4. Кто проводит урочные формы занятий?  
 А) воспитатель (руководитель); Б) инструктор (методист); В) преподаватель (тренер).
5. Назовите основное отличие урочной и неурочной форм занятия
6. Перечислите, из каких частей состоит занятие урочной формы
7. Приведите примеры малых неурочных форм занятий (2-3 примера)
8. Перечислите типы уроков по признаку решаемых задач

9. Какие уроки проводятся для всех возрастных групп?  
А) ППФП; Б) спортивно-тренировочные; В) ОФП; Г) Методико-практические занятия.
10. Какого планирования в физическом воспитании не существует?  
А) перспективного;  
Б) конструктивного;  
В) текущего;  
Г) оперативного.
11. Перечислите разделы, из которых состоит программа по физическому воспитанию
12. Документы, определяющие порядок организации процесса:  
А) учебный план и учебная программа;  
Б) план-график учебного процесса и расписание занятий;  
В) рабочий план и план-конспект занятия.
13. Дайте определение понятия планирование физического воспитания
14. Дайте определение понятия педагогический контроль
15. Основным документом учета служит:  
А) норматив; Б) протокол; В) журнал; Г) конспект.

### **КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №6**

1. Дайте определение понятию «спорт»
2. Сколько видов спорта насчитывается в настоящее время?  
А) более 100; Б) более 200; В) более 500.
3. На сколько групп классифицируются существующие виды спорта?  
А) на 3 группы; Б) на 5 групп; В) на 6 групп.
4. На сколько групп можно разделить спортсменов-профессионалов?  
А) на 2; Б) на 3; В) на 5.
5. Назовите основные направления развития спортивного движения
6. Дайте определение социальной функции спорта
7. Назовите 2-3 известные вам социальные функции спорта
8. Дайте определение понятия «спорт высших достижений»
9. Что определяют с помощью системы спортивного отбора и ориентации:  
А) предрасположенность к какому либо виду спорта;  
Б) антропометрические данные;  
В) результат тренировочного процесса.
10. Что является основой спортивной тренировки?  
А) формирование двигательных навыков; Б) тренировочный процесс;  
В) соревновательная деятельность; Г) формирование двигательных способностей.
11. Перечислите три группы упражнений, используемых в спортивной тренировке
12. Цель спортивной тренировки это:  
А) получение знаний в области ФК и спорта;  
Б) подготовка к спортивным соревнованиям;  
В) получение навыков в области ФК и спорта;  
Г) системное освоение движений.
13. Дайте определение понятия тренированность
14. Дайте определение понятия спортивная форма
15. Отметьте не входящую в процесс спортивной тренировки сторону:  
А) техническая; Б) психоделическая;  
В) тактическая; Г) физическая.
16. Расход энергии за время оздоровительной тренировки должен быть не менее:  
А) 100 - 200 ккал/час;

Б) 200 - 300 ккал/час;

В) 300 - 500 ккал/час;

Г) 400 - 600 ккал/час.

17. Физическая подготовка подразделяется на:

А) общую и специальную; Б) прямую и косвенную;

В) активную и пассивную; Г) простую и сложную;

18. Занимающийся может переходить от ходьбы к оздоровительному бегу, если за 45 минут он может пройти:

А) 3 км; Б) 4 км;

В) 5 км;

Г) 6 км

19. Дайте определение тренировочной нагрузке

20. Дайте определение соревновательной нагрузке В какой стране появилась аэробика?

А) СССР; Б) Бразилия; В) США;

Г) Великобритания;

21. В чем отличие спортивной тренировки от оздоровительной?

22. Основное оздоровительное значение плавания заключается в:

А) повышении сократительной работы миокарда;

Б) закаливании;

В) укреплении дыхательной системы;

Г) развитию силы мышц ног.

23. Перечислите средства специально-оздоровительной направленности

24. Что является обязательным элементом ритмической гимнастики?

А) музыка;

Б) инвентарь;

В) медитация;

Г) специальный костюм.

25. Дайте определение дыхательной гимнастике

26. Сколько упражнений входит в программу калланетики?

А) 20;

Б) 30;

В) 40;

Г) нет фиксированного количества.

27. Перечислите 4 основные фазы занятия аэробикой

28. Почему ходьба на лыжах самое полезное средство специально-оздоровительной направленности?

29. Где проводят занятия по гидроаэробике?

А) в бассейне;

Б) в ванной;

В) в море;

Г) под душем.

## **КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

За вопросы открытого типа (с предложенными вариантами ответов) начисляется за правильный ответ 1 балл, за неправильный ответ 0 баллов;

За вопросы закрытого типа, (где ответ должен дать сам студент), за правильный ответ начисляется 2 балла, за подходящий по смыслу, но неточный по формулировке 1 балл, за неправильный ответ 0 баллов;

36-29 баллов - (80-100%) пять (отлично)

28-22 балла (79-60%) четыре (хорошо)

21-15 баллов (59-40%) три (удовлетворительно)

Менше 15 баллов (менее 40%) (неудовлетворительно)

## **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки



специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного экзамена. Устный экзамен проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном экзамене в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный экзамен в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На экзамене обучающемуся предлагается устно ответить на три вопроса по пройденному материалу. Время на подготовку к ответу - не более 30 минут. Время ответа - не более 20 минут. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

### **Примерный перечень вопросов для подготовки к промежуточной аттестации:**

1. Теория ФК
2. «Теория и история физической культуры и спорта» как учебная дисциплина.
3. Основные термины и понятия в теории физической культуры.
4. Основные правила техники безопасности на занятиях по физической культуре.
5. Исторические аспекты физической культуры и спорта в СПбГУ.
6. Мировые тенденции развития физической культуры и спорта.
7. Социальные ценности и функции физической культуры.
8. Роль двигательной активности в жизни человека.
9. Гиподинамия и гипокинезия.
10. Влияние физических упражнений на организм человека.
11. Оптимальные нормы двигательной активности современного человека.
12. Формирование физической культуры личности.
13. Физическая культура и спорт как социальные феномены, часть общей культуры.
14. Физическая культура личности.
15. Спорт - явление культурной жизни.
16. Средства, ценности и социальные функции физической культуры.
17. Физическая культура и спорт в учебных заведениях.
18. Структура физической культуры.
19. Средства физической культуры.
20. Классификация физических упражнений.
21. Принципы физической культуры.
22. Принцип оздоровительной направленности.
23. Принцип гармоничного (целостного) развития личности в процессе занятий физической культурой.
24. Принцип сознательности и активности.
25. Принцип наглядности.
26. Принцип доступности и индивидуализации.
27. Принцип систематичности.
28. Принцип прогрессирования (динамичности) и прикладной характер физической культуры.
29. Характеристика форм занятий физическими упражнениями.
30. Урочные формы занятий и их классификация.
31. Неурочные формы занятий.
32. Методы, используемые в физической культуре и их классификация.
33. Методы, направленные на приобретение знаний.
34. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками и их совершенствование.
35. Техника физических упражнений.
36. Фазы выполнения физического упражнения. Биомеханические характеристики движений.

37. Двигательные умения и навыки.
38. Особенности и этапы обучения двигательным действиям.
39. Назовите факторы, оказывающие влияние на уровень развития и проявления двигательных способностей.
40. Сила и ее виды. Основы методики развития силы. Особенности методики развития скоростно-силовых способностей.
41. Быстрота и ее виды. Основы методики развития быстроты. Перечислите факторы, обеспечивающие проявление скоростных способностей.
42. Выносливость и ее виды. Основы методики развития выносливости. Перечислите факторы, обеспечивающие проявление выносливости.
43. Гибкость и ее виды. Основы методики развития гибкости. Перечислите факторы, обеспечивающие проявление гибкости.
44. Дайте определение понятий «координационные способности». Перечислите и кратко охарактеризуйте виды координационных способностей.
45. Ловкость и ее виды. Основы методики развития ловкости.
46. Цели и задачи физического воспитания как учебного предмета.
47. Организация процесса физического воспитания в школе.
48. Средства физического воспитания детей школьного возраста. Формы занятий физическими упражнениями со школьниками.
49. Организация и методические основы проведения урока физической культуры.
50. Формы проведения занятий физическими упражнениями в системе внешкольных организаций. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.
51. Значение и задачи физического воспитания в различные возрастные периоды жизни человека.
52. Спортивная подготовка - как педагогическое явление.
53. Планирование спортивной тренировки. Мезоциклы, макроциклы, микроциклы и особенности их построения в спортивной подготовке.
54. История возникновения и становления физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Нормативно-правовое обеспечение современного комплекса ГТО
55. Виды испытаний и их нормативы. Порядок организации и проведения тестирования населения в рамках ВФСК «ГТО».
56. Организационные формы спортивной тренировки. Нормативно-правовые основы спортивной подготовки.
57. Основные виды, средства, методы и средства спортивной тренировки.
58. Принципы спортивной тренировки. Система спортивной подготовки.
59. Этапы спортивной подготовки. Система спортивного отбора в спорте.
60. Особенности организации деятельности специализированных классов с продленным днем обучения и углубленным тренировочным процессом в общеобразовательных организациях.
61. Значение истории физической культуры и спорта, прогнозирования отрасли в современной России.
62. Источники познания истории физической культуры и спорта. Свидетельства материальной и нематериальной культуры.
63. Возникновение и развитие физической культуры в первобытном обществе.
64. Древняя Греция. Системы физического воспитания в Спарте, Афинах. Древнегреческая гимнастика и агонистика.

65. Физическая культура рабовладельческих государств Древнего Востока (Месопотамия, Египет, Индия, Китай).
66. История, содержание и социальное значение Олимпийских игр в Древней Греции.
67. Физическая культура в Древнем Риме.
68. Физическая культура крестьян и горожан в Средние века. Рыцарская системы военно-физического воспитания в Западной Европе. Идеи гуманистов и педагогов в области физического воспитания.
69. Физическая культура и спорт в 17 в.- начале 19 в. Педагогические взгляды. Гимнастика в немецких филантропах. Немецкая система гимнастики.
70. Развитие гимнастического движения в Скандинавских странах во второй половине 18 - 19 вв. (шведская, датская гимнастика). Содержание сокольской системы гимнастики.
71. Формирование французской системы физического воспитания 19 в. Военно-спортивные системы. Индивидуальная система. Возникновение спортивного движения в Англии во второй половине 18 - 19 вв.
72. Любительский и профессиональный спорт в конце 19 в. - начале 20 в. в мире. Международное рабочее спортивное движение. Физическое воспитание и спорт накануне Первой мировой войны.
73. Особенности развития физической культуры и спорта в странах социалистической системы (40-ые - конец 80 - х годов 20 в.) и странах капиталистического лагеря в период и после окончания Второй мировой войны.
74. Физическое воспитание в Российском государстве (9-17 вв.). Самобытная народная система физического воспитания на Руси.
75. Классовый характер физического воспитания. Русские спортивные игры. Физическое воспитание при Петре I.
76. Педагогические реформы в Российской империи в 18-19 вв. и физическая культура. Военно-спортивная подготовка.
77. Физическое воспитание и спорт в быту народов Российской империи. Спорт и игры дворянства в 18-19 вв.
78. Система физического образования П. Ф. Лесгафта и его педагогическое наследие. Значение работы других ведущих ученых и педагогов. Наследие по методике физического воспитания детей.
79. Государственная система управления в сфере спорта Российской империи, СССР и современной России. Министерство спорта Российской Федерации сегодня, органы власти по физической культуре и спорту в субъектах РФ.
80. Возникновение современного Олимпийского движения. Символика и атрибутика Игр. История создания Международного Олимпийского комитета (МОК) и участие России в МОК.
81. Международное Олимпийское движение. Международный Олимпийский комитет. Национальные олимпийские комитеты. Система соревнований по олимпийским видам спорта.
- 81а Международное спортивное движение. Международные федерации по видам спорта и континентальные международные спортивные ассоциации, лиги Европы и др. Международное движение «Спорт для всех».
82. Зарождение Олимпийского движения в России. Создание в Санкт-Петербурге Российского олимпийского комитета. Олимпийский комитет России сегодня.
83. Физическая культура в Российской империи в конце 19 - начале 20 вв.
84. Санкт-Петербург - родина многих отечественных видов спорта. Сохранение памяти об организаторах первых федераций по видам спорта и спортивных кружков.
85. Иностранцы на службе в России. Основатель российского футбола и Олимпийского движения в России.
86. Становление и развитие советской системы физического воспитания в 1917 - 1941 гг. Деятельность Всеобуча и отраслевых спортивных обществ в СССР и союзных республик.
87. Спортивная классификация. Массовый спорт в СССР. Материальная база, кадры
88. Военно-физическая подготовка населения в годы Великой Отечественной войны. Советские спортсмены на фронтах войны и в тылу, в блокадном Ленинграде.
89. Особенности развития физкультурно-спортивного движения в СССР после Великой Отечественной войны (1945-1991 гг.). Вступление СССР в международное олимпийское движение.
90. Общий анализ участия СССР в Олимпийских играх до 1992 г.
91. Программа массовой физкультурной подготовки в СССР. Спартакиады народов СССР. Всесоюзные комплексы ГТО и БГТО. ВФСК «ГТО» (перенесла из 92)

92. Федеральный проект «Спорт - норма жизни», Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России» и Всероссийский день бега «Кросс нации» в Российской Федерации.

93. Паралимпийское движение. История проведения зимних и летних Паралимпийских Игр. Сурдлимпийские игры. Всемирные Специальные Олимпиады. Символика Игр.

94. Мировое студенческое спортивное движение. Всемирные зимние и летние универсиады. Всемирные VII и XXVI летние универсиады и XXIX Всемирная зимняя универсиада на территории России.

95. Студенческий спорт. Чемпионаты вузов Санкт-Петербурга по видам спорта.

96. Международные мультиспортивные события на территории СССР и Российской Федерации. Летние и зимние Олимпийские игры. Паралимпийские игры.

97. Чемпионат мира по футболу ФИФА. Политическая обстановка в мире в периоды проведения соревнований европейского и мирового уровня.

98. Санкт-Петербург - родина многих видов спорта. Основные мемориальные места в городе, связанные с историей отечественного спорта, биографиями организаторов спорта, спортсменов и тренеров.

99. Вклад выпускников СПбГУ в развитие и становление спорта в Российской империи, СССР и современной России.

100. Волонтерское спортивное движение в России. Ассоциация волонтерских центров России. Волонтеры спорта в Санкт-Петербурге.

### **Критерии оценивания:**

Каждый вопрос экзамена в устной форме оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Оценка за экзамен определяется как средний балл по всем заданиям (вопросам).

**ОП 12 БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочные средства учебной дисциплины

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

**1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП 12 БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ  
ФУЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

---

- 1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.
- 1.2 Уровень образования: СПО.
- 1.3 Присваиваемая квалификация: тренер по виду спорта.
- 1.4 Срок обучения: 2 г 10м и 3г 10м.
- 1.5 Цель и задачи фонда контрольно-оценочных средств.

***Цель:***

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

***Задачи:***

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.****Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)



# 1. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

## Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся СПО.

### Введение.

#### Вопросы для устного опроса по теме:

1. Назовите основные средства физического воспитания. Дайте их характеристику.
2. Дайте определение следующим понятиям: физическая культура, спорт, физическое воспитание.
3. Перечислите основные оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи системы физического воспитания.
4. В чем состоят цель и задачи физического воспитания обучающихся.

### Тема 1.1. Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья.

#### Вопросы для устного опроса по теме:

1. Что такое утомление, переутомление, усталость.
2. Противоречия учебной деятельности обучающихся.
3. Что составляет основу работоспособности обучающихся.
4. Факторы влияющие на суточную работоспособность обучающихся.
5. Динамика работоспособности обучающихся в учебном году и факторы, ее определяющие.
6. Периодичность ритмических процессов в организме.
7. Заболеваемость в процессе обучения и ее профилактика.
8. Основные причины изменения состояния обучающихся в учебном году и факторы, ее определяющие.
9. Профилактика умственного перенапряжения.
10. Что влияет на повышение работоспособности обучающихся в учебном процессе.
11. Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью обучающихся.
12. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.

#### Тестовое задание к теме 1.1

1. Что такое физическая культура?

а) составная часть культуры, область социальной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования его двигательной активности.

б) процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфо-функциональных свойств человеческого организма. в) определенные социально обусловленные совокупности биологических и психологических свойств человека, выражающих его физическую готовность осуществлять активную двигательную деятельность.

2. Что такое физическое упражнение?

а) составная часть культуры, область социальной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования его двигательной активности.

б) двигательные действия, которые развивают физические качества, укрепляют здоровье и повышают работоспособность человека.

в) определенная мера влияния физических упражнений на организм занимающихся.

3. Что такое физическое воспитание?

а) педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически и духовно совершенного, морально стойкого подрастающего поколения, на укрепления здоровья, повышения работоспособности, творческого долголетия и продления жизни человека.

б) определенные социально обусловленные совокупности биологических и психологических свойств

человека, выражающих его физическую готовность осуществлять активную двигательную деятельность.

в) количество движений, выполняемых в течение какого - то времени.

4. Техника физических упражнений?

а) это способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большей эффективностью.

б) это состав и последовательность движений и элементов, входящих в двигательное действие.

в) это отдельные элементы и особенности выполнения целостного двигательного действия, которые во многом зависят и от индивидуальных особенностей человека.

5. Здоровье?

а) это когда все органы человеческого тела в порядке, функционируют в пределах нормы и даже могут при необходимости работать со значительным превышением нормы.

б) это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов.

в) это преобладание у человека хорошего настроения, его уверенности в своем будущем, положительный настрой на преодоление трудностей и неблагоприятных ситуаций в отличие от упаднического настроения, вызывающего отрицательные эмоции и даже депрессию.

6. «Здоровый образ жизни»?

а) это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов.

б) это способность человека выполнять определенную физическую работу в течение длительного времени без снижения ее качества и производительности.

в) это индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья.

7. Что такое утомление?

а) свойства человека, обеспечивающие ему возможность совершить движения за минимально короткое время.

б) состояние организма, возникающее под влиянием той или иной работы и характеризующееся временным снижением работоспособности.

в) процесс повышения максимально возможной скорости сокращения мышц.

8. Что такое утренняя гимнастика?

а) состояние организма, возникающее под влиянием той или иной работы и характеризующееся временным снижением работоспособности.

б) система мероприятий, направленная на повышение устойчивости организма к многообразным влияниям внешней среды.

в) комплекс физических упражнений, обеспечивающий постепенный переход от сна к бодрствованию.

9. Что такое закаливание организма?

а) система мероприятий, направленная на повышение устойчивости организма к многообразным влияниям внешней среды.

б) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий.

в) процесс повышения максимально возможного напряжения мышц.

10. Гибкость - это?

а) свойства человека, обеспечивающие ему возможность совершать движения за минимально короткое время.

б) анатомо-морфологические свойства двигательного аппарата человека, позволяющие ему совершать движения с большой амплитудой.

в) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий.

## Эталоны ответов

№ во-проса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ	а	б	а	а	б	в	б	в	а	б

### Критерии оценивания:

«5» — 10-9 правильных ответов;

«4» — 9-8 правильных ответов;

«3» — 8-7 правильных ответов.

### **Тема1.2. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Вопросы для устного опроса по теме:**

1. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий
2. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного пола и возраста.
3. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.
4. Гигиена самостоятельных занятий.
5. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки, дневник самоконтроля.

### **Тема 1.3.Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки.**

#### **Вопросы для устного опроса по теме:**

1. Самоконтроль, определение
2. Самоконтроль в процессе занятий физической культурой
3. Диагностика и врачебный контроль спортсмена
4. Самоконтроль, его основные методы, показатели, критерии оценки.
5. Дневник самоконтроля
6. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам контроля.

### **Тема1.4. Психофизиологические основы учебного и производственного труда.**

#### **Средствафизической культуры в регулировании работоспособности.**

#### **Вопросы для устного опроса по теме:**

1. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма обучающихся.
2. Изменение состояния организма обучающихся под влиянием различных режимов и условий обучения
3. Работоспособность и влияние на нее различных факторов
4. Влияние на работоспособность периодичности ритмических процессов в организме
5. Общие закономерности изменения работоспособности обучающихся в процессе обучения
6. Типы изменений умственной работоспособности обучающихся
7. Состояние и работоспособность студентов в экзаменационный период
8. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в экзаменационный период
9. Использование «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда обучающихся
10. Работоспособность обучающихся в условиях оздоровительно-спортивного лагеря
11. Особенности проведения учебных занятий по физическому воспитанию для повышения работоспособности обучающихся

## **Тема 1.5. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста Вопросы для устного опроса по теме:**

1. Производственная физическая культура, ее цели, задачи, методические особенности.
2. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
3. Что отвечает правилам вводной гимнастики как средства ПФК
4. Как называется самая короткая форма производственной гимнастики
5. При монотонной работе какие упражнения ПФК должны использоваться в первую очередь
6. По статистике, какой вид активного отдыха занимает ведущее место в ПФК
7. В чем смысл «контрастной» методики ПФК
8. Как правильно поднимать тяжелый груз от земли
9. Какие методы используются для укрепления мышц глаз, развития периферического зрения человека
10. К чему повышает устойчивость организма применение ПФК
11. От чего зависит подбор специальных упражнений ПФК

### **Тестовое задание к разделу**

1. **Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся СПО.**
2. **Как называется совокупность всех достижений общества, оказывающих влияние на физическое развитие и физическое образование человека, а также сам процесс деятельности людей в этой области?**
  - а) двигательная активность
  - б) физическая и функциональная подготовленность
  - +в) физическая культура и спорт
  - г) самовоспитание
3. **Как называется приобретение знаний путем самостоятельных занятий, без помощи преподавателя?**
  - а) двигательные умения
  - б) физическое воспитание
  - в) профилактика
  - +г) самообразование
4. **Как называется процесс комплексного развития и совершенствования, определенных психических и физических качеств, необходимых спортсмену для достижения успеха в спортивной деятельности?**
  - а) саморегуляция
  - б) физическое развитие
  - в) адаптация
  - +г) психофизическая подготовка
5. **Какое свойство живых систем направлено на оптимальное взаимодействие между элементами организма, обеспечивающими его целостность?**
  - а) адаптация
  - +б) саморегуляция
  - в) биоритмы
  - г) самосовершенствование
6. **Как называется способность организма к ориентации в пространстве и времени, основанное на врожденных рефлексах?**
  - а) уровень
  - б) тренированность
  - в) гипокинезия
  - +г) биоритмы

**7. Как называется пониженная двигательная функция?**

- а) дееспособность
- б) саморегуляция
- +в) гиподинамия
- г) здоровье

**8. Способность человека выполнять какую-либо деятельность?**

- а) самооценка
- б) установка
- +в) дееспособность
- г) все перечисленное верно

**9. Психофизическая подготовка организма спортсмена к предстоящей работе - это:**

- а) установка
- б) самонаблюдение
- +в) тренированность
- г) гибкость

**10. Что направлено на развитие специфических качеств и двигательных навыков, необходимых в данном виде спорта?**

- а) ловкость
- б) двигательные навыки
- +в) специальная физическая подготовка
- г) самооценка

**11. Что такое состояние наилучшей готовности к наилучшим спортивным результатам?**

- а) тренированность
- б) физические способности
- в) установка
- +г) спортивная форма

**12. Подготовка организма к предстоящей работе называется:**

- +а) разминка
- б) профилактика
- в) гибкость
- г) саморегуляция

**13. Соревнования направленные на демонстрацию человеческих возможностей - это:**

- а) конкурс красоты
- б) гимнастика
- +в) спорт высших достижений
- г) парусная регата

**14. Восстановление утраченных сил, функций, способностей после травм называется:**

- +а) реабилитация
- б) вработывание
- в) разминка
- г) профилактика

**15. Как называется организованный процесс управления физическим развитием и физическим образованием человека при помощи физических упражнений и гигиенических мероприятий?**

- +а) физическое воспитание
- б) саморегуляция
- в) тренированность
- г) самонаблюдение

**16. Что называют изменением форм и функций организма в процессе индивидуального развития?**

- а) адаптация
- +б) физическое воспитание
- в) организм человека
- г) двигательная активность

**17. Как называется сниженная сократимость мышц?**

- а) тренированность
- б) гибкость
- +в) гипокинезия
- г) расслабление

**18. Разнообразные формы движений, выполняемые в процессе занятий физической культурой, называются:**

- а) тонусом
- +б) физическими упражнениями
- в) акробатикой
- г) гипокинезией

**19. Движения, выполняемые автоматически, т.е. не требуют сосредоточения внимания:**

- +а) рефлекс
- б) автоматизм ходьбы
- в) физическое развитие
- г) двигательный навык

**20. Совокупность предупредительных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление нормального состояния организма - это:**

- +а) профилактика
- б) аутотренинг
- в) самовоспитание
- г) гибкость

**21. Способностью человека выполнять движения в минимально короткий отрезок времени называют:**

- а) тренированность
- +б) быстрота
- в) гибкость
- г) спортивная форма

**Эталоны ответов**

№ п/п	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
прав. ответ	в	г	г	б	г	в	в	в	в	г	а	в	а	а	б	в	б	а	а	б

Критерии оценивания:

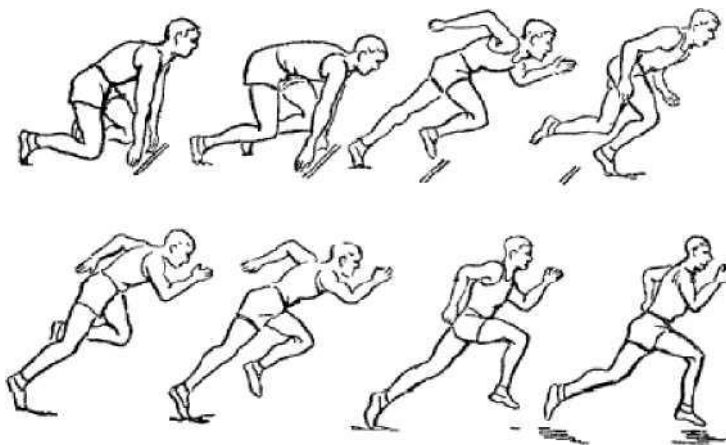
- «5» — 20-18 правильных ответов;
- «4» — 18-16 правильных ответов;
- «3» — 16-14 правильных ответов.

## Раздел 2. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка.

### Тема 2.1. Бег на короткие дистанции

Вопросы для устного опроса по теме: Техника бега на короткие дистанции

1. Основы техники ходьбы и бега
2. Бег на короткие дистанции
3. Начало бега (старт)
5. Стартовый разбег
6. Бег по дистанции
7. Финиширование
8. Физиологические основы бега на короткие дистанции



### Упражнения для закрепления и совершенствования навыков техники бега на короткие дистанции.

На уроках легкой атлетики для закрепления и совершенствования данных навыков целесообразно использовать специальные беговые упражнения (СБУ), в которых основная нагрузка приходится на мышцы, активно участвующие в работе. Важно сохранять свободу беговых движений, выполнять их с максимальной скоростью, но при этом строго следить за соблюдением техники бега.

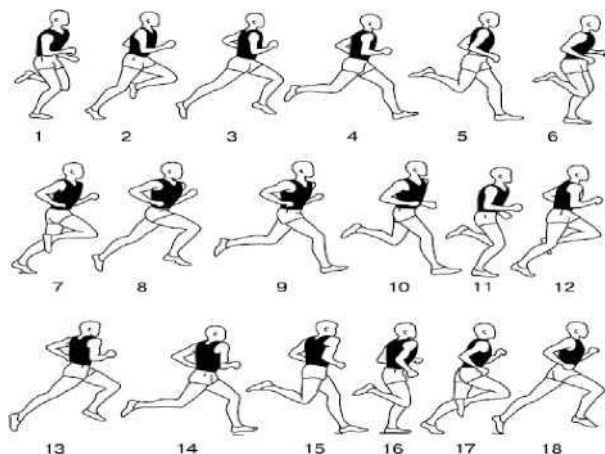
Для ее закрепления и совершенствования, а также для развития быстроты могут использоваться следующие беговые упражнения:

1. Бег на расстояние 10-15 м с высоким подниманием бедра с последующим переходом на свободный бег.
2. Бег прыжками с ноги на ногу с постепенным увеличением темпа и переходом на свободный бег (20-30 м).
3. Сменяющий бег мелкими, но быстрыми и свободными шагами.
4. То же (10-20 м) с переходом на свободный бег.
5. Бег с ускорением до максимальной скорости и последующим переходом в свободный бег (по инерции).
6. Переменный бег с несколькими переходами от максимального темпа к бегу по инерции.
7. Бег с ходу на 10-20 м с заданиями:
  - а) выполнять беговые шаги как можно чаще;
  - б) выполнять бег с наименьшим количеством шагов (на длину шага).

### Тема 2.2 Бег на длинные дистанции.

Вопросы для устного опроса по теме:

1. Какие существуют сходства и различия в технике ходьбы и технике бега?
2. Расскажите о механизме отталкивания в беге
3. Каковы динамические и кинематические структуры техники бега и какова их взаимосвязь?
4. Назовите основные отличия техники бега в зависимости от длины дистанции.
5. Расскажите об особенностях техники бега в зависимости от конфигурации и рельефа местности.



- Каковы особенности старта и стартового разгона?
- Какие сходства и отличия существуют в технике барьерного бега и преодоления препятствий у мужчин и у женщин?

**Для совершенствования техники бега рекомендуется комплекс упражнений:**

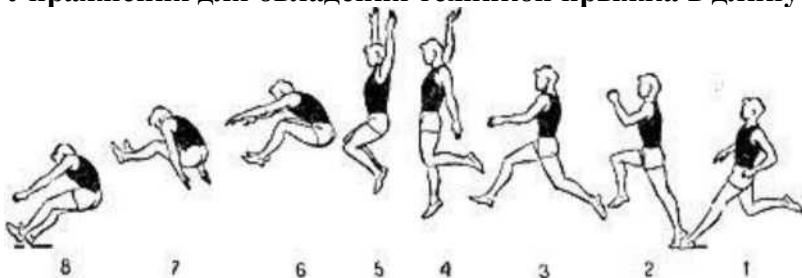
- Работа руками (как в беге) в положении стоя с небольшим наклоном туловища.
- Бег с ускорением от 30 до 80 м по прямой и повороту, постепенно доводя скорость до максимальной. Особое внимание следует обращать на небольшой наклон туловища внутрь-вперед на выходе из поворота.
- Специальные упражнения: семенящий бег, бег с захлестыванием голени назад, бег прыжками, бег с высоким подниманием бедра, выполняемых как на скорость, так и до отказа.
- Бег с высокого старта.
- Барьерный бег (имитация, упражнения с барьерами разной высоты).
- Барьерная техника для стипльчеца: преодоление ямы с водой.
- Многоскоки с ноги на ногу, на одной ноге, с разной амплитудой шага (отрезки от 30 до 100 м).
- Метание набивных мячей, камней и ядер массой 3-5 кг из-за головы вперед; снизу-вперед; вперед - стоя лицом в сторону метания; назад через голову, стоя спиной в сторону метания.
- Упражнения на гибкость. Упражнения на растягивание передней и задней поверхности бедра (шпагаты, полушпагаты, наклоны). Упражнения в упоре на растягивание задней поверхности голени. Упражнения для спины на силу и растягивание.
- Упражнения на силу мышц рук, ног и туловища (отжимания в упоре, подъемы туловища из седа, приседания, подскоки и др.).
- Маховые упражнения ногами и руками с большой амплитудой.
- Статические упражнения (стретчинг) в позах длительностью 30-60 секунд.

### **Тема 2.3. Прыжки в длину с разбега.**

**Вопросы для устного опроса по теме:**

- Какие существуют фазы в различных видах легкоатлетических прыжков?
- Назовите механизм отталкивания в прыжках.
- Перечислите основные факторы, влияющие на результативность в прыжках.
- Каковы разновидности техники в прыжках в длину?
- Каковы особенности техники тройного прыжка с разбега? Назовите их.
- Назовите сходства и отличия основных параметров динамической и кинематической структур легкоатлетических прыжков.
- Каковы основные отличия в технике прыжков у мужчин и женщин?

**Упражнения для овладения техникой прыжка в длину с разбега согнув ноги.**



Прыжок в длину с разбега - типичное скоростно-силовое упражнение. Внешне выполнение его отличается простотой. Однако за этой простотой скрываются большие усилия, проявляемые прыгуном в минимальный отрезок времени. Эффективность техники прыжка в длину выражается:

- в разбеге - возможностью набрать наивысшую скорость на последних 2 шагах и сохранить способность произвести отталкивание;



- 2) в отталкивании - способностью изменить движение тела на определенный угол, сохранив начальную скорость полета близкой к скорости разбега;
- 3) в полете - необходимостью продолжать беговые движения и подготовиться к приземлению;
- 4) в приземлении - вынесением возможно дальше вперед и удержанием выше ступней ног.

#### **Упражнения для овладения техникой разбега.**

- 1) Разбег по беговой дорожке с выведением таза к моменту завершения полетной фазы. Повторить 5-6 раз.
- 2) Выполнение первой части разбега (до контрольной отметки) прыжками с ноги на ногу в 6 шагов.
- 3) Пробегание первой части разбега по наклонной дорожке, второй (6 беговых шагов) - по ровной.
- 4) Пробеганием разбега.
- 5) Пробегание разбега с увеличением его длины на 2-4 беговых шага.
- 6) Пробегание разбега с отталкиванием в конце.

Методические указания: Упражнения для совершенствования разбега должны выполняться свободно, без напряжения, с расчетом на выполнение отталкивание.

#### **Упражнения для овладения техникой отталкивания.**

1. И.п. - о.с. Ходьба широким шагом с акцентом на выведение таза вперед при постановке толчковой ноги на опору.
2. И.п. - о.с. Ходьба с подъемом маховой ноги (бедро должно быть параллельно полу), встать и выпрямиться на толчковой ноге как можно больше.
3. И.п. - о.с. Выполнить 2-3 шага, поставить толчковую ногу на опору высотой (20-30см), оттолкнуться маховой, выпрямить толчковую с последующим подъемом маховой. Уделить внимание на выведение таза вперед. Повтор каждой ногой.
4. И.п. - то же. С 4-6 беговых шагов - выпрыгивание на стопку матов, приземление на маховую.
5. И.п. - то же. Акцентированное отталкивание в беге толчковой ногой на 3 и 5 шаг - приземление на маховую - пробегание. В быстром темпе. Основное требование при выполнении отталкиваний сериями - взлетать вперед-вверх с небольшой паузой, будто перепрыгивая через лужу.
6. И.п. - то же. С 6-7 беговых шагов прыжок в длину с разбега через планку на высоте 70-80 см. Отталкиваться на расстоянии 80-90см от первой планки. Темп упражнения быстрый.
7. И.п. - то же. Прыжок в длину с касанием подвешенного ориентира рукой. Длина разбега 4-8 беговых шагов. Темп упражнения средний.
8. И.п. - стоя на толчковой, маховую согнуть. С 6-8м разбега скачками выполнить прыжок в длину. Темп упражнения средний.
9. И.п. - стоя на гимнастической скамейке, ноги на ширине плеч. Шагая вперед, разогнуть толчковую с одновременным движением маховой на гимнастическую стенку. Расстояние от скамейки до стенки 200-280см. Темп средний.

#### **Упражнения для овладения техникой движений в полете.**

1. И.п. - толчковая нога впереди, маховая сзади. С 4-6 беговых шагов прыжок в «шаге» с последующим приземлением на маховую и пробеганием.
2. И.п. - то же. С 6-8 беговых шагов прыжок в «шаге» через два препятствия, расположенных друг от друга на расстоянии 90-100см и от места толчка до первого барьера 180- 200см. Темп средний.
3. И.п. - одна нога впереди, другая сзади. Руками на уровне головы держаться за канат. Оттолкнуться толчковой ногой с последующим выходом тазом на канат. По мере продвижения

каната делать «гигантские шаги».

- И.п. - то же. С 2-4 беговых шагов выйти в положение «шага» на канат, опустить маховую ногу и вывести вперед толчковую; подтянуть маховую к толчковой, прогнуться и прыгнуть с каната на обе ноги. Темп средний.
- И.п. - то же. С 4-6 беговых шагов, отталкиваясь с мостика, прыгнуть в длину способом «ножницы». Методические указания: при выполнении упражнений акцентировать внимание на первом шаге, который должен быть широким и активным. Достигается это за счет выведения таза вперед без опускания бедра маховой ноги.

#### **Упражнения для овладения техникой приземления.**

- Раскачивание на кольцах. На каче назад подтянуть колени к груди, на каче вперед выпрямить перед собой ноги и перенести их через препятствие.
- Раскачивание на перекладине. На каче вперед быстро подтянуть колени к кистям, затем выпрямить ноги и сделать свободный кач назад.
- Прыжки вверх с подъемом прямых ног перед собой.
- И.п. - толчковая впереди, маховая сзади на носке. С 4-6 беговых шагов прыжок в длину с акцентом на выносе прямых ног вперед и приземлением на ягодицы. Стопы на себя. Темп выполнения средний и быстрый.

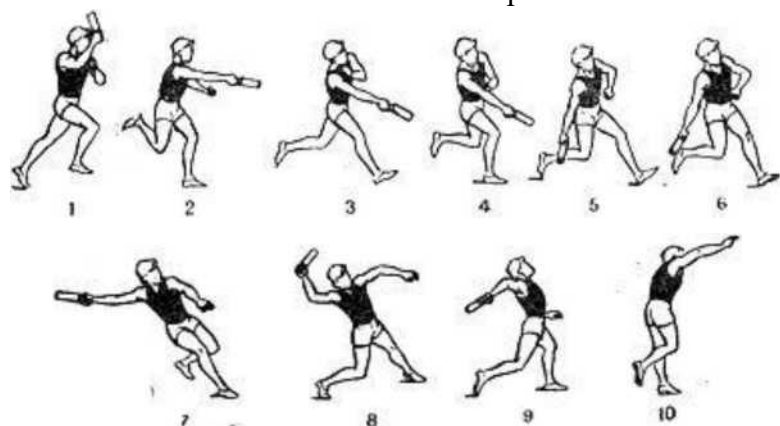
### **Тема 2.4 Метание гранаты.**

#### **Вопросы для устного опроса по теме:**

От чего зависит дальность полета снаряда в метаниях. Перечислить способы техники метания гранаты Факторы, влияющие на результат в метании гранаты

#### **Упражнения для тренировки**

- Броски и ловля мяча.
- Метание мяча из-за головы, стоя лицом по направлению метания, левая нога (при метании правой рукой) впереди на всей ступне, правая сзади на носке, правая рука впереди, мяч на уровне головы. Из этого положения перенести вес тела на правую ногу (правую ногу на всю ступню), одновременно отвести правую



руку назад за голову и слегка отклонить туловище назад (замах). Затем, перенося вес тела на левую ногу, выпрямиться и резким движением руки вперед-

вверх (под углом около 45°) бросить мяч.

- То же, что и 2, но другой рукой.
- Метание мяча с места по горизонтальной мишени. И.п.: встать левым боком (при метании правой рукой) по направлению метания, ноги на ширине плеч, левая нога на носке (в сторону метания), правая рука с мячом сверху, смотреть на мишень, находящуюся в 3-4 м. Из этого положения перенести вес тела на левую ногу (правую на носок), туловище повернуть влево по направлению метания, правую руку слегка согнуть (замах). Затем в темпе энергичным движением бросить мяч в цель. Чтобы сохранить устойчивое положение, ноги слегка сгибаются, а туловище наклоняется вперед-влево.
- То же, что и упражнение № 4, но другой рукой.
- Метание мяча из-за головы, стоя лицом по направлению метания, в цель (щит 1г1 м), расположенную на высоте 2 м, с расстояния 2 м (упражнение, развивающее координацию и точность движения, глазомер).

7. То же, что и упражнение № 6, но с постепенным увеличением расстояния до 4-6 м.
8. Метание мяча из-за головы, стоя боком по направлению метания.  
И.п.: встать левым боком (при метании правой рукой) по направлению метания, ноги на ширине плеч, вес тела на обеих ногах, правая рука с мячом на уровне головы. Из этого положения согнуть правую ногу, левую на носок, отвести правую руку вправо-назад и отклонить туловище вправо. Затем быстрым движением разогнуть правую ногу и перенести вес тела на левую, одновременно повернуть туловище влево и энергичным движением кисти бросить мяч под углом около 45°.
9. Метание мяча через веревку, натянутую на высоте 2-3 м.
10. То же, что и упражнение № 9, но другой рукой.
11. Метание мяча, стоя боком к цели, расположенной на высоте 2-2,5 м, с расстояния 3- 3,5 м.
12. Метание мяча. Обращать внимание учеников на правильное отведение руки и сгибание ноги перед броском.
13. Метание мяча. Обращать внимание на поворот туловища во время броска и заключительное движение рукой.
14. Метание мяча в цель (щит 1г1 м) с постепенным увеличением расстояния до 6-8 м.
15. Метание мяча и других легких предметов с места на дальность.
16. Метание мяча с места с минимальных расстояний в цель, расположенную на высоте 3 м; цель - щит с концентрическими кругами, диаметры кругов - 20, 40, 60, 80, 100 см.
17. То же, что и упражнение № 16, но с постепенным увеличением расстояния от цели до 8- 10 м.
18. Метание мяча и других легких предметов через веревки, волейбольные сетки, щиты, расположенные на высоте 3-4 м.
19. Метание мяча изученными способами на дальность.
20. Метание мяча по горизонтальной цели шириной 2 м с расстояния до 12 м.
21. Метание мяча изученными способами по «коридору», ширина «коридора» 10 м. Упражнения в метании можно усложнить, выполняя их из различных положений (сидя, с колена, с шага, с разбега, из-за укрытия).  
При метании в цель желательно иметь как можно больше мишеней (целей). Лучше всего, если они будут расположены в одну линию. Для проведения метания класс разбивается на группы по числу имеющихся мишеней.

### **Специальные бросковые упражнения**

1. Ноги на ширине плеч, мяч за головой. Бросок выполняется вперед-вверх в цель при пружинистой работе ног, разгибанием туловища и захлестом предплечьями и кистями.
2. То же из и.п. стоя в шаге.
3. Тот же бросок с постановкой левой ноги на грунт из и.п. стоя на слегка согнутой правой ноге, мяч за головой.
4. Метание тяжелых снарядов с трех шагов.
5. Стоя в шаге, в руках блин от штанги. Выполнить замах вправо-вниз-назад, занять положение натянутого лука.
6. Стоя в шаге, в правой руке гантель или предмет (весом 1-2 кг). Выполнить замах вперед- вниз- назад, обращая внимание на поворотное движение правого бедра влево.
7. Стоя в шаге, в правой руке ядро (предмет 1-2 кг). Выполнить замах и метнуть его в цель.
8. Метание тяжелых снарядов с трех шагов и с подбега.

9. Дыхательная гимнастика - диафрагмальное дыхание без задействования межреберных мышц.

**Контрольные упражнения-тесты для оценки  
физической подготовленности по легкой атлетике**

№ п/п	Вид упражнений	Оценка		
		5	4	3
1	Бег 100 м (сек.) девушки	16,4	16,8	17,2
		юноши 13,6	14,0	14,4
2	Бег 2000 м (мин. сек.) девушки	11.00	11.20	11.40
		юноши 13.00	13.20	13.40
3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) девушки	175	165	155
		юноши 215	205	195
4	Прыжок в длину с разбега (м) девушки	3.40	3.20	3.00
		юноши 4.30	4.10	3.90
5	Метание гранаты девушки (500г)	23	18	12
		юноши (700г) 38	32	26

**Раздел 3. Гимнастика**

**Тема 3.1. Упражнения на развитие гибкости и координации** Вопросы для устного опроса

Что такое координация и гибкость

Как оценить текущее развитие координации

Как правильно развивать координацию движений

Как развить гибкость и координацию в домашних условиях

Какие спортивные упражнения развивают ловкость и быстроту

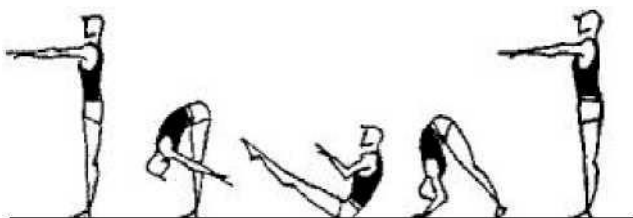
**Упражнения для развития координации**

Упражнение 1. В положении стоя вращать правой рукой по часовой стрелке, левой - против часовой стрелки. Через 10-15 движений поменять направление вращения рук.

Упражнение 2. Поместить ладонь правой руки на расстоянии 5-10см над головой. Поднимать и опускать ладонь, дотрагиваясь темени. Одновременно ладонь левой рукой описывает круги параллельно плоскости живота.

Упражнение 3. Стоя вытянуть вперед правую руку. Вращать выпрямленной рукой по часовой стрелке, а ее кистью против часовой стрелки. Движения выполняются 10-15 раз, плавно и без рывков. Повторить для другой руки.

Упражнение 4. Обе выпрямленные руки вытянуты перед собой. Одна рука выполняет произвольные движения, другая рисует ту или иную геометрическую фигуру - круг, квадрат, треугольник, и т.п. Через 10-15 движений руки меняются ролями.



**Комплекс упражнений для развития гибкости:**

1. Наклон вперед, сидя ноги врозь. Коснуться груди пола и удерживать это положение 2-3

секунды. Чтобы успешно выполнить это нормативное

требование, рекомендуется освоить следующие упражнения:

- а) сидя на полу, ноги вместе, наклон вперед с помощью тренера, который нажимает руками в области лопаток;
- б) стоя в наклоне вперед, стремиться коснуться ладонями пола, затем лбом, грудью ног;
- в) встать спиной к гимнастической стенке, наклониться вперед, ухватиться за вторую рейку и притягивать к себе, наклоняясь все глубже и глубже (ноги не сгибать);
- г) стоя лицом к гимнастической стенке, поставить правую ногу на рейку на высоте пояса (или груди) и, наклоняясь вперед, стремиться грудью коснуться ноги;
- д) сидя ноги врозь пошире, наклон вперед с помощью.

## 2. Мост из положения лежа.

Умения выполнять мост имеет существенное значение не только для развития гибкости тела, но и для успешного вольными и акробатическими упражнениями.

Упражнения для овладения мостом:

- а) наклоны назад, касаясь стенки руками;
- б) стоя на коленях, руки вверх, наклон назад, стремиться коснуться руками пола;
- в) сидя спиной к стенке, взяться руками за рейку на высоте головы, согнуть ноги и поставить на ширине плеч, прогибаясь встать;
- г) стоя спиной к стенке, наклониться назад и опираясь руками о стенку, выполнить мост;
- д) лежа на спине, согнуть ноги и опереться руками за головой;
- е) стоя, наклоном назад мост с помощью тренера.

3. Поднимание прямой ноги вперед, в сторону (до высоты пояса, груди), назад (выше колена), стоя у гимнастической стенки и опираясь о нее рукой свободную руку на пояс:

- а) махи ногой вперед, назад, в сторону, стоя у гимнастической стенке и опираясь на нее рукой (при махе ногой стопу поворачивать наружу, тело и голову держать прямо);
- б) встать лицом (боком) к стенке и поставить прямую ногу на рейку на высоте пояса. Присесть на опорной ноге, удерживать прямую ногу на рейке;
- в) стоя у стенки, поднимать прямую ногу вперед, в сторону и назад с помощью тренера (не допускать болевых ощущений);
- г) Стоя у стенки, поднимать прямую ногу вперед, назад, в сторону с отягощением (не более 2-3% от веса гимнастки).

## 4. Выкруты в плечевых суставах со скалкой.

Для развития гибкости в плечевых суставах рекомендуется регулярно выполнять следующие упражнения:

- а) круговые движения руками в боковой и лицевой плоскостях поочередно, последовательно и одновременно;
- б) тоже с булавами, гантелями, мешочками с песком;
- в) из положения стоя, руки вверх с резиновым бинтом, выкрут, опуская руки назад за спину и возвращаясь в исходное положение;
- г) тоже, но со скалкой, руки вверх шире плеч.

## 5. Шпагат прямой.

Обучение шпагата рекомендуется начинать с выполнения упражнений, описанных в п.3.поднимание ног в сторону на 90 градусов, содействует хорошему выполнению прямого шпагата и исключает травматические повреждения. Кроме указанных упражнений рекомендуются следующие:

- а) из упора лежа ноги врозь пошире, носки повернуты наружу, поворот туловища направо и налево, выставляя руки то в одну, то в другую сторону. Поворачиваясь налево, стремиться коснуться пола правым бедром, поворачиваясь направо, - левым бедром;
- б) стоя лицом к гимнастической стенке, развести ноги врозь пошире. Держась руками за стенку, стремиться опуститься как можно ниже;
- в) тоже, но встать на 2 - 3 рейку;
- г) стоя ноги врозь пошире, набивной мяч между ногами. Разводя ноги стремиться сесть на мяч;

д) из седа ноги врозь пошире, опираясь на руки вперед, встать на ноги и вернуться в И.П.

### **Контрольные тесты для определения гибкости и координации**

«ШПАГАТ» на правую ногу. Выполняют шпагат на полу. Измеряется расстояние от пола до бедра в сантиметрах. «Шпагат» позволяет определить развитие гибкости в тазобедренных суставах.

«МОСТ» фиксируется 2 секунды оценивается расстояние между руками и пятками ребенка в сантиметрах. «Мост» позволяет определить развитие гибкости позвоночного столба.

«ВЫКРУТ» в плечевых суставах со скакалкой выполняется три раза. Измеряется расстояние между кистями в сантиметрах. «Выкрут» позволяет определить подвижность в плечевых суставах.

Исходя из анализов литературных источников, использовались три теста, при помощи которых определялись следующие виды КС:

- способность к сохранению равновесия; способность к согласованию движений;
- координационные способности, относящиеся к целостным двигательным действиям (способность к ориентированию в пространстве).

Тест «ЦАПЛЯ» выполняется следующим образом.

И.П. - стойка на правой (левой) ноге, колено левой (правой) развернуто в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги. Руки вперед ладонями книзу.

По команде нужно закрыть глаза и сохранять неподвижное положение максимальное количество времени.

Как только начинали наблюдаться небольшие колебания движения, секундомер останавливали.

Для определения способности к согласованию движений был взят тест «УПОР ПРИСЕВ - УПОР ЛЁЖА».

И.П. - О.С.

- 1 . Упор присев;
- 2 . Упор лежа;
- 3 . Упор присев;
- 4 . И.п.

За одно полностью выполненное упражнение начисляется одно очко, каждое из четырех фаз упражнения составляет % очка.

Способность к ориентированию в пространстве оценивалась с помощью теста «ВОСЬМЁРКА». Ползание в упоре, стоя согнувшись, по восьмиобразной дистанции.

И.П. - Стоя на полчетвереньках (колени не касаются пола) между двумя кубиками, расположенными на расстоянии 1,5 метра друг от друга. Ладонь одной руки находится на отметке, обозначающей середину расстояния между кубиками.

Задание: проползти на полчетвереньках «ВОСЬМЁРКОЙ», огибая каждый кубик три раза. Оценивается время выполнения задания в секундах. Учитывается результат одной попытки.

## **Тема 3.2 Упражнения на формирование осанки**

### **Вопросы для устного ответа**

- 1 Нарушение осанки
- 2 Причины нарушения осанки
- 3 Виды нарушений осанки
- 4 Профилактика нарушения осанки

### **Упражнения для формирования правильной осанки.**

1. Лягте на спину, руки протяните вдоль тела. Медленно поднимайте голову, шею и плечи дотех пор, пока не обопретесь на локти. Медленно сосчитайте до 10 и опуститесь. Упражнение можно сделать эффективней, если вы ляжете на доску или другую плоскую поверхность.

Один конец доски немного поднимите, подложив под него что-нибудь.

После упражнения вы сразу же почувствуете, как кровь приливает к лицу, внутренние органы приняли правильное положение, мышцы брюшного пресса отдохнули. Проходит усталость ног и отеки лодыжек.

2. Положение лежа. Ноги раздвинуты и согнуты в коленях, пятки как можно ближе к тазу. Поднимите таз, но крестец прижмите к полу, сосчитайте до 10 и опустите таз.

3. Упражнение выполняется так же, но колени соединены. Руки положите на живот и нажмите на него в тот момент, когда поднимаете таз.



4. В том же положении, с приподнятым тазом и прижатым к полу крестцом, вытяните руки вверх. Опустите и повторите это движение снова.

5. И. п. — лежа на спине с согнутыми коленями. Прижмите спину к полу и поднимите таз. Постепенно двигайте пятки от себя, пока совсем не вытяните ноги и тело не будет опираться только на пятки и крестец. Потом постепенно поднимите руки.

6. И. п. — то же. Колени согнуты, руки лежат вдоль тела, согнутые в локтях. Поднимите таз, медленно выпрямите руки, поднимите их вверх и прижмите колено к груди. Вернитесь в исходное положение и повторите то же самое с другим коленом.

7. И. п. — то же. Вплотную к голове положите какой-нибудь маленький предмет, например мяч. Попытайтесь отодвинуть его головой как можно дальше. Это прекрасное упражнение для выпрямления шейных позвонков.

8. Встаньте спиной к стене на расстоянии 10 см. Головой и спиной обопритесь на стену, таз держите на некотором расстоянии от стены. Придвигайте его к стене, поочередно сгибая и выпрямляя колени. Крестец все время касается стены.

Каждое из вышеперечисленных упражнений проделайте 7-10 раз.

## **КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ГИМНАСТИКЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

Контрольные нормативы	«5»	«4»	«3»	«2»
акробатическая комбинация (кувырок вперед, положение «Мост», кувырок назад, полушпагат, стойка на лопатках);  выполнение контрольного норматива прыжок через козла ноги врозь; комбинация на гимнастическом бревне (вскок махом одной, седуглом, шаги, повороты, равновесие на одной ноге, соскок).	двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точнов надлежащем темпе, легко и четко	двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений	двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведенных к неуверенному или напряженному выполнению	двигательное действие выполнено не правильно

#### Раздел 4. Спортивные игры Тема. Волейбол

##### Упражнения для развития ловкости

1. И.п. - упор присев.

Прыжок - падение вперед на руки с отведением правой (левой) ноги вверх - назад и сгибанием рук в локтевых суставах. Затем через упор присев встать и повернуться на 180° для выполнения упражнения в противоположную сторону.

2. То же, но из основной стойки падения шагом вперед наружи. 3. То же, но из основной стойки падения вперед на руки.



2. И.п. - полуприсед, руки сзади.

Из полуприседа падением вперед перейти в упор лежа, правая (левая) нога вверх. Совершив хлопок руками, через упор присев встать с поворотом на 180° для выполнения упражнения в другую сторону.

То же, но из основной стойки в упор лежа, вместе с хлопком отвести правую (левую) ногу вверх назад.

То же, но в падении спиной назад совершить поворот на 180, хлопок руками и прийти в упор лежа.

3. И.п. - стоя в шаге друг от друга лицом на расстоянии 15-20 метров.

Точное метание с места малого мяча партнеру в руки из-за головы и ловля другим партнером мяча двумя руками. То же, но метание с трех шагов разбега из-за головы, расстояние 20-25 метров.

То же, но метание с 5 шагов разбега в баскетбольный щит на дальность отскока с последующей ловлей другим партнером.



4. И.п. - стоя на расстоянии 3-5 метров, первый - ноги врозь с опорой на сзади стоящую ногу, с малым мячом внизу, боком ко второму, второй - в шаге, руки вытянуты вперед, лицом к первому. Передача на месте в парах одной рукой снизу, ловля двумя. То же, но в шаге на расстоянии 4-6 метров  
То же, но с разбега 2-3 шагов на расстоянии 5-8 метров
5. И.п. - ноги боком к мишени на расстоянии 3-5 метров с малым мячом в руке, отведенной назад - вниз. Броски с места одной рукой толчком сбоку в мишень и ловля двумя. То же, но в шаге на расстоянии 4-6 метров.  
То же, но с разбега 2-3 шагов на расстоянии 8-10 метров.
6. И.п. - стоя в шаге друг к другу лицом на расстоянии 2-3 метра у одного из партнеров баскетбольный мяч сверху.  
Верхняя передача в паре двумя из-за головы.  
То же, но после поворота на 360, чередуя повороты в правую и левую стороны, расстояние 3-4 метра.  
Повороты выполнять на одной ноге.  
То же, но с предварительным вращением мяча вокруг себя.  
И.п. - сидя ноги врозь, руки перед грудью, второй стоит лицом к первому на расстоянии 2-3 метра с волейбольным мячом.  
Прием и передача волейбольного мяча первым партнером сверху с перекатом на спину. То же, но с приседанием на одну ногу.  
То же, но с приседанием на обе ноги.
7. И.п. - стоя лицом к стене под углом 45 градусов, на расстоянии 2 метра от нее и в 3 метрах между собой.  
Броски и ловля между партнерами мяча, отскочившего от стены под углом. То же, но расстояние между партнерами 1-2 метра.  
То же, но партнеры стоят друг за другом.
8. И.п. - стоя друг к другу лицом на расстоянии 3 метра, один из них держит волейбольный мяч. Прием в выпаде вперед волейбольного мяча двумя снизу  
То же, но в выпаде с падением и приземлением на согнутые руки с отведением одной ноги вверх - назад.  
То же, но на расстоянии 5 метров, прием в падении с нескольких шагов разбега.
9. И.п. - стоя, ноги на ширине плеч, лицом к друг другу расстояние между ними 3-4 метра у одного из них баскетбольный мяч сверху  
Быстрая верхняя передача в парах двумя руками из-за головы сверху с места. То же, но на расстоянии 5-6 метров.  
То же, но после двух шагов разбега на расстоянии 8-10 метров.
10. И.п. - ноги на ширине плеч лицом к стене на расстоянии 4 метров, баскетбольный мяч сверху за головой.  
Броски двумя руками из-за головы с последующей ловлей мяча. То же, но из положения стоя на коленях на расстоянии 3 метров. То же, но из положения лежа на животе на расстоянии 2 метров.
11. И.п. - стоя в шаге лицом друг к другу на расстоянии 5-8 метров между ними. Один из них с мячом.  
Быстрая передача в парах одной рукой от плеча с полетом мяча на уровне головы. То же, но прием и передача в шаге на расстоянии 10 метров.  
То же, но прием передачи в прыжке в пределах двух шагов на расстоянии 15-20 метров.
12. И.п. - низкий присед лицом друг к другу.  
Передача мяча в парах любым способом на расстоянии 2-3 метров. То же, но из положения, стоя на коленях.  
То же, но из положения на животе.
13. И.п. - низкий присед лицом друг к другу на расстоянии 2-3 метров. Передача мяча двумя руками от груди после вращения вокруг себя.  
То же, но из положения сидя ноги врозь.  
То же, но из положения лежа на спине ногами друг к другу с отведением туловища от пола во время

приема и передачи.

14. И.п. - сидя друг к другу спиной на расстоянии 0,5 метров, один из них держит мяч. Передача мяча с права налево и наоборот.

То же, но сочетая передачи сверху мяча, с правой и левой стороны.

То же, но сочетание вращения мяча вокруг себя его верхом с правой и левой Стороны.

И.п. - стоя на коленях друг к другу лицом на расстояние 1-1,5 метров, поочередно один из них держит баскетбольный мяч.

Вращение мяча вокруг себя с последующей передачей его партнеру, чередуя вращение вправо и левую стороны.

То же, но партнеры стоят на одном колене и передают мяч, сочетая вращение под правым и левым коленом и вокруг себя.

То же, но партнеры сидят ноги врозь и передают мяч, сочетая вращение мяча под ногами и вокруг себя.

15. И.п. - ноги врозь мяч справа.

Из положения, согнувшись ноги врозь, передача мяча восьмерной между ног. То же, но передача мяча вокруг себя, затем восьмерной между ног.

То же, но перенос мяча на ладони снизу вверх с вращением по спирали, затем восьмерной между ног.

16. И.п. - ноги на ширине плеч, баскетбольный мяч внизу в раках. Броски и ловля мяча двумя руками над брошенного вверх, стоя на месте. То же, но с поворотом на  $180^{\circ}$ .

То же, но с поворотов на  $360^{\circ}$ .

17. И.п. - стойка ноги врозь, баскетбольный мяч в руках. Вращение мяча вокруг себя в правую и левую стороны. То же, но с передвижением вперед и назад.

То же, но вращать мяч вокруг себя, а также под приподнятой ногой на месте и в движении вперед и назад.

18. И.п. - основная стойка, баскетбольный мяч в руках.

Ведение с проносом мяча в два шага, с последующим продолжением ведения (плавно переходим в замедленный бег).

То же, но с имитацией броска во время прыжковых шагов.

То же, но с вращением мяча вокруг себя и с имитацией броска во время прыжковых шагов.

19. И.п. - ноги на ширине плеч баскетбольный или набивной мяч весом 1-2 кг на согнутой руке сбоку. Перебрасывание мяча с руки на руку перед собой.

То же, но перебрасывание одной рукой снизу другой верхом из руки в руку, чередуя направления. То же, но перебрасывание одной рукой через плечо из руки в руку чередуя руки. Броски и ловля отскочившего мяча с перепадом на спину.

То же, но с низкого приседа с отведением одной ноги во время перепада на бок и спину.

То же, но из полу приседа с приседанием вперед и отведением одной ноги во время перепада на бок и спину.

20. И.п. - стойка в шаге, волейбольный мяч в руках. Подбрасывание мяча вверх и удары его головой, повторяя задание.

То же, но направляя мяч в стенку, повторяя при отскоке его от стены на уровне 2 м. То же, но жонглировать мячом сочетая удары головой, плечом, коленом и подъемом.

21. И.п. - стоя перед стойками лицом друг к другу первый с мячом у ног.

Обводя трех стоек внутренней и внешней стороны ступени зигзагообразно с передачей мяча в конце партнеру.

То же, но с обводкой 4 стоек.

То же, но с обводкой 5 стоек.

22. И.п. - стоя в центре круга с мячом, второй на окружности радиусом 3 метра. Передача из центра по радиусу движущемуся партнеру со спиной 1-2 кругов. То же, но оба партнера двигаются по окружности круга, передавая друг другу мяч в движении.

То же, но партнеры выполняют пас после обводки препятствий расположенных по окружности круга.

23. И. п. - лежа на спине руки прижать к бедрам.

Переворачиваться на живот не отрывая руки от бедер, чередуя поворот в левую и правую стороны.

То же, но соединить кисти рук за спиной. То же, но руки за спиной, ноги скрестно.

24. И. п. - стоя друг к другу лицом касаясь ладонями рук.

Выведение партнера из равновесия за счет толчка или обманного движения руками. То же, но выполнить в низком приседе.

То же, но стоя на одной ноге.

25. И.п. - ноги на ширине плеч, гимнастическая палка на ладони поддерживается вертикально другой рукой.

Балансировать палкой на ладони, поднимая и опуская руки вверх, вниз. То же, но присесть и встать, касаясь свободной рукой пола.

То же, но передвигаться по скамейке вперед и назад.

### **Тестовый контроль усвоения учебного материала по теме «Волейбол»**

#### **1. Основным способом приема и передачи мяча в волейболе является ...**

- а) нижняя передача мяча двумя руками;
- б) нижняя передача одной рукой;
- в) верхняя передача двумя руками.

#### **2. Верхняя передача мяча выполняется приемом мяча .**

- а) на все пальцы обеих рук;
- б) на три пальца и ладони рук;
- в) на ладони;
- г) на большой и указательный пальцы обеих рук.

#### **3. При приеме мяча двумя руками снизу не рекомендуется принимать мяч .**

- а) на сомкнутые предплечья;
- б) на раскрытые ладони;
- в) на сомкнутые кулаки.

#### **4. Обязательным условием правильного выполнения верхней передачи мяча является**

- а) прием игроком стойки волейболиста;
- б) своевременный выход игрока под мяч и выбор исходного положения;
- в) своевременное сгибание и разгибание ног.

#### **5. При верхней передаче мяча на большое расстояние передача заканчивается .**

- а) коротким движением рук и полным выпрямлением ног;
- б) полусогнутыми руками;
- в) полным выпрямлением рук и ног.

#### **6. При приеме мяча сверху соприкосновение пальцев с мячом должно происходить на**

- а) уровне верхней части лица в 15-20 см от него;
- б) расстоянии 30-40 см выше головы;
- в) уровне груди;

#### **7. Что не является ошибкой при приеме мяча сверху?**

- а) Прием на выставленные вперед большие пальцы рук.
- б) Прием на кисти рук, поставленные параллельно друг другу.
- в) Прием на все пальцы рук.

#### **8. Какой способ приема мяча следует применить, если подача сильная и мяч немного не долетает до игрока?**

- а) Сверху двумя руками.
- б) Снизу двумя руками.
- в) Одной рукой снизу.

#### **9. Часто при неправильном приеме мяча сверху происходит растяжение мышц (связок) большого пальца руки. Что нельзя делать при оказании первой доврачебной помощи?**

- а) Охлаждать поврежденный сустав.
- б) Согреть поврежденный сустав.
- в) Обратиться к врачу.

**10. Размер волейбольной площадки и названия линий.**

- а) 18 x 9 м, лицевая, боковая, средняя, нападения;
- б) 24 x 14 м, лицевая, боковая, средняя, нападения, трехочковая; в) 18 x 9 м, средняя, боковая, штрафная, линия защиты;
- г) 18 x 15 м, лицевая, боковая, средняя, трехочковая, штрафная;

**11. Какой подачи не существует?**

- а) Одной рукой снизу.
- б) Двумя руками снизу.
- в) Верхней прямой.
- г) Верхней боковой.

**12. Выпрыгивание на блок выполняется толчком вверх ...**

- а) одной ногой;
- б) обеими ногами.

**13. На сколько зон условно разделена площадка при игре в волейбол?**

- А) 6 В) 5
- Б) 8 Г) 9

**14. Напишите, какие действия или термины относятся к волейболу:**

- а) очко, 2) гол, 3) зона, 4) пенальти, 5) подсечка, 6) переход, 7) блок, 8) вне игры, 9) партия, 10) штрафной удар.
- б) 1, 3, 7, 9;
- в) 1, 2, 5, 7, 10;
- г) 2, 4, 5, 6, 8.

**15. Какова высота сетки для мужчин?**

- А) 2 м 43 см
- В) 2 м 64 см
- С) 2 м 46 см

**16. Чтобы правильно воздействовать на мяч при передаче снизу партнеру надо:**

- А) ударить по мячу прямыми руками
- В) подойти под мяч и воздействовать на мяч ногами и прямыми руками, учитывая силу полета мяча
- С) подойти под мяч и сыграть за счет ног

**17. На крупных соревнованиях по волейболу игра проводится из .**

- а) двух партий; б) трех партий;
- в) пяти партий.

**18. До скольких очков ведется счет в решающей (3-й или 5-й) партии?**

- а) До 15 очков.
- б) До 20 очков.
- в) До 25 очков.

**19. Допускается ли команда волейболистов до участия в соревнованиях, если в ее составе 5 человек?**

- а) Допускается.
- б) Не допускается.
- в) Допускается с согласия команды соперника.

**20. Сколько еще касаний мяча может сделать принимающая подачу команда, если при ем мяча с подачи считать первым касанием?**

- а) Одно.
- б) Два.
- в) Три.

**21. Если после разрешения судьи на подачу, подающий игрок подбросил мяч и не произвел по нему удар, то ...**

- а) подача считается проигранной;
- б) подача повторяется этим же игроком;
- в) подача повторяется другим игроком этой же команды.

**22. Если при подаче мяч коснулся сетки и перелетел на сторону соперника, то .**

- а) подача повторяется; б) игра продолжается; в) подача считается проигранной.

**23. Если при подаче мяча подающий игрок наступает на разметку задней линии площадки или переходит ее, то .**

- а) подача повторяется;
- б) подача считается проигранной;
- в) игра продолжается.

**24. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований?**

- а) Шесть.
- б) Десять.
- в) Двенадцать.

**25. Либеро - это...**

- а) судья
- б) секретарь
- в) игрок
- г) тренер

**26. Специальная разминка волейболиста включает в себя .**

- а) беговые упражнения;
- б) упражнения с мячом;
- в) силовые упражнения.

**27. При каком счете может закончиться игра в первой партии?**

- а) 15:13;
- б) 25:26;
- в) 27:29.

**28. Стойка волейболиста помогает игроку .**

- а) быстро переместиться «под мяч»;
- б) следить за полетом мяча;
- в) выполнить нападающий удар.

**29. Какие действия являются нарушением правил при подаче мяча?**

- А) игрок ударил несколько раз мячом об пол
- Б) заступил ногой пространство площадки
- В) выполнил прыжок перед подачей
- Г) подачу подавал за 2 метра от площадки

**30. Высота волейбольной сетки для женских команд:**

- а) 2м 44см
- б) 2м 25см
- в) 2м 43см
- г) 2м 24см

Эталоны ответов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
в	а	б	б	в	а	в	б	б	а	б	б	а	а	а	в	в	а	б	б	а	бб	в	в	б	в	а	б	г	

Критерии оценивания:

«5» — 30=28 правильных ответов;

«4» — 28-26 правильных ответов;

«3» — 26-24 правильных ответов.

**Критерии оценки контрольных нормативов по спортивным играм (волейбол)**

Упражнения	Критерии Оценки	Оценка			
		«5»	«4»	«3»	«2»
Серийные передачи мяча снизу над собой 10 раз	1 высота передачи не ниже 1,5 м; 2 синхронная работа ног, туловища, рук, согласованность действий; 3 отскок мяча под прямым углом; 4 количество передач	10 передач без ошибок с первой попытки	10 передач с 1-2 ошибками, не выполнены критерии 1, 4	10-8 передач, 2-3 ошибки, не выполнены критерии 1, 2, 4	менее 5 передач не выполнены критерии 1, 2, 3, 4
Передачи мяча в парах через сетку	1 количество передач; 2 правильное выполнение стойки и перемещений к мячу, выхода к мячу; 3 точность передач	50 передач с соблюдением всех критериев	40 передач, 2 ошибки, не выполнены критерии 1, 2.	30 передач, не выполнены критерии 1, 2, 3.	менее 30 передач, не выполнены критерии 1, 2, 3.
Передачи мяча сверху над собой (10 раз). Комбинированные передачи - одна сверху над собой, одна снизу (10 раз)	1 высота передачи не ниже 1 м; 2 синхронная работа ног, туловища, рук, согласованность действий; 3 отскок мяча под прямым углом; 4 количество передач	10 передач без ошибок с первой попытки	10 передач с 1-2 ошибками, не выполнены критерии 1, 4.	10 передач, 2-3 ошибки, не выполнены критерии 1, 2, 4.	менее 5 передач не выполнены критерии 1, 2, 3, 4.
Прием мяча снизу с подачи	1 точный прием, позволяющий направить мяч в зону 3, 2; 2 мяч принят и остался в игре на своей площадке или перелетел на противоположную; 3 правильное выполнение исходного положения, выхода к мячу; 4 количество приемов.	из 5 подач 5 приемов без ошибок	из 5 подач 5 приемов, не выполнен критерий 2	из 5 подач 4 приема, не выполнены критерии 2, 4	из 5 подач 2 приема, не выполнены критерии 1, 2, 3, 4
Верхняя подача в зону	1 попадание мяча точно в зону	из 5 попыток 5 подач без ошибок	4	3	2

Судейская и инструкторская практика: проведение разминки, основной и заключительной частей занятия, организация и проведение соревнований, судейство, ведение протокола соревнований.

## **Тема. Баскетбол.**

### **Комплекс ОРУ с баскетбольными мячами в парах**

**1.** И.п. - полуприсед, мяч внизу.

1 - левую в сторону, мяч вверх-вправо;

2 - и.п.;

3 - правую в сторону, мяч вверх-влево;

4 - полуприсед, передать мяч партнеру;

5-8 - то же задание выполняет партнер. Повторить 6-8 раз.

**2.** И.п. - стойка ноги врозь, мяч в правой руке.

1 - перебросить мяч через голову на левую руку, поймать его; 2 - то же в обратном направлении;

3 - переложить мяч из правой руки в левую, сделав им оборот вокруг туловища; 4 - передача партнеру;

5-8 - то же задание выполняет партнер.

Повторить 6-8 раз.

**3.** И.п. - стойка ноги врозь, мяч в правой руке.

1-3 - перекладывать мяч из одной руки в другую, вращая его по «восьмерке» между ногами;

4 - передача партнеру;

5-8 - то же задание выполняет партнер.

Повторить 6-8 раз.

**4.** И.п. - о.с., мяч в правой руке.

1 - мах левой вперед, сделать перевод мяча с правой руки на левую с отскоком от пола под ногой;

2 - поймать мяч левой рукой;

3 - мах правой вперед, перевод мяча с левой руки на правую с отскоком от пола под ногой; 4 - ловля мяча правой рукой и передача партнеру;

5-8 - то же задание выполняет партнер. Повторить 6-8 раз.

**5.** И.п. - присед, мяч в правой руке.

1-3 - прыжки на месте с поворотом налево и ведением мяча правой рукой; 4 - передача партнеру;

5-8 - то же задание выполняет партнер.

Повторить 6-8 раз, каждый раз меняя направление прыжков.

**6.** И.п. - упор лежа на левой руке. 1-3 - ведение мяча правой рукой;

4 - передача партнеру прокатыванием; 5-8 - то же задание выполняет партнер.

Повторить 6-8 раз, каждый раз меняя руку.

**7.** И.п. - стойка баскетболиста, мяч перед грудью. 1 - шаг правой вперед;

8. - приставить левую к правой; 3 - присед;

9. - бросок в прыжке партнеру;

10. - то же задание выполняет партнер. Повторить 6-8 раз.

**11.** Ходьба на месте.



### **Тестовый контроль усвоения учебного материала по теме «Баскетбол»**

**1. Впервые сборная мужская команда СССР заняла 1-е место на Олимпийских играх в**

а) 1964 г. на XVIII Олимпийских играх;

б) 1968 г. на XIX Олимпийских играх;

в) 1972 г. на XX Олимпийских играх.

**2. Сколько игроков-баскетболистов могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований?**

- а) 5 человек.
- б) 10 человек.
- в) 12 человек.

**3. В игре баскетболист часто перемещается боком приставными шагами. Эти шаги выполняются ...**

- а) подпрыгиванием;
- б) как бы скольжением;
- в) переступанием.

**4. Перед выполнением приемов баскетболист принимает стойку баскетболиста. Какое положение является ошибкой в данной стойке?**

- а) Ступни расставлены на ширину плеч.
- б) Одна нога выставлена вперед.
- в) Ноги выпрямлены в коленях.
- г) Масса тела равномерно распределена на обеих ногах.

**5. Нельзя делать передачу партнеру, если он .**

- а) находится позади вас;
- б) находится далеко от вас; в) не смотрит на вас;
- г) «оторвался» от соперника.

**6. Что является ошибкой при ловле баскетбольного мяча?**

- а) Ловля мяча с амортизацией сгибанием рук.
- б) Ловля на прямые руки.
- в) Ловля мяча на уровне груди.
- г) Сближение кистей рук и расстановка пальцев.

**7. При ведении мяча наиболее частой ошибкой является .**

- а) «шлепанье» по мячу расслабленной рукой;
- б) ведение мяча толчком руки;
- в) мягкая встреча мяча с рукой.

**8. Остановку баскетболист применяет для внезапного прекращения движения. Какое из положений правильно при выполнении остановки?**

- а) Остановка выполнена на согнутые ноги.
- б) Перенесен центр массы тела на выставленную вперед ногу.
- в) Остановка выполнена на прямые ноги.
- г) Стопы поставлены на одну фронтальную линию.

**9. Нельзя вырывать мяч у соперника .**

- а) захватом мяча двумя руками;
- б) захватом мяча одной рукой;
- в) ударом кулака;
- г) направлением рывка снизу-вверх.

**10. На рис. 7 показан способ передачи мяча .**

- а) двумя руками от живота; б) двумя руками от груди; в) двумя руками от головы.

**11. При броске мяча одной рукой от плеча с места ошибкой является .**

- а) разгибание ног в коленных суставах;
- б) вынос рук с мячом по средней линии лица;
- в) вынос руки с мячом сбоку от лица;
- г) заключительное движение кистью.



**12. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении считается одним из основных и самым простым в баскетболе. Что является ошибкой в сочетании приемов «ведение - два шага - бросок»?**

- а) Выполнение широких шагов.
- б) Ловля мяча в опорном положении.
- в) Выпрыгивание вверх при броске мяча.
- г) Бросок мяча правой рукой при отталкивании левой ногой.

**13. 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.

**14. При выходе к кольцу сбоку наиболее результативным оказывается бросок:**

- а) с отскоком мяча от щита;
- б) «чистый» бросок мяча в кольцо.

**15. Какие действия при обводке соперника наиболее правильны?**

- а) Чередование ведения мяча правой и левой рукой.
- б) Ведение мяча дальней по отношению к сопернику рукой.
- в) Ведение мяча ближней по отношению к сопернику рукой.

**16. При выполнении «чистого» броска в кольцо (без отскока от щита) баскетболист фиксирует свой взгляд .**

- а) на ближнем крае кольца;
- б) на дальнем крае кольца;
- в) на малом квадрате на щите.

**17. Допускается ли команда до соревнований, если в ее составе менее 5 человек?**

- а) Допускается.
- б) Не допускается.
- в) Допускается с согласия соперников.

**18. Команда получает 3 очка при попадании мяча в кольцо, если мяч брошен .**

- а) с линии штрафного броска;
- б) из-под щита;
- в) из-за линии трехочковой зоны.

**19. На каком расстоянии от игрока, вбрасывающего мяч, должны находиться другие игроки?**

- а) Не менее 1 м.
- б) Не менее 1,5 м.
- в) Не менее 2 м.

**20. При выполнении штрафного броска каждое попадание засчитывается .**

- а) за одно очко;
- б) за два очка;
- в) за три очка.

**21. Игрок, остановившийся после ведения мяча, не имеет права .**

- а) выполнить передачу мяча партнеру;
- б) выполнить бросок мяча в кольцо;
- в) возобновить ведение мяча.

**22. При потере мяча все игроки переходят к защитным действиям. Защитник должен занять позицию .**

- а) между нападающим и корзиной, которую он защищает;
- б) сбоку от нападающего;
- в) под своим щитом в готовности поймать отскочивший от щита мяч.

**23. Перехват мяча - это активный прием защиты. Успех в перехвате мяча в основном зависит от ...**

- а) расстояния между игроками;
- б) своевременности и быстроты перехвата мяча;

в) скорости передачи мяча между партнерами.

**24. Неправильный прием мяча часто приводит к повреждению пальцев. Каковы правильные действия травмированного игрока?**

- а) Продолжить занятие до конца.
- б) Согреть поврежденное место и наложить тугую повязку.
- в) Охладить поврежденное место и наложить тугую повязку.

**25. Играя в зоне нападения, нельзя выполнить передачу ...**

- а) в сторону кольца соперника;
- б) в свою зону защиты;
- в) игроку в зоне штрафного броска.

**26. Выберите вариант, который обозначает жест судьи - «перерыв в игре (рис. 8).**

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3.

**27. Основными техническими приемами в баскетболе являются четыре приема: передача, ловля, ведение мяча ... Какой четвертый прием не назван?**

- а) Прыжок. б) Пробежка. в) Бросок мяча. г) Заслон. д) Комбинация.

**28. Игра начинается вбрасыванием судьей мяча в центре круга. Разыгрывающим игрокам нельзя ...**

- а) отбивать мяч одной рукой; б) отбивать мяч двумя руками; в) ловить мяч обеими руками.

**29. За грубое нарушение правил, за неспортивное поведение игрок получает фол. За какое количество полученных им фолов игрок выбывает из игры?**

- а) Три. б) Пять. в) Семь.

**30. За нарушения правил баскетбола, такие, как: «ведение двумя руками», «двойное ведение», «прыжок с мячом», «пробежка», «3 секунды», «5 секунд», «зона», судья назначает (дает) ...**

- а) штрафной бросок в кольцо; б) предупреждение;
- в) вбрасывание из-за боковой линии.

Эталоны ответов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
а	б	б	в	в	б	а	а	в	б	в	б	в	а	б	а	б	в	а	ав	а	бв	б	а	в	в	б	в		

Критерии оценивания:

- «5» — 30-28 правильных ответов;
- «4» — 28-26 правильных ответов;
- «3» — 26-24 правильных ответов.

**Критерии оценки контрольных нормативов по спортивным играм (баскетбол)**

**Критерии**

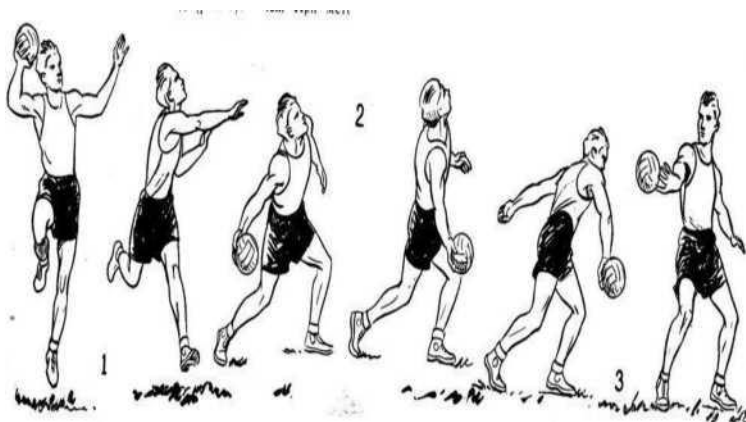
**Оценка**

Упражнения	Оценки	«5»	«4»	«3»	«2»
Передачи мяч в стену за 30 сек. на расстоянии 3 м	1 синхронная работа ног, туловища, рук, согласованность действий; 2 отскок мяча; 3 количество передач	18 передач - юноши, 16 передач - девушки без ошибок с первой попытки	16 передач - юноши, 14 передач - девушки с 1-2 ошибками, не выполнены критерии 1, 3	16 передач - юноши, 14 передач - девушки с 2-3 ошибками, не выполнены критерии 1, 3	менее 16 передач - юноши, 14 передач - девушки, не выполнены критерии 1, 2, 3
Бросок в движении из 10 попыток	1 правильное ведение мяча, 2 выполнение двух шагов, отталкивание толчковой ногой, 3 4 хорошая скорость выполнения упражнения	из 10 попыток 8 попаданий - юноши, 8 - девушки без ошибок	из 10 попыток 7 попаданий - юноши, 7 - девушки с 1-2 ошибками, не выполнены критерии 2-3	из 10 попыток 6 попаданий - юноши, 6 - девушки с 2-3 ошибками, не выполнены критерии 1, 4, 3	из 10 попыток 6 попаданий - юноши, 6 - девушки с 3-4 ошибками, не выполнены критерии 1, 2, 3, 4
Штрафной бросок 10 попыток	попадание в корзину	из 10 попыток 6 попаданий без ошибок	5	4	меньше 4
Челночный бег 3 x 10 м (сек.)	техника и скорость выполнения	7,4 — 7,6 — юноши, 8,4 - 8,6 - девушки	8,0 - 7,7 - юноши, 9,5 - 9,0 - девушки	8,0 - 8,3- юноши, 9,4 - 9,7 - девушки	больше 8,3 - юноши, больше 9,7 - девушки

Судейская и инструкторская практика: проведение разминки, основной и заключительной частей занятия, организация и проведение соревнований, судейство, ведение протокола соревнований.

### Тема. Ручной мяч (девушки) Вопросы для устного опроса по теме:

1. Возникновение и развитие ручного мяча.
2. Что относится к технике нападения?
3. Каковы основные ошибки при передвижении приставным шагом?
4. Какие основные ошибки при держании мяча вам известны?
5. Назовите основные ошибки при выполнении передач мяча одной рукой.
6. Какие правила необходимо соблюдать при многоударном ведении?
7. Перечислите, какие существуют броски поворотом из опорного положения.
8. Что относится к технике игры в защите?
9. Что предусматривает тактика игры в нападении?
10. Назовите системы защиты в ручном мяче.
11. Перечислите варианты зонной и смешанной защиты.



rushand

### Комплекс упражнений с мячом в парах

- 1 . И.П. - стоя боком друг к другу (интервал 2 шага), мяч у первых номеров вверху 1 - наклон навстречу друг другу, передавая мяч
- 2 - И.П., мяч у вторых номеров
- 3 - 4 - поворот кругом
- 5 - 8 - тоже в другую сторону
2. И.П. - стоя спиной друг к другу, у первых номеров мяч впереди 1- первые номера выполняют поворот вправо, передавая мяч
- 2 - вторые номера поворот влево, принимают мяч
- 3 - вторые номера выполняют поворот вправо, передавая мяч 4 - первые номера выполняют поворот влево, принимают мяч
3. И.П. - стоя лицом друг к другу (дистанция 3 шага), мяч у первых номеров 1 - наклон вперед, первые перекатывают мяч вторым
- 2- И.П., мяч у вторых 3 - 4 - тоже
4. И.П. - стоя спиной друг к другу, руки на поясе, мяч зажат между спинами
- 1 - присед, удерживая мяч спинами
- 2 - И.П.
- 3 - 4 - тоже
5. И.П. - стойка ноги врозь спиной друг к другу, мяч внизу у первых номеров
- 1 - мяч вверх, передача вторым номерам
- 2 - наклон вперед, передача первым номерам 3 - 4 - тоже
6. И.П. - стойка ноги врозь широкая лицом друг к другу, мяч вперед 1 - присед на правую
- 2 - И.П.
- 3 - присед на левую 4 - И.П.
7. И.П. - стоя лицом друг к другу, мяч впереди 1 - 4 - прыжки вправо
- 1 - 4 - прыжки влево
- 2 - отделение - верхний прием передача мяча с отскоком от стены
- 3 - отделение - работа в тройках: 1 и 2 стоят напротив друг друга, 3 - за вторыми, 1 передает мяч 2, 2 передает мяч над собой, выполняет поворот кругом и передает мяч 3 и т. д.
- 4 - отделение - сед ноги врозь лицом друг к другу с упором стопами, один мяч на полу между ног, а второй в руках у первых номеров. После выполнения верхней передачи мяча партнеру выполняет перекат второго мяча по полу. Тоже выполняет второй номе



### Критерии оценивания контрольных нормативов спортивных игр (ручной мяч)

- 1 .нарушение основных требований к стойке гандболиста;
- 2 .начало первого шага одноименной ногой;
- 3 .наступление на линию площадки ворот;
- 4 .отсутствие хлесткого движения кистью руки;
- 5 .бросок мяча после приземления;
- 6.не попадание мячом в ворота.

### Критерии оценки:

**Оценка «5»** - учащийся демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической способности, учащийся может самостоятельно организовать место занятий, подобрать инвентарь и применить его в конкретных условиях, контролировать ход выполнения задания, оценить его.

**Оценка «4»** - имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной физкультурной деятельности.

**Оценка «3»** - учащиеся допускают грубые ошибки в демонстрации упражнений, направленных на развитие конкретной физической, испытывают затруднения в организации мест занятий  
**Оценка «2»** - учащийся не владеет умением осуществлять различные вид физкультурной деятельности.

### **Тем. Футбол (юноши)**

#### **Вопросы для устного опроса по теме:**

1. Как называется специальная обувь для игры в футбол?
2. Как называется в футболе введение мяча в игру после того, как он вышел за короткую линию поля от игрока нападающей команды?
3. Включен ли футбол в программу Олимпийских игр?
4. Кто был капитаном футбольной сборной, ставшей чемпионом Олимпийских игр 1956 года?
5. Сколько игроков можно заменить в футбольном матче?
6. Как в США называется европейский футбол?
7. Что показывает судья футболисту, делая ему предупреждение?
8. Что показывает судья футболисту, удаляя его с поля?
9. Как называется футбольный полузащитник?
10. Как называется короткая сторона футбольного поля?

### **КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ БЕЗ МЯЧА**

1. Кувырки вперед и назад из упора присев.
2. Серии кувырков: один вперед, один назад.
3. Кувырки вперед и назад через плечо.
4. Опорные прыжки ноги врозь и согнув ноги через «козла».
5. Продвижение прыжками между стойками (камнями, флажками).
6. Прыжки через набивные мячи и другие препятствия.
7. Бег между деревьями (стойками, мячами, флажками, камнями).
8. Прыжки вверх-вперед после разбега и толчка с мостика (трамплина) и ловля теннисного (футбольного) мяча во время полета — мяч набрасывается партнером.



### **С ФУТБОЛЬНЫМ МЯЧОМ**

1. Кувырки вперед и назад с мячом в руках.
2. Подбросьте мяч руками вверх, сделайте кувырок вперед, поймите опускающийся мяч.
3. То же, но после кувырка быстро встаньте, прыгните вверх и поймите мяч.
4. Жонглирование мячом ногами, бедром, головой.
5. Ведение мяча между стойками (флажками, кирпичами и т. п.) на различной скорости.
6. Подбросьте мяч руками вперед-вверх, сделайте кувырок вперед (на траве, мате), встаньте и, после того как мяч коснется земли, ведите его, меняя направление движения.
7. С расстояния 7—8 шагов руками из-за головы направьте мяч в стенку, сделайте кувырок вперед и поймите отскочивший от стенки мяч.
8. Встаньте с партнером в 3 шагах друг от друга и жонглируйте мячом ногами. По сигналу третьего игрока легкими ударами направляйте мяч друг другу, приняв мяч, продолжайте жонглировать и т. д.

## Критерии оценивания контрольных нормативов спортивных игр (футбол)

- 1 .удары по катящемуся и неподвижному мячу;
- 2 .передачи мяча;
- 3.остановки мяча;
- 4 .упражнения в ловле мяча;
- 5 .ведение мяча;
- 6 . отбор мяча;
- 7 . удары по воротам.



### Критерии оценки:

**Оценка «5»** - учащийся

демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической способности, учащийся может самостоятельно организовать место занятий, подобрать инвентарь и применить его в конкретных условиях, контролировать ход выполнения задания, оценить его.

**Оценка «4»** - имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной физкультурной деятельности.

**Оценка «3»** - учащиеся допускают грубые ошибки в демонстрации упражнений, направленных на развитие конкретной физической, испытывают затруднения в организации мест занятий **Оценка «2»** - учащийся не владеет умением осуществлять различные вид физкультурной деятельности.

## Раздел 5. Виды спорта по выбору.

### Тема 5.1 Ритмическая гимнастика. Вопросы для устного опроса по теме:

1. История возникновения ритмической гимнастики. Современные виды аэробики.
2. Режим тренировок и дозирование нагрузки на занятиях ритмической гимнастики.
3. Противопоказания для занятий ритмической гимнастикой.
4. Техника безопасности на занятиях ритмической гимнастики.
5. Требования к одежде на занятиях ритмической гимнастики.
6. Инвентарь на занятиях ритмической гимнастикой.
7. Музыкальное сопровождение на занятиях ритмической гимнастикой.
8. Контроль и самоконтроль на занятиях ритмической гимнастики.
9. Профилактика заболеваний на занятиях ритмической гимнастики.
10. Влияние занятий ритмической гимнастикой на развитие дыхательной системы и сердечно-сосудистой системы.

### Перечень упражнений, рекомендуемых для использования в уроке ритмическая гимнастика.

#### 1. Общеразвивающие упражнения в положении стоя:

- упражнения для рук и плечевого пояса в разных направлениях (поднимание и опускание, сгибание и разгибание, дуги и круги)
- упражнения для туловища и шеи (наклоны и повороты, движения по дуге и вперед)
- упражнения для ног (поднимание и опускание, сгибание и разгибание в разных суставах, полуприседы, выпады, перемещение центра тяжести тела с ноги на ногу)

#### 2. Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа:

- упражнения для стоп (поочередные и одновременные сгибания и разгибания, круговые движения)
- упражнения для ног в положении лежа и в упоре на коленях (сгибания и разгибания, поднимание и опускание, махи)
- упражнения для мышц живота в положении лежа на спине (поднимание плеч и лопаток, то же с

поворотом туловища, поднимание ног согнутых или разгибанием)

- упражнения для мышц спины в положении лежа на животе и в упоре на коленях (небольшая амплитуда поднимания рук, ног или одновременных движений руками и ногами с "вытягиванием" в длину)

### **3. Упражнения на растягивание:**

- в полуприседе для задней и передней поверхности бедра
- в положении лежа для задней, передней и внутренней поверхностей бедра
- в полуприседе или в упоре на коленях для мышц спины
- стоя для грудных мышц и плечевого пояса

### **4. Ходьба:**

- размахивая руками (кисти в кулак, пальцы врозь и др.)
- сочетание ходьбы на месте с различными движениями руками (одновременными и последовательными, симметричными и несимметричными).
- ходьба с хлопками
- ходьба с продвижением (вперед, назад, по диагонали, по дуге, по кругу)
- основные шаги и их разновидности, используемые в аэробике

### **5. Бег** - возможны такие же варианты движений, как и при ходьбе.

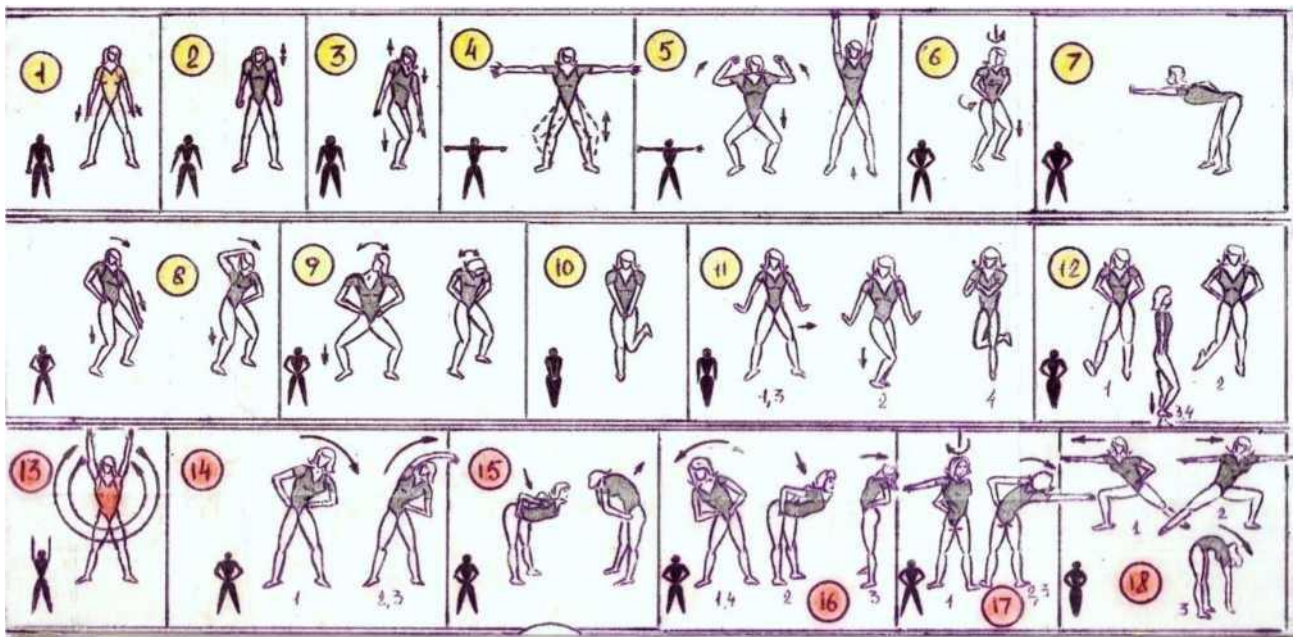
### **6. Подскоки и прыжки:**

- на двух ногах (в фазе полета ноги вместе или в другом положении) на месте и с продвижением в разных направлениях (с осторожностью выполнять перемещения в стороны) с переменной положением ног: в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (не рекомендуется выполнять больше 4 прыжков на одной ноге подряд)
- сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями с различными движениями руками.

При проведении занятий ритмической гимнастикой сохраняется общепринятая структура, в которой выделяется три части: подготовительная (7 - 10% от всего времени занятия) движения выполняются в умеренном темпе (ЧСС от 50 до 60% от максимума) с постепенными повышениями, основная (75 - 80% времени), упражнения проводятся в околопредельном темпе, ЧСС достигает зоны 80 - 90% от максимальной (максимум определяется по формуле  $220 - \text{возраст} / \text{шт.}$ ), для начинающих рекомендуется нагрузка в пределах ЧСС, равной 60% от максимума; заключительная часть (10 - 15% времени) включает упражнения на расслабление с глубоким дыханием с постепенным понижением темпа их выполнения с целью восстановления организма после нагрузки и приведения его в состояние, близкое к исходному.

Наибольший эффект дают ежедневные занятия различными формами ритмической гимнастики в дополнении с другими физическими упражнениями: бегом, плаванием и т.д. Занятия реже двух - трех раз в неделю не эффективны.





### Критерии оценивания контрольных нормативов (ритмическая гимнастика)

Станцевать под музыку изученные танцы. По 5 человек в одной линии.

Оценка 5 - точное выполнение всех танцевальных связок без помощи других обучающихся и педагога.

Оценка 4 - не выполнение 1-2 связок или выполнение с ошибкой.

Оценка 3 - неправильное выполнение танцевальных связок и не попадание в такт музыки.

Оценка 2 - отсутствие обучающегося на зачете. Исключение - плохое самочувствие (справка от врача)

### Тема 5.2 Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах

Атлетическая гимнастика -- это система физических упражнений, развивающих силу, в сочетании с разносторонней физической подготовкой. Занятия атлетической гимнастикой способствуют развитию силы, выносливости, ловкости, формируют гармоничное телосложение. Развитие силы обеспечивается выполнением следующих специальных силовых упражнений: 1.упражнения с гантелями (масса 5--12 кг): наклоны, повороты, круговые движения туловищем, выжимание, приседание и т.д.

2 .упражнения с гирями (16, 24, 32 кг): поднимание к плечу, на грудь, одной и двумя руками, толчок и жим одной и двух гирь, 1 рывок, бросание гири на дальность, жонглирование гирей;

3 .упражнения с эспандером: выпрямление рук в стороны, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах из положения стоя на рукоятке эспандера, вытягивание эспандера до уровня плеч;

4 .упражнения с металлической палкой (5--12 кг): рывок различным хватом, жим стоя, сидя, от груди, из-за головы, сгибание и выпрямление рук в локтевых суставах;

5 .упражнения со штангой (масса подбирается индивидуально): подъем штанги к груди, на грудь, с подседов и без подседа и т.д.

6 .различные упражнения на тренажерах и блочных устройствах, включая упражнения в изо-метрическом и уступающем режимах работы мышц.

Каждое занятие следует начинать с ходьбы и медленного бега, затем переходить к гимнастическим общеразвивающим упражнениям для всех групп мышц (разминка). После разминки выполняется комплекс атлетической гимнастики, включающий упражнений для плечевого пояса и рук, для туловища и шеи, для мышц ног и упражнения для формирования правильной осанки. В заключительной части проводятся медленный бег, ходьба, упражнения на расслабление с глубоким дыханием.



## Занятия на тренажерах

Тренажеры применяются как дополнение к традиционным занятиям физическими упражнениями и спортом, делают их более эмоциональными и разнообразными. Они используются как средство профилактики гипокинезии и гиподинамии, избирательно воздействуют на различные части тела, мышечные группы, дыхательную и сердечно-сосудистую системы, укрепляют и способствуют их развитию, являются хорошим средством восстановления после утомления.

### Особенности самостоятельных занятий для женщин

Организм женщины имеет анатомо-физиологические особенности, которые необходимо учитывать при проведении самостоятельных занятий физическими упражнениями или спортивной тренировки. В отличие от мужского у женского организма менее прочное строение костей, меньшее общее развитие мускулатуры тела, более широкий тазовый пояс. Для здоровья женщины большое значение имеет развитие мышц брюшного пресса, спины и тазового дна. Ряд характерных для организма женщины особенностей имеется и в деятельности сердечнососудистой, дыхательной, нервной и других систем. Все это выражается более продолжительным периодом восстановления организма после физической нагрузки, а также более быстрой потерей состояния тренированности при прекращении тренировок. Особенности женского организма должны строго учитываться в организации, содержании, методике проведения самостоятельных занятий. Рекомендуется остерегаться резких сотрясений, мгновенных напряжений и усилий, например, при занятиях прыжками и в упражнениях с отягощением. Полезны упражнения в положении сидя, и лежа на спине с подниманием, отведением, приведением и круговыми движениями ног, с подниманием ног и таза до положения «березка», различного рода приседания. При выполнении упражнений на силу и быстроту движений следует более постепенно увеличивать тренировочную нагрузку, более плавно доводить ее до оптимальных пределов, чем при занятиях мужчин.

Функциональные возможности аппарата кровообращения и дыхания у девушек и женщин значительно ниже, чем у юношей и мужчин, поэтому нагрузка на выносливость для девушек и женщин должна быть меньше по объему и повышаться на более продолжительном отрезке времени.

Женщинам при занятиях физическими упражнениями и спортом следует особенно внимательно осуществлять самоконтроль.

### Тестовый контроль знаний:

1. Упражнения на развитие верхней грудной мышцы

а) поллувер в тренажере б) отжимание от пола в) жим штанги на наклонной скамье

2 . Упражнения на развитие большой грудной мышцы

а) разведение гантелей лежа на наклонной скамье

б) разведение гантелей лежа

в) жимштанги, лежа с уклоном

3 . Упражнения на развитие нижней грудной мышцы

а) отжимание на брусьях

б) сгибание туловища в тренажере

в) сведение рук в тренажере



4 . Упражнения на развитие внутренней грудной мышцы

а) тяга штанги лежа PULL-OVER

б) жим гантелей стоя

в) жим штанги узким хватом

5 . Упражнения на развитие латеральной мышцы спины

а) тяга к груди на верхнем блоке узким или средним хватом

б) подтягивание на перекладине хватом снизу

в) разгибания туловища в тренажере

6. Упражнения на развитие широчайшей мышцы спины

а) шаги со штангой

б) подтягивания на перекладине прямым широким хватом

в) шаги с гантелями

7. Упражнения на развитие трапециевидной мышцы спины

- а) поднятие туловища лежа на бедрах  
 б) тяга Т-образного грифа  
 в) вертикальная тяга к под-бородку
8. Упражнения на развитие бицепса бедра  
 а) жим ногами б) приседания на ГАК-тренажере в) сгибание ног лежа
9. Упражнения на развитие квадрицепса бедра  
 а) приседания со штангой на плечах б) приседания с гантелями в) сгибание одной ноги стоя
10. Упражнения на развитие приводящей мышцы бедра  
 а) приведение одной ноги стоя б) разгибание ног сидя в) сведение ног сидя
11. Упражнения на развитие трицепса голени  
 а) разгибание голени сидя б) подъем на носки стоя в) жим стопами в тренажере
12. Упражнения на развитие ягодичной мышцы  
 а) выпады со штангой на плечах б) выпады с гантелями в) разведение ног в тренажере
13. Упражнения на развитие среднего пучка дельтовидной мышцы  
 а) жим штанги из-за головы б) жим штанги с груди сидя в) подъем гантелей в стороны
14. Упражнения на развитие переднего пучка дельтовидной мышцы  
 а) жим гантелей сидя б) подъем гантелей вперед попеременно в) перекрестные махи руками назад с верхних блоков
15. Упражнения на развитие заднего пучка дельтовидной мышцы  
 а) разведение рук с гантелями в наклоне б) жим штанги сидя из-за головы в) разгибание руки с гантелью из-за головы
16. Упражнения на развитие бицепса плеча  
 а) попеременные сгибания рук с гантелями б) сгибания рук с грифом штанги в) разгибания рук с рукояткой верхнего блока хватом снизу
17. Упражнения на развитие трицепса плеча  
 а) разгибание рук с рукояткой верхнего блока хватом сверху б) разгибание запястий со штангой хватом сверху в) разгибание рук со штангой лежа
18. Упражнения на развитие мышц предплечья  
 а) сгибание рук на тренажере LARRY-SCOTT б) сгибание рук со штангой хватом сверху в) сгибание рук на скамье LARRY-SCOTT
19. Упражнения на развитие прямой мышцы живота  
 а) подъемы туловища с поворотом б) подъем коленей в висе в) сворачивание туловища на полу
20. Упражнения на развитие косых мышц живота  
 а) боковые подъемы туловища на римском стуле б) подъем коленей в висе в) подъем коленей в упоре
21. Упражнения на развитие нижнего пресса  
 а) подъем прямых ног в упоре б) подъем ног на наклонной скамье в) боковые наклоны стоя с гантелью
22. Упражнения на развитие верхнего пресса  
 а) сворачивания туловища с верхним блоком б) развороты туловища с грифом в) подъемы туловища на наклонной скамье

#### Эталоны ответов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
а,в	б	а	в	а	б	б,в	в	а	а,в	б,в	а,б,в	а,в	б	а,б	а,б	а,в	в	в	а	а,б	а,в

Критерии оценивания:

- «5» — 22-20 правильных ответов;  
 «4» — 20-18 правильных ответов;  
 «3» — 18-16 правильных ответов.

### Тема 5.3 Дыхательная гимнастика Контрольные вопросы для устного опроса:

1. Назначение дыхательных упражнений.
2. Дыхание по К.П. Бутейко.
3. Дыхательная гимнастика по А.Н. Стрельниковой.
4. Дыхание по В.С. Чугунову.
5. Дыхание по системе «Хатха - йога».
6. Дыхательная гимнастика «Цзянь - фэй».
7. Трехфазное дыхание.
8. Тренировка резервов мощности дыхательной системы.
9. Дыхательные упражнения для профилактики заболеваний органов зрения, для снятия стресса.
10. Дыхательные упражнения для профилактики диабета.

#### Комплекс упражнений дыхательной гимнастики. 1. И.П.- основная стойка.

1-руки вверх потянуться, подняться на носки - вдох, 2- вернуться в исходное положение - выдох (вдох через нос, выдох через рот).

2. И.П.- ноги врозь, руки в стороны максимально отведены назад, ладони вперед, пальцы разведены.

1- руки резко скрестить на груди, кисти на лопатки, выдох (резкий);

2- медленно вернуться в исходное положение, вдох.



3. И.П.- стоя на носках прогнувшись, ноги на ширине плеч, руки в стороны-вверх.

1-опуститься на стопы, наклон вперед, округлить спину, руки махом через стороны скрестить перед грудью, сильно хлестнуть кистями по лопаткам (громкий выдох).

2-3- плавно руки развести в стороны и снова скрестить перед грудью, 2-3 раза хлестнуть кистями по лопаткам, продолжать выдох. 4- вернуться в исходное положение, диафрагмальным выдохом выпячивая круглый живот.

4. И.П.- стоя на носках прогнувшись, ноги на ширине плеч, руки вверх-назад, пальцы в замок (держа топор).

1- опуститься на стопы, быстрый наклон вперед, округлив спину, хлыст руками вперед-вниз- назад (выдох); 2- плавно вернуться, диафрагмальным вдохом выпячивая живот.

5. И.П.- стоя на носках, наклонившись вперед, руки вперед-вверх, кисти в кулак.

На каждый счет гребок баттерфляем, опускаясь на стопы, руки вниз-назад к бедрам, увеличить наклон (выдох); руки вперед через стороны вверх-вперед в исходное положение (диафрагмальный вдох).

6. И.П.- упор лежа.

1- упор присев, выдох; 2- вернуться в исходное положение, диафрагмальный вдох (все сделать за 1 сек.).

7. Ходьба на руках (в парах) с диафрагмальным дыханием. Контрольные упражнения дыхательной гимнастики Стрельниковой

Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой включает множество упражнений, однако базовыми из них являются три - «Ладочки», «Погончики» и «Насос». Эти упражнения присутствуют во всех специализированных комплексах, направленных на лечение тех или иных заболеваний.

#### «Ладочки»:

Исходное положение - стоя или сидя прямо, руки согнуты в локтях, ладони направлены от себя. Сжимайте ладони в кулаки, одновременно делая резкие и шумные вдохи. После завершения серии из 8 вдохов, ненадолго передохните и повторите упражнение (всего 20 серий по 8 вдохов).

«Погончики»:  
Исходное положение - стоя или сидя прямо, ноги немного уже ширины плеч, руки на уровне пояса, ладони сжаты в кулаки. На вдохе резко опустите руки, разжав кулаки и растопырив пальцы, причем в этот момент старайтесь с максимальной силой напрягать кисти и плечи.

Сделайте 8 серий по 8 раз.

#### «Насос»:

Исходное положение - стоя или сидя прямо, ноги немного уже ширины плеч. Громко вдохните и медленно наклонитесь, а затем так же медленно вернитесь в исходное положение, словно если бы вы работали насосом. Сделайте 8 серий по 8 раз.

#### Критерии оценки:

**Оценка «5»** - учащийся демонстрирует полный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической способности, может самостоятельно контролировать ход выполнения задания, оценить его.

**Оценка «4»** - имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной физической деятельности.

**Оценка «3»** - учащиеся допускают грубые ошибки в демонстрации упражнений, направленных на развитие конкретной физической способности, испытывают затруднения в организации мест занятий

**Оценка «2»** - учащийся не владеет умением осуществлять вид физической деятельности.

#### Тема 5.4 Спортивная аэробика Упражнения, рекомендуемых для использования в аэробике.

В связи со спецификой аэробики, наиболее типичными для урока аэробики являются следующие средства:



Общеразвивающие упражнения в положении стоя:

упражнения для рук и плечевого пояса в разных направлениях (поднимание и опускание, сгибание и разгибание, дуги и круги) - упражнения для туловища и шеи (наклоны и повороты, движения по дуге и вперед)

8. упражнения для ног (поднимание и опускание, сгибание и разгибание в разных суставах, полуприседы, выпады, перемещение центра тяжести тела с ноги на ногу)

1. Общеразвивающие упражнения в положении сидя и лежа:

- упражнения для стоп (поочередные и одновременные сгибания и разгибания, круговые движения)
- упражнения для ног в положении лежа и в упоре на коленях (сгибания и разгибания, поднимание и опускание, махи)
- упражнения для мышц живота в положении лежа на спине (поднимание плеч и лопаток, тоже с поворотом туловища, поднимание ног согнутых или разгибанием)

- упражнения для мышц спины в положении лежа на животе и в упоре на коленях (небольшая амплитуда поднимания рук, ног или одновременных движений руками и ногами с «вытягиванием» в длину)

2. Упражнения на растягивание:

- в полуприседе для задней и передней поверхности бедра
- в положении лежа для задней, передней и внутренней поверхностей бедра
- в полуприседе или в упоре на коленях для мышц спины
- стоя для грудных мышц и плечевого пояса

3. Ходьба:

- размахивая руками (кисти в кулак, пальцы врозь и др.)
- сочетание ходьбы на месте с различными движениями руками (одновременными и последовательными, симметричными и несимметричными).
- ходьба с хлопками
- ходьба с продвижением (вперед, назад, по диагонали, по дуге, по кругу)
- основные шаги и их разновидности, используемые в аэробике

4. Бег - возможны такие же варианты движений, как и при ходьбе.

5. Подскоки и прыжки:

- на двух ногах (в фазе полета ноги вместе или в другом положении) на месте и с продвижением в разных направлениях (с осторожностью выполнять перемещения в стороны)
- с переменной положения ног: в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (не рекомендуется выполнять больше 4 прыжков на одной ноге подряд)
- сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями с различными движениями руками.

**Структура и содержание контрольного занятия.**

Содержание	Продол в минутах	Способ проведения	Средства	Музыкальный ритм
1. Разминка	10'	- по кругу - на месте - игровой	- строевые упражнения - разновидности ходьбы, бега, прыжков - игры на внимание	100-120 уд/мин.
2. Аэробная часть	20'	- игровой - поточный - по типу круговой тренировки - фронтальный	- базовые шаги оздоровительной и спортивной аэробики - упражнения с предметами (гимнастические палки, мячи, скакалки, обручи и т.д.) - хореография	120-130 уд/мин.
3. Силовая часть	20'	- по типу круговой тренировки - поточный - игровой - соревновательный	- ОРУ на все группы мышц с предметами и без - ОРУ в парах - групповые упражнения - акробатические упражнения - игры	100-110 уд/мин.

**Критерии оценивания**

**Оценка 5** - упражнения выполнены технически правильно, уверенно, в соответствии с музыкальным сопровождением, эмоционально.

**Оценка 4** - упражнения выполнены технически правильно, в соответствии с музыкальным рисунком, но не совсем уверенно, менее эмоционально.

**Оценка 3** - упражнения выполнены правильно, но с напряжением и недостаточной амплитудой, допущены мелкие ошибки.

**Оценка 2** - упражнения выполнены с грубыми техническими ошибками, небрежно.

### 3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета в 2-х семестрах. Дифференцированный зачет проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном экзамене в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На зачетах обучающемуся предлагается устно ответить на три вопроса по пройденному материалу. Время на подготовку к ответу - не более 30 минут. Время ответа - не более 20 минут. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

#### Дифференцированный зачет Контрольные задания (упражнения, тесты) для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы Юноши

Вид задания	Оценка			
	«5»	«4»	«3»	«2»
1 Прыжки в длину с места (см)	220	195	180	меньше 180
2 Метание гранаты 700 гр. (м)	34	32	30	меньше 30
3 Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз)	12	9	7	меньше 7
4 Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	10	8	6	меньше 6
5 Челночный бег 3 x 10 м/с.	7,3	8,0	8,2	больше 8,2
6 Прыжки через скакалку за 1 мин. (кол-во раз)	120	110	100	меньше 100
7 На силовую подготовленность - поднимание (сед) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз)	45	40	35	меньше 35
8 Поднимание ног в висе до перекладины (кол-во раз)	7	5	3	меньше 3
9 Броски набивного мяча 2 кг из-за головы (м)	9,0	7,0	6,0	меньше 6,0
10 На скоростно- силовую подготовленность, бег 100 м/сек.	13,5	14,0	14,5	больше 14,5
11 На скоростную выносливость 1000 м (мин./сек.)	3,40	3,50	4,10	больше 4,10
12 На общую выносливость - бег 3000 м (мин./сек.)	15,00	15,30	16,00	больше 16,00

13 Гимнастический комплекс упражнений: 1 утренней гимнастики; 2 производственной гимнастики; 3 спортивной аэробики	упражнения выполнены технически правильно, уверенно, в соответствии с музыкальным сопровождением, эмоционально	упражнения выполнены технически правильно, в соответствии с музыкальным рисунком, но не совсем уверенно, менее эмоционально	упражнения выполнены правильно, но с напряжением и недостаточной амплитудой, допущены мелкие ошибки	упражнения выполнены с грубыми техническими ошибками, небрежно
---	--	---	---	--

**Контрольные задания (упражнения, тесты) для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы**

**Девушки**

Вид задания	Оценка «5»	«4»	«3»	«2»
1 Прыжки в длину с места (см)	190	175	160	меньше 160
2 Метание гранаты 500 гр. (м)	20	18	16	меньше 16
3 Сгибание и разгибание рук в упоре на полу (кол-во раз)	12	9	7	меньше 7
4 Прыжки через скакалку за 1 мин. (кол-во раз)	130	120	110	меньше 110
6 Челночный бег 3x10 м/сек.	8,4	8,7	9,3	больше 9,3
7 Вис на перекладине, (сек).	25	20	15	меньше 15
8 На силовую подготовленность - поднимание (сед) и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз)	40	35	30	меньше 30
9 Броски набивного мяча 1 кг из-за головы (м)	9,5	7,5	6,0	меньше 6
10 На скоростно-силовую подготовленность, бег 100 м/сек.	16,5	16,7	17,0	больше 17,0
11 На скоростную выносливость 500 м (мин./сек.)	1,55	2,05	2,15	больше 2,15
12 На общую выносливость, бег 2000 м (мин./сек.)	10,50	11,10	11,30	больше 11,30
13 Гимнастический комплекс упражнений: 1 утренней гимнастики; 2 производственной гимнастики; 3 ритмической гимнастики	упражнения выполнены технически правильно, уверенно, в соответствии с музыкальным сопровождением, эмоционально	упражнения выполнены технически правильно, в соответствии с музыкальным рисунком, но не совсем уверенно, менее эмоционально	упражнения выполнены правильно, но с напряжением и недостаточной амплитудой, допущены мелкие ошибки	упражнения выполнены с грубыми техническими ошибками, небрежно

**Критерии оценки:**

**Оценка «5»** - учащийся демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической способности, или комплекс утренней, атлетической, ритмической гимнастики. При этом учащийся может самостоятельно организовать место занятий, подобрать инвентарь и применить его в конкретных условиях, контролировать ход выполнения задания, оценить



его.

**Оценка «4»** - имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности.

**Оценка «3»** - учащиеся допускают грубые ошибки в подборе и демонстрации упражнений, направленных на развитие конкретной физической способности или включенных в утреннюю, атлетическую, ритмическую гимнастику; испытывают затруднения в организации мест занятия **Оценка «2»** - учащийся не владеет умением осуществлять различные виды физкультурнооздоровительной деятельности.

### **Тестовые задания для дифференцированного зачета** **Тестовое задание №1**

**Каждый вопрос может иметь разное количество правильных ответов.**

**Вопрос 1. Какие основные элементы включает в себя здоровый образ жизни?**

1. Отказ от вредных привычек, рациональный суточный режим, закаливание;
2. Оптимальная двигательная активность, систематические занятия физической культурой;
3. Личная гигиена, рациональное питание;
4. Восстановительные мероприятия после болезни или получения травм, утомления или переутомления.

**Вопрос 2. Какие действия по закаливанию на начальном уровне возможны в условиях повседневной жизни?**

1. Физические упражнения с гирями на открытом воздухе в любое время года;
2. Обливание ледяной водой перед сном;
3. Ночной сон при открытой форточке, утренняя гигиеническая гимнастика при открытой форточке в любую погоду, влажные обтирания до пояса с использованием воды комнатной температуры, обливание ног прохладной водой перед сном;
4. Хождение на улице без головного убора.

**Вопрос 3. Какие продукты должны присутствовать в рационе человека активно тренирующегося?**

1. Мясные и молочные продукты;
2. Злаковые продукты, каши, макаронные изделия;
3. Бобовые продукты, овощи, фрукты;
4. Спортсмен принимает в пищу все, что он любит;
5. Особого меню для занятия спортом не требуется.

**Вопрос 4. Кто следит за правилами исполнения замены в мини - футболе?**

1. Главный судья;
2. Судья хронометрист;
3. Помощник судьи.

**Вопрос 5. Какие меры помощи оказываются спортсмену при возникновении кровотечения из носа?**

Первая медицинская помощь в этом случае заключается в следующем:

1. Усадить пострадавшего так, чтобы его спина была выпрямлена;
2. На 5—10 мин большим и указательным пальцами плотно прижать крылья носа к перегородке или ввести в носовые ходы специальные кровоостанавливающие тампоны;
3. Если носовое кровотечение не останавливается в течение 30—40 мин, пострадавшего необходимо доставить в лечебное учреждение;
4. В любом случае пострадавшего доставляют к врачу;

**Вопрос 6. Физическая культура это ....?**

1. Стремление к высшим спортивным достижениям;
2. Разновидность развлекательной деятельности человека;
3. Часть человеческой культуры.

**Вопрос 7. Чем характеризуется утомление?**

1. Отказом от работы организма;
2. Временным снижением работоспособности организма;
3. Повышенной частотой сердечных сокращений.

**Вопрос 8 Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет эластичности мышц, сухожилий, связок - это:**

1. быстрота
2. гибкость
3. силовая выносливость

**Вопрос 9 Снижения нагрузок на стопу ведет к:**

1. сколиозу
2. головной боли
3. плоскостопию

**Вопрос 10 При переломе предплечья фиксируется:**

1. локтевой, лучезапястный сустав
2. плечевой, локтевой сустав
3. лучезапястный, плечевой сустав

**Эталон ответа тестового задания №1**

10-

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	+		+		+					+
2	+		+		+		+	+		
3	+	+	+	+	+	+			+	

Критерии оценивания

11=3

13-14=4

15-16=5

**Тестовое задание №2**

**Каждый вопрос может иметь разное количество правильных ответов.**

**Вопрос 1. Для предотвращения травм на занятиях физической культурой испортом каждому занимающемуся рекомендуется выполнять следующие правила:**

1. Иметь для занятий соответствующие одежду, обувь, инвентарь и снаряжение;
2. Не стремиться сразу же к рекордным результатам, а улучшать свои спортивные показатели постепенно, без ущерба для здоровья;
3. Перед каждым занятием непременно выполнять разминочные упражнения, чтобы уменьшить вероятность растяжения и разрыва мышц, связок и сухожилий;
4. Обязательно пользоваться в необходимых случаях защитным снаряжением (щитками, шлемами, очками);

**Вопрос 2. Какая должна быть спортивная одежда легкоатлета?**

- 1 .Лыжи, куртка, шапка;
- 2 .Майка, шорты, шиповки;
- 3 . Кроссовки, мяч, скакалка.

**Вопрос 3. Какая длина и частота спортивного шага?**

1. 50-100, частота 120-150 шагов в минуту;
2. 100-150, частота 150-200 шагов в минуту;
3. 105-150 см., частота 180-200 шагов в минуту;

**Вопрос 4. Какие отрезки относятся к бегу на короткие дистанции?**

1.500м.; 600м.; 800м.; 1500м.; 2000м.;

2.30м.; 60м.; 100м.; 200м.; 400м.;

3. 3000м.; 4000м.; 5000м.;

**Вопрос 5. В каком направлении должен проводиться бег по стадиону?**

1 .По часовой стрелке; 2.Против часовой стрелке.

**Вопрос 6. Сколько весит учебная граната для юношей?**

1.600гр.;

2 . 700гр.;

3.800гр.

**Вопрос 7. Сколько в баскетбольной команде игроков?**

1.Четыре человека;

2 .Пять человек;

3 .Шесть человек.

**Вопрос 8. Какие продукты должны присутствовать в рационе человека активно тренирующегося?**

1. Мясные и молочные продукты;

2. Злаковые продукты, каши, макаронные изделия;

3. Бобовые продукты, овощи, фрукты;

4. Спортсмен принимает в пищу все, что он любит;

5. Особого меню для занятия спортом не требуется.

**Вопрос 9 При переломе плеча шиной фиксируют:**

1. локтевой, лучезапястный суставы

2. плечевой, локтевой суставы

3. лучезапястный, локтевой суставы

**Вопрос 10. Какие снаряды относятся к художественной гимнастики?**

1. Гимнастическая лента;

2. Обруч;

3. Мяч;

4. Брусья.

Эталон ответа тестового задания №2

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	+				+			+	+	+
2	+	+	+	+		+	+	+		+
3	+							+		+

Критерии оценивания

10-11=3

13-14=4

15-16=5

### Тестовое задание №3

**Каждый вопрос может иметь разное количество правильных ответов.**

**Вопрос 1. Как начинается игра в мини-футболе?**

1 .Удором по неподвижному мячу, находящемуся в центре поля;

2.Вбрасыванием мяча судьей;

3.Вратарь вводит мяч в игру.

**Вопрос 2. Сколько игроков баскетболистов могут одновременно находиться на и баскетбольной площадке во время соревнований?**

1.5;

2.10;

3.12.

**Вопрос 3. Волейбол играют на площадке размером?**

1. 24 x 12 м;

2. 18 x 9 м;

3. 16 x 9 м.

**Вопрос 4. Как называется игрок, выполняющий вторую передачу в игре волейбол?**

- 1 .Нападающий;
- 2 .Передающий;
- 3 . Связующий.

**Вопрос 5. До какого счета играют в волейбол в каждой партии?**

- 1 .До 15;
- 2 .До 20;
- 3 . До 25;

**Вопрос 6. Нельзя вырывать мяч у соперника?**

1. Захватом мяча двумя руками;
2. Направлением рывка снизу-вверх.
3. Ударом кулака;

**Вопрос 7. Перед выполнением приемов баскетболист принимает стойку баскетболиста. Какое положение является ошибкой в данной стойке? Ответы:**

1. Ступни расставлены на ширину плеч; Одна нога выставлена вперед;
2. Ноги выпрямлены в коленях;

**Вопрос 8. Какие основные элементы включает в себя здоровый образ жизни?**

- 2.1 отказ от вредных привычек, рациональный суточный режим, закаливание;
- 2.2 оптимальная двигательная активность, систематические занятия физической культурой;
3. Личная гигиена, рациональное питание;
4. Восстановительные мероприятия после болезни или получения травм, утомления или переутомления.

**Вопрос 9. Основные направления использования физической культуры способствуют...**

1. Формированию базовой физической подготовленности.
2. Формированию профессионально-прикладной физической подготовленности.
3. Восстановлению функций организма после травм и заболеваний.

**Вопрос 10. Смысл физической культуры как компонента культуры общества заключается в**

1. Укреплении здоровья и воспитании физических качеств людей.
2. Обучении двигательным действиям и повышении работоспособности.
3. Создание специфических духовных ценностей.

**Эталон ответа тестового задания №3**

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	+							+	+	+
2		+	+					+	+	+
3				+	+	+	+	+	+	+

Критерии оценивания

10-11=3

13-14=4

15-16=5

**Нормы ГТО для обучающихся 16-17 лет (5 ступень) ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ)**

№	Упражнение	ЮНОШИ золотой значок	ЮНОШИ серебряный значок	ЮНОШИ бронзовый значок	ДЕВУШКИ золотой значок	ДЕВУШКИ серебряный значок	ДЕВУШКИ бронзовый значок
<b>1</b>	Бег на 100 метров (секунд)	13,8	14,3	14,6	16,3	17,6	18,0
<b>2.1</b>	Бег на 2 километра (мин:сек)	7:50	8:50	9:20	9:50	11:20	11:50

2.2	или бег на 3 километра (мин:сек)	13:10	14:40	15:10	-	-	-
3.1	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во Раз)	13	10	8	-	-	-
3.2	или рывок гири 16кг (кол-во раз)	35	25	15	-	-	-
3.3	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	19	13	11
3.4	или отжимания: сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	-	-	-	16	10	9
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (ниже уровня скамьи - см)	13	8	6	16	9	7

### ИСПЫТАНИЯ (ТЕСТЫ) НА ВЫБОР

№	Упражнение	ЮНОШИ золотой значок	ЮНОШИ серебряный значок	ЮНОШИ бронзовый значок	ДЕВУШКИ золотой значок	ДЕВУШКИ серебряный значок	ДЕВУШКИ бронзовый значок
5.1	Прыжок в длину с разбега (см)	440	380	360	360	320	310
5.2	или прыжок в длину с места (см)	230	210	200	185	170	160
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	50	40	30	40	30	20
7.1	Метание спортивного снаряда весом 700г (метров)	38	32	27	-	-	-
7.2	или метание спортивного снаряда весом 500г (метров)	-	-	-	21	17	13
8.1	Бег на лыжах 3км (мин: сек)	-	-	-	17:30	18:45	19:15

<b>8.2</b>	или бег на лыжах 5 км (мин: сек)	23:40	25:00	25:40	-	-	-
<b>8.3</b>	или кросс на 3 км по пересеченной местности (для бес-снежных районов страны)	-	-	-	без учета времени	без учета времени	без учета времени
<b>8.4</b>	или кросс на 5 км по пересеченной местности (для бес-снежных районов страны)	без учета времени	без учета времени	без учета времени	-	-	-
<b>9</b>	Плавание 50м (мин: сек)	0:41	без учета времени	без учета времени	1:10	без учета времени	без учета времени
<b>10.1</b>	Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10м (очки)	25	20	15	25	20	15
<b>10.2</b>	или стрельба из электронного оружия, дистанция 10м (очки)	30	25	18	30	25	18
<b>11</b>	Туристический поход с проверкой туристских навыков	дистанция 10 км	дистанция 10 км	дистанция 10 км	дистанция 10 км	дистанция 10 км	дистанция 10 км
<b>12</b>	Самозащита без оружия (очки)	26-30	21-25	15-20	26-30	21-25	15-20

### УСЛОВИЕ ПОЛУЧЕНИЯ ЗНАЧКА ГТО

Условие	ЮНОШИ золотой значок	ЮНОШИ серебряный значок	ЮНОШИ бронзовый значок	ДЕВУШКИ золотой значок	ДЕВУШКИ серебряный значок	ДЕВУШКИ бронзовый значок
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия ВФСК "ГТО"	8	7	6	8	7	6

## **ОП 13 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины  
Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация  
Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации



# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП 13 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 2 г 10м и 3г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-измерительных материалов.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.

- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.

- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»

- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.

- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,

- Устав АНО ПО «МИКА»

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»

- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».

- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

**Таблица 1.****Оценка текущего контроля.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

## 2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ

В процессе изучения дисциплины используются такие формы контрольных заданий, как практическая работа, написание реферата, доклада, сообщения, блиц-опросы и другие формы, предназначенные для определения качества освоения обучающимися учебного материала, направленные на измерение степени сформированности той или иной компетенции, как в целом, так и отдельных ее компонентов.

### Критерии оценивания:

Развёрнутый письменный ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания:

- полнота и правильность ответа;
- степень осознанности, понимания изученного;
- языковое оформление ответа.

**«Отлично»** ставится, если студент полно излагает материал (письменно отвечает на вопрос), даёт правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка

**«Хорошо»** ставится, если студент даёт ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочёта в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

**«Удовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

**«Неудовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьёзным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

## ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Контрольные вопросы и задания № 1.** Теоретические основы предметной области знаний «Безопасность жизнедеятельность»

1. Что такое безопасность?
2. Дайте определение понятий «опасность» и «угроза». Каковы отличительные особенности этих понятий?
3. Приведите примере кратковременных и долговременных ЧС, используя реальные исторические примеры.
4. Какова основная цель предметной области знания «Безопасность жизнедеятельности»?
5. Приведите по пять примеров реально произошедших ЧС к каждому виду ЧС (природного, техногенного и социального происхождения).

**Контрольные вопросы и задания № 2.** Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

1. Какими правоустанавливающими документами регулируется сфера деятельности РСЧС в РФ?
2. Какие службы, организации и формирования относятся к силам и средствам ЧС?
3. Каким единым номером вызова экстренных оперативных служб необходимо пользоваться для сообщения о ЧС?
4. По системе оповещения РСЧС получен сигнал об эвакуации из микрорайона вашего места нахождения, но вы не «уловили» причины и суть происходящих ЧС. Определите порядок действий в данной ситуации.

**Контрольные вопросы и задания № 3.** Чрезвычайные ситуации природного характера

1. Дайте определение понятиям: «ЧС природного характера», «стихийное бедствие», «опасное природное явление», «природная катастрофа»
2. Назовите наиболее распространённые ЧС природного характера на территории Санкт-Петербурга. Приведите реальные исторические примеры.
3. Назовите основные поражающие факторы и неблагоприятные последствия ЧС природного характера.
4. Поступило сообщение об опасности наводнение в вашем городе. Ваш дом попадает в зону объявленного затопления. Определите порядок ваших действий в сложившейся ситуации.

**Контрольные вопросы и задания № 4.** Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них

1. Каковы отличительные особенности в понятиях «ЧС природного характера» и «ЧС техногенного характера»?
2. Дайте определение понятию «пожар»?
3. Приведите примеры наиболее крупных техногенных катастроф XX и XXI вв.
4. В результате аварии на очистительном сооружении в городской водопровод попало значительное количество хлора. Определите порядок ваших действий.

**Контрольные вопросы и задания № 5.** Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них

1. Дайте определение понятию «социальная безопасность».
2. Что такое терроризм. Каковы основные характеристики современного терроризма?
3. Приведите примеры негативных социальных процессов, связанных с распространением массового употребления алкогольных и наркотических веществ?
4. Что такое наркомания? Что такое алкоголизм? Какими нормативно-правовыми актами регулируется ограничение употребления алкоголя.
5. Что такое безработица? Назовите виды безработицы. Приведите алгоритм разумного поведения человека, оставшегося внезапно без работы.

**Контрольные вопросы и задания № 6.** Экологическая безопасность

1. Дайте определение антропогенному загрязнению?
2. Какие глобальные экологические проблемы наблюдаются в нашем городе? Каковы их причины и последствия.
3. Что такое экологическое право?
4. Какие существуют формы юридической ответственности за экологические правонарушения?
5. Вы получили задание от администрации школы провести занятие для школьников 7-9 классов по вопросам экологической безопасности. Занятие должно носить ознакомительный характер,

продолжительность 45 мин. Каким тематическим содержанием Вы наполните занятие? Составьте план  
**Контрольные вопросы и задания № 7. Информационная безопасность**

1. Что такое информационная война? Каковы ее основные характеристики? Опишите основные приёмы и методы информационной войны.

2. Дайте определение понятию «информационный терроризм». В чем сущность этого опасного социального явления?

3. Дайте определение термину «информационная зависимость». Какие виды информационной зависимости вам известны?

4. Вы устроились на работу в школу. В один из рабочих дней, вы стали невольным участником беседы старшеклассников об анонимном звонке в школу с информацией о том, что в одном из помещений школы заложена бомба. Определите порядок Ваших действий.

5. Во время прохождения практики в школе один из учеников обращается к Вам за помощью. Описывая свою проблему, он рассказывает, что практически все свободное время проводит дома, за компьютером. Родителям он не хочет сообщать о своей проблеме, о причине того, что «они его не понимают» (с его слов), но сам уже устал и не знает, что ему предпринять. Определите порядок ваших действий.

**Контрольные вопросы и задания № 8. Здоровый образ жизни как основа безопасности жизнедеятельности**

1. Назовите факторы, определяющие здоровье.

2. Назовите и охарактеризуйте основные составляющие здорового образа жизни.

3. Что такое «культура здоровья»?

4. У Вити наступили долгожданные осенние каникулы. Но Вите было грустно сидеть одному дома. Ему нечем было заняться. Ведь он уже знал, что длительно слушать громкую музыку, долго сидеть за компьютером это вредно, а друзей у Вити не было. Поэтому Витю отправили отдыхать в деревню к бабушке. Бабушка все каникулы усиленно кормила Витю пельменями, пирогами, тортами, жареным мясом, бутербродами с колбасой. Витя рад помочь бабушке воды с колонки принести, дрова нарубить, печь затопить, но бабушка все сама управляет. Вите не дает по хозяйству помогать, бережёт внука, да приговаривает: «Наработаешься ещё». После каникул мама повела Витю на плановый осмотр в поликлинику. Врач измерила Вите рост и вес, оказалось, что у Вити появился лишний вес. Врач посоветовал Вите больше двигаться, а лучше пойти на спортивную секцию. Мама Вити записала сына на секцию баскетбола и каратэ, которые проходили 3 раза в неделю. Через два месяца лишний вес ушёл, и у Вити появилось много новых друзей.

Почему у Вити появился лишний вес? Почему у Вити не было друзей? Для чего в организме человека откладывается жир в жировых клетках? Известно, что плодотворный труд укрепляет здоровье людей. Как Вы считаете, чем может Витя заняться в деревне у бабушки?

**Контрольные вопросы и задания № 9. Первая помощь**

1. Что такое «первая помощь»? Какие основные мероприятия входят в понятие Первая помощь согласно существующему законодательству?

2. Какими юридическими документами регулируется оказание первой помощи?

3. Пострадавший после падения с высоты мужчина лежит на тротуаре. Он находится в сознании, но речь спутана и затруднена. С его слов понятно, что он упал со второго этажа. Жалобы на сильную боль в области спины и грудины. Определите порядок ваших действий.

4. На даче соседского мальчишку в шею укусила пчела. Он обратился к Вам за помощью. Его лицо и шея начали увеличиваться в объёме, появилось учащённое хриплое дыхание. До ближайшего населённого пункта - не менее часа ходьбы или 10 минут на машине. Определите порядок Ваших

действий.

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме устного дифференцированный зачет. Устный дифференцированный зачет проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на устном дифференцированном зачете в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий устный дифференцированный зачет в соответствии с требованиями к содержанию промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На дифференцированном зачете обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса и выполнить практическое задание по пройденному материалу. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине Безопасность жизнедеятельности путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций с учетом оценки результатов учебных сборов.

#### **Критерии оценки результатов учебных сборов**

Результаты учебных сборов оцениваются по следующим направлениям:

- тактическая подготовка - выбор места для стрельбы, трассировка окопа, передвижение на поле боя перебежками и переползанием;
- огневая подготовка - неполная разборка автомата Калашникова, знание работы частей и механизмов, подготовка к стрельбе, меры безопасности, выполнение начального упражнения стрельбы из АК (третье упражнение из малокалиберной винтовки), первое упражнение по метанию ручной гранаты;
- строевая подготовка - строевая стойка, повороты на месте и в движении, строевой шаг, воинское приветствие на месте и в движении, строй отделения, взвода;
- радиационная, химическая и биологическая защита - приемы и способы радиационной, химической и биологической защиты; преодоление участка местности, зараженного радиоактивными (отравляющими) веществами; действия солдата по сигналам оповещения и вспышке ядерного взрыва; выполнение нормативов одевания средств индивидуальной защиты;
- физическая подготовка - в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей и к кандидатам, поступающим в военно-учебные заведения;
- медицинская подготовка - остановка кровотечения, наложение повязки на раны верхних, наложение повязки на раны нижних конечностей.

Индивидуальная оценка каждого обучающегося складывается из оценок, полученных за выполнение каждого норматива:

- «отлично», если не менее 50% нормативов выполнено на «отлично», остальные - на «хорошо»;
- «хорошо», если не менее 50% нормативов выполнено на «отлично» и «хорошо», остальные - не ниже «удовлетворительно»;
- «удовлетворительно», если не более чем по одному из нормативов получена оценка «неудовлетворительно»;
- «неудовлетворительно», если по нормативам получены две и более оценки «неудовлетворительно».

Общая оценка за учебные сборы выставляется:

- «отлично», если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке - «отлично», а по строевой - не ниже «хорошо», при примерном или удовлетворительном поведении;
- «хорошо», если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке, - не ниже «хорошо»,

- а по строевой - не ниже «удовлетворительно», при примерном или удовлетворительном поведении;
- «удовлетворительно», если не более чем по одному разделу учебной программы получена оценка «неудовлетворительно» при примерном или удовлетворительном;
- «неудовлетворительно», если по двум и более разделам учебной программы получены оценки «неудовлетворительно».

Обучающимся юношам, уклонившимся от учебных сборов без уважительных причин, выставляется неудовлетворительная оценка за учебные сборы и за курс учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

Оценка знаний проводится путем приема зачетов. По результатам проведения зачетов составляется итоговая ведомость по темам занятий с указанием результатов (оценок) по каждому направлению и итоговой оценки, которая учитывается при выставлении итоговой оценки за весь курс.

### **Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации**

1. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, источники их возникновения.
2. Основы применения первичных средств пожаротушения.
3. Уголовная ответственность военнослужащих за преступления против военной службы.
4. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам их распространения и тяжести последствий.
5. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в чрезвычайных ситуациях мирного времени.
6. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы. Сущность международного гуманитарного права и основные его источники.
7. Чрезвычайные ситуации военного характера, которые могут возникнуть на территории России в случае локальных вооруженных конфликтов.
8. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в чрезвычайных ситуациях военного времени.
9. Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.
10. Организация и порядок призыва граждан на военную службу. Прохождение военной службы по контракту.
11. Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Обеспечение надежной защиты рабочих и служащих.
12. Боевые традиции Вооруженных Сил России.
13. Основные источники чрезвычайных ситуаций военного характера - современные средства поражения.
14. Общие понятия об устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики.
15. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.
16. Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Теоретические основы прогнозирования чрезвычайных ситуаций.
17. Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы.
18. Дружба, войсковое товарищество - основы боевой готовности частей и подразделений. Символы воинской чести.
19. Прогнозирование природных и техногенных катастроф. Порядок выявления и оценки обстановки.
20. Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Подготовка к восстановлению нарушенного производства.
21. Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы.
22. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности, принципы снижения вероятности их реализации.
23. Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Повышение надежности инженерно-технического комплекса.
24. Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

25. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в быту, принципы снижения вероятности их реализации.
26. Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Обеспечение надежности и оперативности управления производством.
27. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.
28. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в быту, принципы снижения вероятности их реализации.
29. Прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России.
30. Здоровье человека и здоровый образ жизни.
31. Обоснование опасности поражающих факторов ядерного оружия - факторы поражения.
32. Прогнозирование развития событий и оценки последствий при стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России.
33. Личное здоровье - одна из основных жизненных ценностей человека. Понятие общественного здоровья.
34. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций
35. Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации. Национальные интересы России. Основные угрозы национальной безопасности Российской Федерации.
36. Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье. Основные задачи МЧС России в области гражданской обороны, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
37. Основные угрозы национальной безопасности Российской Федерации. Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России.
38. Вредные привычки и их влияние на здоровье.
39. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания этой системы, основные задачи РСЧС по защите населения от чрезвычайных ситуаций.
40. Военная доктрина Российской Федерации. Обеспечение военной безопасности.
41. Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье - понятие о компьютерной зависимости.
42. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций.
43. Военная доктрина Российской Федерации. Военная организация государства, руководство военной организацией государства.
44. Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами.
45. Гражданская оборона, ее структура, задачи и основные мероприятия по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.
46. Военная доктрина Российской Федерации. Руководство военной организацией государства.
47. Правовые основы оказания первой доврачебной помощи.
48. Основные принципы и нормативно-правовая база защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
49. Основы военной службы и обороны государства. Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны Российской Федерации.
50. Деятельность государства в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
51. Основы военной службы и обороны государства. Виды Вооруженных Сил, рода войск и их предназначение.
52. Понятие о первой доврачебной и медицинской помощи.
53. Федеральные законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.
54. Виды Вооруженных Сил, рода войск и их предназначение.
55. Порядок и правила оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.
56. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций.



57. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России.
58. Порядок использования инженерных сооружений для защиты населения от чрезвычайных ситуаций
59. Виды Вооруженных Сил, рода войск и их предназначение, их роль в системе обеспечения национальной безопасности страны
60. Организация и выполнение эвакуационных мероприятий. Основные положения по эвакуации населения в мирное время.

**Примеры практических заданий по разделу Основы медицинских знаний для проведения промежуточной аттестации**

1. Ситуации, при которых человек нуждается в оказании первой медицинской помощи. Помощь человеку, потерявшему сознание.
2. Первая медицинская помощь при тепловом ударе.
3. Первая медицинская помощь при солнечном ударе.
4. Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Первая медицинская помощь при артериальном кровотечении.
5. Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Первая медицинская помощь при венозном кровотечении.
6. Первая медицинская помощь при переохлаждении.
7. Первая медицинская помощь при обморожениях.
8. Первая медицинская помощь при химических ожогах кожи и слизистых поверхностей. Первая медицинская помощь при термических ожогах.
9. Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Первая медицинская помощь при травмах - ушибы.
10. Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Первая медицинская помощь при травмах - переломы костей конечностей.

## **ОГСЭ.07 ОСНОВЫ ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Паспорт фонда контрольно-оценочных средств учебной дисциплины

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Контрольно-оценочные средства для оценки освоения учебной дисциплины,  
текущая аттестация

Контрольно-оценочные средства для промежуточной аттестации

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ.07 ОСНОВЫ ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ

1.1 Наименование специальности: 49.02.03 Спорт.

1.2 Уровень образования: СПО.

1.3 Присваиваемая квалификация: Тренер по виду спорта.

1.4 Срок обучения: 2 г 10м и 3г 10м.

1.5 Цель и задачи фонда контрольно-измерительных материалов.

### **Цель:**

Контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, определенных ФГОС СПО по направлению подготовки тренера по виду спорта в качестве результатов освоения учебных дисциплин.

### **Задачи:**

- Установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.
- Обеспечение проверки усвоения конкретных элементов учебного материала рабочей программы дисциплины.
- Осуществление контроля и управление достижением целей реализации ППССЗ АНО ПО «МИКА»
- Оценка достижений, обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины.
- Обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Колледже.

1.6. Нормативные документы фонда контрольно-оценочных средств.

Для достижения целей преподавателем используется комплект нормативно- методической документации, регламентирующий содержание, организацию образовательного процесса и оценку качества подготовки обучающихся и выпускников.

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Типовое положение об образовательном учреждении среднего профессионального образования,
- Устав АНО ПО «МИКА»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 21 апреля 2021 г. № 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»
- Положение об организации текущей и промежуточной аттестации студентов АНО ПО «МИКА».
- Положение о планировании, организации самостоятельной работы студентов АНО ПО «МИКА».

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устного опроса, практических занятий, тестирования, создания презентаций, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица 1), или разрабатывается преподавателем самостоятельно в зависимости от сложности заданий.

Таблица 1.

## Оценка текущего контроля.

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
	Балл (отметка)
91 - 100	5 (отлично)
70 - 90	4 (хорошо)
50 - 69	3 (удовлетворительно)
Менее 50	2 (неудовлетворительно)

## 2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля	
	Текущий контроль	Промежуточный контроль
Тема 1.1. Личное финансовое планирование	<p>ПР № 1. Составление «Семейного бюджета»</p> <p>ПР № 2. Составление таблицы доходов и расходов Самостоятельная работа по разделу 1</p> <p>Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников, подготовка к прохождению теста по теме 1.1, составленного преподавателем</p>	Дифференцированный зачет
Тема 2.1 Банки и банковские счета	<p>ПР № 3. Прохождение теста на тему «Банки и банковские счета».</p> <p>ПР № 4. Прохождение теста на тему «Влияние инфляции на стоимость активов».</p> <p>Самостоятельная работа по теме 2.1.</p> <p>Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников, подготовка к прохождению тестов по теме 2.1, составленных преподавателем.</p>	
Тема 2.2. Банковский депозит	<p>ПР № 5. Прохождение теста на тему «Банковские депозиты».</p> <p>Самостоятельная работа по теме 2.2</p> <p>Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников, подготовка к прохождению теста на тему «Банковские депозиты», составленного преподавателем</p>	
Тема 2.3. Кредиты и основные принципы кредитования	<p>ПР № 6. Прохождение теста на тему «Кредиты и основные принципы кредитования»</p> <p>Самостоятельная работа по теме 2.3</p> <p>Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников, подготовка к прохождению теста на тему «Кредиты и основные принципы кредитования», составленного преподавателем</p>	
Тема 2.4	ПР № 7. Прохождение теста на тему	

Стоимость кредита и кредитные правоотношения	«Стоимость кредита и кредитные правоотношения» Самостоятельная работа по теме 2.4 Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников, подготовка к прохождению теста на тему «Стоимость кредита и кредитные правоотношения», составленного преподавателем	
Тема 2.5. Расчетно-кассовые операции	ПР № 8. Составить ответы на вопросы по теме: «Расчетно-кассовые операции». Самостоятельная работа по теме 2.5 Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников. Ответы на контрольные вопросы по теме «Расчетно-кассовые операции».	
Тема 2.6. Инвестиции	ПР № 9. Прохождение теста на тему «Инвестиции». Самостоятельная работа по теме 2.6. Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников, подготовка к прохождению теста на тему «Инвестиции», составленного преподавателем	
Тема 3.1. Страхование	ПР № 10. Прохождение теста на тему «Страховые услуги. Договор страхования.». ПР № 11. Прохождение теста на тему «Виды личного страхования». Самостоятельная работа по теме 3.1. Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников, подготовка к прохождению тестов по теме 3.1, составленных преподавателем.	
Тема 3.2. Пенсии	ПР № 12. Составить ответы на вопросы по теме: «Пенсии». Самостоятельная работа по теме 3.2. Проработка конспектов занятий, учебной литературы и других информационных источников. Ответы на контрольные вопросы по теме «Пенсии».	

### **3. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕКУЩАЯ АТТЕСЦИЯ**

В процессе изучения дисциплины используются такие формы контрольных заданий, как блиц - опросы, тесты и другие формы, предназначенные для определения качества освоения обучающимися учебного материала, направленные на измерение степени сформированности той или иной компетенции, как в целом, так и отдельных ее компонентов.

#### **Примерные вопросы для устного опроса (фронтальный опрос)**

##### **Тема. Составление семейного бюджета.**

1. Человеческий капитал.
2. Деньги, финансы.
3. Финансовые цели, финансовое планирование.
4. Активы, пассивы, доходы (номинальные, реальные), расходы.
5. Личный бюджет.
6. Семейный бюджет.
7. Дефицит, профицит, баланс.

##### **Тема. Банковский депозит**

1. Понятие сбережения, инфляция.
2. Индекс потребительских цен как способ измерения инфляции.
3. Банк, банковский счет.
4. Вкладчик, депозит, номинальная и реальная процентная ставка по депозиту.
5. Депозитный договор.
6. Банковская карта (дебетовая, кредитная).
7. Банкомат.
8. Заемщик, финансовые риски, ликвидность.
9. Банки, функции банков и банковские операции.
10. Банковские счета.
11. Виды банковских счетов, кому они открываются и для каких операций.
12. Виды банковских карт.
13. Влияние инфляции на стоимость активов.

##### **Тема. Банковский кредит**

1. Понятие банковский кредит, заемщик, виды кредита.
2. Принципы кредитования (платность, срочность, возвратность).
3. Номинальная процентная ставка по кредиту, полная стоимость кредита (ПСК).
4. Виды кредитов по целевому назначению (потребительский кредит, ипотечный кредит).
5. Стоимость кредита и способы его погашения.
6. Микрофинансовые организации.
7. Кредитные потребительские кооперативы (КПК) и ломбарды.
8. Особенности кредитных организаций (по параметрам).
9. Кредитный договор, общие и индивидуальные условия договора потребительского кредита (займа).
10. Порядок исполнения платежей в погашение кредита при недостаточности суммы.
11. Кредитная история.
12. Коллекторское агентство и его регламентированные действия.
13. Банкротство, его плюсы и минусы.
14. Кредит как финансовый инструмент. Принятие решения о необходимости кредита.
15. Риски невыплаты кредита.
16. Особенности условий кредитного договора.

##### **Тема. Расчетно-кассовые операции**

1. Банковская ячейка.
2. Денежные переводы.
3. Валютно-обменные операции.
4. Банковские карты (дебетовые, кредитные, дебетовые с овердрафтом).
5. Риски при пользовании банкоматом.
6. Риски при использовании интернет-банкинга.
7. Электронные деньги.

#### **Тема. Финансовый рынок и инвестиции**

1. Понятие инвестиции, инфляция;
2. Реальные и финансовые активы как инвестиционные инструменты;
3. Ценные бумаги (акции, облигации);
4. Инвестиционный портфель, ликвидность, соотношение риска и доходности финансовых инструментов;
5. Диверсификация как инструмент управления рисками, ценные бумаги (акции, облигации, векселя) и их доходность, валютная и фондовая биржи.

#### **Тема. Страховая система РФ**

1. Понятие страховые риски, страхование, страховщик, страхователь, выгодоприобретатель;
2. Страховой агент, страховой брокер;
3. Виды страхования для физических лиц (страхование жизни, страхование от несчастных случаев, медицинское страхование, страхование имущества, страхование гражданской ответственности);
4. Договор страхования;
5. Страховая ответственность, страховой случай, страховой полис;
6. Страховая премия, страховой взнос, страховые продукты.

#### **Тема. Пенсионное обеспечение и налогообложение**

1. Понятие и значение пенсии.
2. Государственная пенсионная система в РФ.
3. Пенсионный фонд РФ и его функции.
4. Негосударственные пенсионные фонды.
5. Трудовая и социальная пенсия, корпоративная пенсия.
6. Инструменты для увеличения размера пенсионных накоплений.

#### **Примерное тестовое задание на тему «Составление семейного бюджета»**

Тестовое задание: В каждом вопросе выберите один правильный ответ из предложенных вариантов

**Вопрос 1.** Правительство Российской Федерации распоряжением от 25 октября 2017 г. № 2039р утвердило Стратегию повышения финансовой грамотности в Российской Федерации на 2017—2023 годы. Данная Стратегия определяет:

1. Обучение студентов финансовой грамотности по индивидуальному учебному плану.
2. Создание системы финансового образования и информирования в сфере защиты прав потребителей финансовых услуг в Российской Федерации.
3. Укрепление юридических основ защиты коммерческой тайны в финансовых учреждениях.
4. Дополнительное финансирование профильных образовательных организаций в регионах Российской Федерации.

**Вопрос 2.** Формирование компетенций в сфере финансовой грамотности требует:

1. Бесплатного финансового образования в стране.
2. Создания новой системы информирования населения в средствах массовой информации.
3. Разработки и внедрения образовательных программ повышения финансовой грамотности.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 3.** Главным эмиссионным и денежно-кредитным регулятором страны является:

1. Министерство финансов Российской Федерации.



2. ПАО «Сбербанк».
3. Банк России.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 4.** Основными целями деятельности Банка России являются:

1. Развитие и обеспечение стабильности финансового рынка России.
2. Обеспечение стабильности и развитие мировой платежной системы.
3. Все ответы верны.

**Вопрос 5.** Целью Банка России не является:

1. Повышение надежности платежной системы.
2. Получение прибыли.
3. Защита и обеспечение устойчивости рубля.
4. Развитие и укрепление банковской системы России.

**Вопрос 6.** Человеческий капитал - это:

1. Товар, выражающий стоимость остальных товаров.
2. Стоимость, используемая для получения прибавочной стоимости посредством производственной и экономической деятельности, основанной на добровольном обмене.
3. Совокупность знаний, умений, навыков, использующихся для удовлетворения многообразных потребностей человека и общества в целом.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 7.** В состав человеческого капитала не входит:

1. Затраты семьи на питание.
2. Затраты семьи на образование.
3. Затраты семьи на содержание жилища.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 8.** К принципам правильного обращения с индивидуальным человеческим капиталом относятся:

1. Получение справки об успешном прохождении курса профессионального обучения.
2. Некоторые компетенции человеческого капитала можно конвертировать в финансовый капитал.
3. Компетенции человеческого капитала можно конвертировать, только получая новые знания.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 9.** Краткосрочными целями личного финансового планирования являются цели со сроком достижения:

1. от 1 года до 2 лет.
2. от 3 до 5 лет.
3. от 1 года до 3 лет.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 10.** Аббревиатура SWOT была впервые использована:

1. Д. М. Кейнсом.
2. И. Фишером.
3. К. Эндрюсом.
4. К. Марксом.

**Вопрос 11.** Факторами внутренней среды объекта SWOT - анализа являются:

1. Возможности и угрозы.
2. Сильные и слабые стороны.
3. Необходимость и достаточность.
4. Желаемое и действительное.

**Вопрос 12.** Поле СИВ (сила и возможности) показывает:

1. Возможности внешней среды.

2. Силы, которые следует использовать для устранения угроз.
3. Какие сильные стороны необходимо использовать, чтобы получить оптимальный результат от возможностей во внешней среде.

4. От каких слабостей необходимо избавиться, чтобы предотвратить нависшие угрозы.

**Вопрос 13.** К личным пассивам относятся:

1. Денежные средства в наличном виде или на банковском счете.
2. Суммы, направляемые на погашение банковского кредита.
3. Автомобиль.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 14.** Личный автомобиль может являться активом, если:

1. Применяется для личного пользования.
2. Задействован в личном бизнесе.
3. Обеспечивает залог под имущественный кредит.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 15.** Если денежные средства размещены на депозитном счете, то для вкладчика они являются:

1. Пассивом.
2. Активом.
3. Чистым капиталом.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 16.** Чистый капитал определяется как:

1. Разница между активами и пассивами.
2. Разница между прибылью и убытками.
3. Разница между доходами и расходами.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 17.** Ликвидность актива это:

1. Способность актива противостоять рискам.
2. Способность актива наращивать свою стоимость во времени.
3. Способность актива быть превращенным в денежные средства быстро и без потерь.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 18.** Бюджетный профицит - это:

1. Превышение расходов бюджета над его доходами.
2. Превышение доходов бюджета над его расходами.
3. Нулевой баланс доходов и расходов бюджета.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 19.** Источниками личного дохода не являются:

1. Социальные пособия (алименты, пособия на детей, пенсии).
2. Возврат налогов (налоговые вычеты).
3. Подарки, полученные в не денежной форме.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 20.** К основным статьям семейных расходов не относятся:

1. Отдых и развлечения.
2. Коммунальные и сопутствующие услуги.
3. Проценты по депозитам.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 21.** Личный финансовый план нужен в первую очередь для того, чтобы:

1. Тратить меньше личных средств.
2. Отказаться от непредвиденных расходов.
3. Получить больше выгоды за те же ресурсы.

4. Все ответы верны.

**Вопрос 22.** Личный совокупный капитал не включает:

1. Текущий капитал.
2. Резервный капитал.
3. Инвестиционный капитал.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 23.** Цели личного финансового планирования могут быть:

1. Простыми и сложными.
2. Стратегическими и тактическими.
3. Дешевыми и дорогими.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 24.** Текущий капитал - это:

1. Дополнительный источник дохода, планируемый на длительную перспективу.
2. Денежные средства, которые идут на совершение ежедневных трат для удовлетворения текущих потребностей.
3. Финансовый инструмент для вложений в различные ценные бумаги или другие доходные финансовые инструменты.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 25.** Личное финансовое планирование состоит из этапов:

1. Формулирование целей и определение источника необходимой суммы.
2. Формулирование целей, определение источника необходимой суммы и осуществление расходов.
3. Только определение источника необходимой суммы.
4. Все ответы неверны.

### **Тест на тему «Банки и банковские счета»**

Тестовое задание: В каждом вопросе выберите один правильный ответ из предложенных вариантов

**Вопрос 1.** Личные сбережения потребителя - это:

1. Общие расходы домохозяйств на потребительские услуги и товары длительного и кратковременного пользования, произведенные внутри страны и импортированные из-за границы.
2. Денежные средства, которые получает домохозяйство до вычета налогов.
3. Накапливаемая часть денежных доходов населения, предназначенная для удовлетворения потребностей в будущем.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 2.** Принудительные сбережения - это:

1. Часть дохода после уплаты налогов, которая не расходуется на приобретение потребительских товаров.
2. Искусственное ограничение государством расходов населения на потребление.
3. Вложения во все виды производственных и непроизводственных ресурсов.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 3.** Наиболее частыми видами личного денежного накопления являются:

1. Акции и облигации.
2. Наличные деньги.
3. Золотые слитки.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 4.** Банк - это кредитная организация, которая имеет исключительное право осуществлять в совокупности следующие банковские операции:

1. Привлечение во вклады денежных средств физических и юридических лиц.
2. Размещение указанных средств от своего имени и за свой счет на условиях возвратности,

платности, срочности.

3. Открытие и ведение банковских счетов физических и юридических лиц.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 5.** В банке физическим лицам может быть открыт:

1. Расчетный счет.
2. Корреспондирующий счет.
3. Текущий счет.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 6.** Бюджетный счет открывается юридическим лицам в случае:

1. Расчетов кредитных организаций.
2. Операций, не связанных с предпринимательской деятельностью.
3. В случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации при совершении операций со средствами региональных бюджетов.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 7.** Депозитный счет открывается:

1. Только физическим лицам.
2. Только юридическим лицам.
3. Физическим и юридическим лицам.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 8.** Банковские карты можно классифицировать по их назначению как:

1. Международные, локальные, виртуальные.
2. Личные и корпоративные.
3. Расчетные, кредитные и предоплаченные.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 9.** Расчетная (дебетовая) карта предназначена для:

1. Осуществления перевода электронных денежных средств или возврата остатка электронных денежных средств в пределах суммы предварительно предоставленных держателем денежных средств кредитной организации-эмитенту.
2. Совершения ее держателем операций за счет денежных средств, предоставленных кредитной организацией - эмитентом клиенту в пределах расходного лимита в соответствии с условиями кредитного договора.
3. Совершения операций ее держателем в пределах расходного лимита - суммы денежных средств клиента, находящихся на его банковском счете.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 10.** Преимущество предоплаченных карт состоит в том, что:

1. Ими можно платить везде, где принимают банковские карты.
2. Они могут быть именными или на предъявителя.
3. Получить такую карту можно без предъявления документа, удостоверяющего личность.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 11.** Международная карта - это:

1. Карта, магнитный индикатор которой содержит только информацию об именных данных держателя и о номере его счета в банке.
2. Карта, которой пользуются наиболее состоятельные граждане, годовое обслуживание таких карт значительно дороже стандартных.
3. Карта, которая принимается за рубежом.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 12.** Совместной картой называется:

1. Карта, на которой денежные средства физического лица являются собственностью организаций.

2. Карта, которая позволяет клиенту получать бонусы за счет совместного предложения банка с одной или несколькими компаниями-партнерами.

3. Карта, держатель которой может предоставить доступ к своему счету на основании заявления третьему лицу.

4. Все ответы верны.

**Вопрос 13.** Владелец денежной суммы, внесенной на хранение в банк или другую кредитную организацию - это:

1. Кредитор.

2. Налогоплательщик.

3. Вкладчик.

4. Спекулянт.

5. Все ответы верны.

**Вопрос 14.** Депозит - это:

1. Долговое обязательство банка.

2. Ценная бумага, переданная в банк для погашения кредита и выражающая долю ее владельца.

3. Денежные средства, переданные в банк их собственником для хранения на определенных условиях.

4. Все ответы неверны.

**Вопрос 15.** В зависимости от срока исполнения все депозиты подразделяются на:

1. Краткосрочные и долгосрочные.

2. Срочные и до востребования.

3. Срочные и отложенные.

4. Срочные и несрочные.

5. Все ответы неверны.

**Вопрос 16.** При простой ставке начисление процентов осуществляется:

1. На сумму с прибавленными в предыдущие интервалы времени процентами.

2. В конце периода размещения средств.

3. В начале периода размещения средств.

4. Все ответы неверны.

### **Тест на тему «Влияние инфляции на стоимость активов»**

Тестовое задание: В каждом вопросе выберите один правильный ответ из предложенных вариантов

**Вопрос 1.** Инфляция - это:

1. Подорожание денег в обращении.

2. Удешевление золота.

3. Уменьшение денег в обращении.

4. Удешевление товара.

5. Рост уровня цен.

**Вопрос 2.** Инфляция - это:

1. Рост цен на продукты питания.

2. Снижение издержек и цен.

3. Замедление роста цен.

4. Рост цен на недвижимость.

5. Обесценивание денег по отношению к реальным доходам.

**Вопрос 3.** Основной показатель, по которому можно оценить уровень инфляции - это:

1. Индекс цен производителей.

2. Индекс потребительских цен.

3. Индекс стоимости жизни.

4. Все ответы верны.

**Вопрос 4.** Какие внешние признаки инфляции в экономике Вы знаете?

1. Растет цена рабочей силы, снижается предложение товара.
2. Снижаются цены на товары.
3. Растут реальные доходы населения.
4. Растут цены на товары, падает реальная заработная плата.

**Вопрос 5.** Негативные последствия инфляции:

1. Деньги переводятся в материальные блага.
2. Рост безработицы.
3. Снижение налоговых доходов государства.
4. Растут доходы по вкладам.
5. Все ответы верны.

**Вопрос 6.** Процентные ставки по депозитам - это:

1. Ставка процента при предоставлении Центральным банком кредитов коммерческим банкам.
2. Процент от суммы кредита, который начисляется за использование денег с кредитной карты в расчете на год.
3. Процент, уплачиваемый банками клиентам за использование денег, размещенных на счете.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 7.** Номинальная ставка представляет собой:

1. Покупательную способность денег по истечении срока вклада.
2. Значение дохода, который получит вкладчик после окончания срока, установленного договором.
3. Значение дохода, который получит банк после окончания срока, установленного договором.
4. Все ответы неверны.

**Тест на тему «Банковские депозиты»**

Тестовое задание: В каждом вопросе выберите один правильный ответ из предложенных вариантов

**Вопрос 1.** Есть ли по депозиту какой-либо доход?

1. Нет, доход отсутствует.
2. Да, начисляются проценты.
3. Зависит от Банка.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 2.** Банковский депозит - это:

1. Денежная сумма, предоставляемая банком на определённый срок и на определённых условиях.
2. Право на пользование товарным знаком определенного банка, которое передается самостоятельному юридическому лицу.
3. Банковский вклад, который размещается в банке на заранее оговоренных договором условиях хранения и начисления процентов.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 3.** Чтобы оценить действительный доход, который можно получить по депозиту, используется:

1. Эффективная ставка.
2. Ставка рефинансирования.
3. Ставка налога на имущество.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 4.** Чтобы сохранить свои сбережения на прежнем уровне, номинальная ставка по депозиту не должна быть:

1. Выше уровня инфляции.
2. Ниже уровня инфляции.
3. Равной уровню инфляции.

4. Все ответы неверны.

**Вопрос 5.** Для сохранения сбережений депозит следует открывать под процентную ставку:

1. Выше уровня инфляции.
2. Ниже уровня инфляции.
3. Равной уровню инфляции.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 6.** Сертификат - это:

1. Ценная бумага, содержащая ничем не обусловленное распоряжение банку произвести платёж указанной в нём суммы.
2. Ценная бумага, удостоверяющая сумму вклада, внесенного в банк, и права вкладчика на получение по истечении установленного срока суммы вклада и процентов в банке.
3. Ценная бумага, подтверждающая принятие товара на хранение на товарном складе.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 7.** Обезличенный металлический счет - это:

1. Специальный счет для безопасного проведения расчетов между покупателем и продавцом.
2. Счет инвестора, открытый у брокера.
3. Банковский счёт, который помогает отделить деньги компании от денег её клиентов.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 8.** Получая металл в обезличенном виде, вкладчик должен учитывать, что пересчет металла в рубли происходит:

1. По цене продажи.
2. По цене покупки.
3. По валютному курсу доллара.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 9.** Денежные средства, размещаемые физическими лицами в банке на основании договора банковского вклада (счета) называются:

1. Кредит.
2. Вклад.
3. Процент.
4. Факторинг.

**Вопрос 10.** Депозит - это:

1. Денежные средства клиентов банка - юридических лиц.
2. Финансовая помощь бюджетам разного уровня.
3. Операции по рефинансированию кредитных организаций.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 11.** Чтобы сохранить и увеличить свои доходы потребитель может:

1. Передать их часть в благотворительный фонд.
2. Открыть счет в банке.
3. Осуществить покупку в кредит.
4. Отдать часть доходов в долг друзьям.
5. Все ответы верны.

**Вопрос 12.** Финансовый риск - это:

1. Риск, связанный с вероятностью потерь денежных средств.
2. Риск, возникающий в процессе реализации товаров и услуг, произведенных или купленных предпринимателем.
3. Опасность или случайность, от которой производится страхование.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 13.** Функции по обязательному страхованию вкладов возложены на:

1. Банк России.

2. Фонд Социального Страхования Российской Федерации.
3. Агентство по страхованию вкладов.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 14.** Страховым случаем является одно из следующих обстоятельств:

1. Отзыв (аннулирование) у банка лицензии Банка России на осуществление банковских операций.
2. Моральный вред, упущенная выгода, простой, потеря дохода и другие косвенные убытки.
3. Возгорание либо самовозгорание находящихся на хранении в застрахованном помещении горючих, легковоспламеняющихся веществ и материалов.
4. Ущерб, произошедший вследствие любого рода военных действий.

**Вопрос 15.** В соответствии с законом не подлежат страхованию следующие денежные средства физических лиц в банках:

1. Средства, размещенные на банковских счетах (во вкладах) адвокатов, нотариусов и иных лиц, если такие счета (вклады) открыты для осуществления предусмотренной федеральным законом профессиональной деятельности.
2. Вклады в филиалах банков РФ за пределами территории РФ.
3. Электронные денежные средства.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 16.** Эскроу-счет - это:

1. Первичный документ для отражения в бухучете начисления НДС, получении авансов, увеличении стоимости ранее отгруженных товаров (работ, услуг).
2. Специальный условный счет, на котором учитываются имущество, документы или денежные средства до наступления определенных обстоятельств или выполнения определенных обязательств.
3. Вклад, который позволит вкладчику не только получать процентный доход, но и снимать часть вклада до минимальной суммы вклада.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 17.** Субординированный депозит - это:

1. Аккаунт банковского учреждения, операции по которому ограничены из-за блокировки со стороны ФНС, правительства или самого финансового учреждения.
2. Банковский вклад, возвращаемый вкладчику полностью или частично по первому его требованию.
3. Форма вложения денег клиентами банка на фиксированный срок, предусматривающий выплату процентов на условии невозможности досрочного прекращения договора вклада.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 18.** Если вкладчик имеет несколько вкладов в одном банке, суммарный размер которых превышает \_\_\_\_\_ р., возмещение выплачивается по каждому из вкладов пропорционально их размерам:

1. 200000.
2. 1000000.
3. 1400000.
4. 1500000.

**Вопрос 19.** Если у вкладчика в банке, в отношении которого наступил страховой случай, имеется задолженность по кредиту, то размер возмещения по вкладам определяется исходя из:

1. Валютного курса доллара.
2. Разницы между суммой вклада и суммой остатка задолженности по кредиту.
3. Разницы между реальной и номинальной ставкой банковского процента.
4. Все ответы неверны.

**Вопрос 20.** Банковский вклад в иностранной валюте:



1. Нельзя открыть.
2. Можно открыть.
3. Можно, но при наличии рублевого вклада в том же банке.
4. Можно, но при наличии рублевого вклада в разных банках.

**Вопрос 21.** Процентная ставка при пролонгации банковского вклада:

1. Может оказаться ниже той, которая была при первоначальном открытии счета.
2. Не должна быть ниже той, которая была при первоначальном открытии счета.
3. Обязательно должна быть выше той, которая была при первоначальном открытии счета.
4. Все ответы верны.

**Вопрос 22.** С точки зрения способа начисления процентов лучше выбирать вклад:

1. Возвращаемый вкладчику полностью или частично по первому его требованию.
2. С ежемесячной капитализацией.
3. В иностранной валюте.
4. Все ответы верны.

### **Критерии оценивания**

При оценивании практической и самостоятельной работы обучающегося учитывается следующее:

- качество выполнения практической части работы;
- качество оформления отчета о работе;
- качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы.

Оценка производится по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; за умение практически применять теоретические знания и обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно обосновывает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но допускает неточности в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Выполнение задания в тестовой форме оценивается по пятибалльной шкале следующим образом:

Оценка «5» соответствует 85%-100% правильных ответов.

Оценка «4» соответствует 70%-84,9% правильных ответов.

Оценка «3» соответствует 50%-69,9% правильных ответов.

Оценка «2» соответствует 0%-49,9% правильных ответов.

## **4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

Промежуточная аттестация проводится с целью оценки учебной деятельности обучающегося и с целью контроля качества освоения обучающимся образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета. Дифференцированный зачет проводится в конце периода обучения. Требования к содержанию промежуточной аттестации, установленные рабочей программой учебной дисциплины, доводятся преподавателем до сведения обучающихся на первом занятии. Конкретные задания, предлагаемые обучающимся для выполнения на дифференцированном зачете в форме билетов, определяет преподаватель, принимающий дифференцированный зачет в соответствии с требованиями к содержанию

промежуточной аттестации, устанавливаемыми рабочей программой учебной дисциплины.

На дифференцированном зачете обучающемуся предлагается устно ответить на два вопроса по пройденному материалу. Время на подготовку к ответу - не более 15 минут. Время ответа - не более 10 минут. Обучающемуся могут быть заданы дополнительные вопросы, которые могут касаться не только содержания конкретного билета, но и всего пройденного материала в целом. Оценка качества подготовки обучающихся осуществляется по учебной дисциплине «Основы финансовой грамотности» путем оценки уровня освоения учебной дисциплины и оценки освоения компетенций.

### **Вопросы для подготовки к дифференцированному зачету**

1. Назначение деятельности и развитие Центрального Банка РФ.
2. Сущность и функции денег.
3. Человеческий капитал. Принципы обращения с индивидуальным человеческим капиталом.
4. Способы принятия финансовых решений.
5. SWOT - анализ.
6. Виды активов и пассивов, чистый капитал.
7. Основные характеристики, описывающие качество любых активов.
8. Сущность бюджета.
9. Личный финансовый план.
10. Структура личного совокупного капитала.
11. Виды сбережения.
12. Банки, функции банков и банковские операции.
13. Банковские счета.
14. Виды банковских счетов, кому они открываются и для каких операций.
15. Виды банковских карт.
16. Расчетная карта, кредитная карта и предоплаченная карта.
17. Международные карты, виртуальные карты и корпоративные карты.
18. Классические карты, экспресс - карты, личные основные карты и кобрендовые карты.
19. Срочные депозиты и депозиты до востребования.
20. Инфляция и индекс потребительских цен.
21. Влияние инфляции на накопления.
22. Номинальная и реальная ставки процентов по депозиту.
23. Эффективная ставка процента по вкладу.
24. Банковские сертификаты.
25. Обезличенные металлические счета (ОМС).
26. Агентство по страхованию вкладов (АСВ) и виды страховых случаев.
27. Денежные средства физических лиц, не подлежащие страхованию.
28. Риски сопровождающие банковские депозиты.
29. Основные позиции депозитного договора.
30. Раскройте следующие понятия: кредитование, банковский кредит, заем, кредитор, заемщик, созаемщик.
31. Участники кредитной сделки и принципы кредитования.
32. Обеспечение кредита.
33. Виды банковского кредита.
34. Потребительский кредит (заем).
35. Автокредит.
36. Ипотечный кредит и субъекты ипотечного правоотношения.
37. Полная стоимость ипотечного кредита, его погашение и права заемщика.
38. Кредитные карты.
39. Стоимость кредита и способы его погашения.

40. Полная стоимость потребительского кредита (займа).
41. Отличия между кредитом и займом.
42. Микрофинансовые организации.
43. Кредитные потребительские кооперативы (КПК) и ломбарды.
44. Особенности кредитных организаций (по параметрам).
45. Кредитный договор и общие условия договора потребительского кредита (займа).
46. Кредитный договор и индивидуальные условия договора потребительского кредита (займа).
47. Порядок исполнения платежей в погашение кредита при недостаточности суммы.
48. Кредитная история.
49. Коллекторское агентство и его регламентированные действия.
50. Банкротство, его плюсы и минусы.
51. Кредит как финансовый инструмент. Принятие решения о необходимости кредита.
52. Риски невыплаты кредита.
53. Особенности условий кредитного договора.
54. Платежные средства: наличные деньги, платежные карты, чеки.
55. Операции с иностранной валютой.
56. Способы инвестирования, инвестиции физических лиц и их условия.
57. Фондовый рынок и его инструменты.
58. Формирование инвестиционного портфеля. Защита от инвестиционных рисков.
59. Место инвестиций в личном финансовом плане.
60. Сущность страхования и его функции.
61. Формы страхования: добровольное и обязательное.
62. Объекты страхования, страховой риск, страховой случай.
63. Участники отношений в сфере страхования.
64. Виды страхования.
65. Страхование жизни.
66. Страхование от несчастных случаев. Медицинское страхование.
67. Страхование имущества.
68. Страхование ответственности.
69. Понятие и виды пенсий. Пенсионная система в Российской Федерации.
70. Формирование индивидуального пенсионного капитала. Место пенсионных накоплений в личном бюджете и личном финансовом плане.
71. Пенсионная реформа.
72. Понятие и виды пенсий. Пенсионная система в Российской Федерации.

### **Критерии оценивания:**

Каждый вопрос дифференцированного зачета в устной форме оценивается по пятибалльной шкале:

«5» (отлично) - за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором обучающийся свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды заданий, обосновывать свои суждения. Оценка «5» (отлично) предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) на практико-ориентированные вопросы; обоснование собственного ответа с точки зрения известных теоретических положений.

«4» (хорошо) - если обучающийся освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) - если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных

положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении теоретических знаний при ответе на практико-ориентированные вопросы; в выполнении практико-ориентированных заданий, не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

«2» (неудовлетворительно) - если обучающийся имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

Оценка за дифференцированный зачет определяется как средний балл по всем заданиям (вопросам).

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**ПМ 01 ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ И  
СУДЕЙСТВА СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ  
СПОРТА**

## I. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

Результаты освоения программы профессионального модуля, подлежащие проверке. Результатом освоения профессионального модуля является готовность обучающегося к выполнению вида профессиональной деятельности (ВПД):

Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта

### 1.1. Профессиональные и общие компетенции

В результате освоения программы профессионального модуля у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Таблица Показатели оценки сформированности общих и профессиональных компетенций

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1.1. Планировать тренировочный процесс с занимающимися ИВС. ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам. ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие. ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами. ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста. ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения. ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, 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. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности. ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	- осуществление планирования тренировочного процесса с учётом особенностей этапа спортивной подготовки, группы занимающихся;	- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;  - экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;  - ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;  - экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»

<p>ПК 1.2. Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки ИВС.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>- проведение тренировочных занятий по основным разделам спортивной подготовки в соответствии с нормативными и методическими требованиями;</p> <p>- проведение мероприятия по формированию у занимающихся представления о теоретических основах физической культуры, ИВС и интереса к занятиям, используя соответствующие средства, методы, приёмы;</p> <p>- использование собственного тренировочного опыта при проведении тренировочных занятий</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»</p>
<p>ПК 1.3. Осуществлять контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p>	<p>- проведение оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся, используя соответствующую задачам контроля систему нормативов и методик;</p> <p>- оценивание процесса и результатов деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях с учётом задач контроля</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»</p>

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.		
<p>ПК 1.4. Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся ИВС.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- определение факторов, влияющих на повышение и снижение эффективности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</p> <p>- составление протокола наблюдения за деятельностью занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;</p> <p>- определение значимых показателей для анализа тренировочного процесса и соревновательной деятельности</p> <p>- соотнесение результатов проведенного анализа с нормативными и методическими</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»</p>
<p>ПК 1.5. Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном</p>	<p>- определение готовности занимающихся к спортивным соревнованиям на основе системы показателей;</p> <p>- использование способов повышения мотивации и воли к победе занимающегося с учётом возраста, задач соревновательной деятельности;</p> <p>- использование способов психолого-методической поддержки занимающихся с учётом возраста, задач соревновательной деятельности;</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»</p>



и иностранном языках.		
<p>ПК 1.6. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- ведение учётно-отчётной документации, обеспечивающей тренировочный процесс и соревновательную деятельность в соответствии с требованиями к её ведению;</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»</p>
<p>ПК 1.7. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- определение наиболее перспективных занимающихся по результатам контрольных нормативов;</p> <p>- оценивание мотивации и психологического настроя поступающего в группы спортивной подготовки, используя соответствующие задачам диагностики методы и методики;</p> <p>- разработка рекомендаций по результатам диагностики спортивной предрасположенности к занятиям ИВС</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»</p>

<p>ПК 1.8. Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- проведение образовательных и пропагандистских мероприятий с учётом особенностей этапа спортивной подготовки, группы занимающихся</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»</p>
<p>ПК 1.9. Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование ИВС.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих</p>	<p>- осуществление тренировочной и соревновательной деятельности, собственного спортивного совершенствования по программам спортивной подготовки;</p> <p>- осуществление учета и оценки собственного физического и психического состояния, в том числе динамики его изменения на основе объективных и субъективных показателей самоконтроля психического состояния, в том числе динамики его изменения на основе</p>	<p>- экспертное наблюдение за деятельностью обучающихся на практических занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.01 Осуществление спортивной подготовки ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства</p>

<p>ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>объективных и субъективных показателей самоконтроля</p>	
<p>ПК 1.10. Организовывать судейство спортивных соревнований ИВС.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- осуществление оценки соответствия состояния мест проведения спортивного соревнования, спортивных снарядов, инвентаря, оборудования, экипировки участников требованиям вида спорта, положения или регламента соревнований;</p> <p>- оценивание корректности технических действий участников спортивного соревнования, их соответствия правилам вида спорта;</p> <p>- анализ событий, решений спортивных судей с точки зрения правил вида спорта, этических норм в области спорта</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.01.02 Организация судейства спортивных соревнований ИВС;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований ИВС»</p>

## 1.2. Формы промежуточной аттестации по профессиональному модулю.

Обязательной формой аттестации по итогам освоения программы профессионального модуля является экзамен по модулю. Результатом этого экзамена является однозначное решение: вид профессиональной деятельности при получении оценки

«Отлично», «хорошо», «удовлетворительно» освоен / не освоен при получении оценки

«Неудовлетворительно». Для составных элементов профессионального модуля по усмотрению образовательного учреждения может быть дополнительно предусмотрена промежуточная аттестация.

Таблица 3

**Запланированные формы промежуточной аттестации**

Элементы модуля, профессиональный модуль	Формы промежуточной аттестации
МДК 01.01	Дифференцированный зачет
МДК 01.02	Дифференцированный зачет
Учебная практика	Дифференцированный зачет
Производственная практика (по профилю специальности)	Дифференцированный зачет
ПМ 01	Экзамен по модулю

## II. Оценка освоения профессионального модуля

### 2.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки являются умения и знания, предусмотренные ФГОС профессионального модуля ПМ 01 «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта», направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Оценка освоения профессионального модуля предусматривает выполнение заданий для оценки освоения МДК (приложение 1) и использование накопительной системы оценок.

#### Критерии оценки:

Оценка «отлично» ставится, если студент:

- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;
- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;
- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Оценка «хорошо» ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает одну-две ошибки, которые сам же исправляет, и один-два недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений излагаемой темы, но:

- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;
- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;
- излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «два» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Оценка («5», «4», «3») может быть поставлена не только за единовременный ответ (когда на проверку подготовки студента отводится определенное время), но и за рассредоточенный во времени, т.е. за сумму ответов, данных студентом на протяжении урока (выводится поурочный балл), при условии, если в процессе урока не только заслушивались ответы студента, но и осуществлялась проверка его умения применять знания на практике. Контрольные работы проводятся в виде тестирования.

#### Критерии оценки тестов (количество правильных ответов):

Более 84% - оценка «5»

От 71 до 83% - оценка «4»

От 61 до 70% - оценка «3»

Менее 60% - оценка «2»

### III. Оценка учебной и производственной практики

#### 3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки учебной и производственной практики обязательно являются дидактические единицы «иметь практический опыт» и «уметь». Контроль и оценка этих дидактических единиц осуществляются с использованием следующих форм и методов: выполнение самостоятельной работы, индивидуальных заданий, практических заданий, решение ситуационных задач. Оценка по учебной и производственной (по профилю специальности) практике выставляется на основании аттестационных листов с указанием видов работ, выполненных обучающимися во время практик, их объема, качества выполнения в соответствии с установленными показателями и критериями по четырех балльной системе. При получении оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» вид работы по качеству соответствует установленным критериям / при получении оценки «неудовлетворительно» не соответствует установленным критериям.

#### 3.2. Перечень видов работ для проверки результатов освоения программы профессионального модуля на практике

##### Учебная практика

Таблица 6

Результаты		Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<b>ВПД.01</b>	<b>Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта</b>		
<b>Практический опыт</b>			
ПО1	- планировании тренировочного процесса с учетом особенностей этапа спортивной подготовки, группы занимающихся в ИВС;	Планирование	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта. Отчет в виде предоставленных документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник, характеристика.
ПО2	- подборе, эксплуатации и подготовке к занятиям спортивного оборудования и инвентаря;	Определяет	
ПО3	- проведении тренировочных занятий по основным разделам спортивной подготовки в ИВС;	Проводит	
ПО4	- проведении мероприятий по формированию у обучающихся представления о теоретических основах физической культуры, ИВС и интереса к занятиям физической культурой и спортом;	Проводит	
ПО5	- проведении оценки уровня подготовленности занимающихся;	Наблюдает, анализирует	
ПО6	- оценивании деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях в ИВС;	Проводит	
ПО7	- наблюдении, анализе и самоанализе тренировочных занятий и процесса тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;	Совершенствуется	
ПО8	- наблюдении за деятельностью занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных	Проводит	

	соревнованиях;		
ПО9	- выполнении с занимающимися анализа соревновательной деятельности в ИВС;	Анализирует	
ПО10	- планировании и организации участия занимающихся в спортивных соревнованиях по ИВС	Планирует, проводит	
ПО11	- ведении учетно-отчетной документации по реализации программы на различных этапах спортивной подготовки, в том числе с использованием электронных форм;	Оформляет, ведет	
ПО12	- анализе результатов сдачи занимающимися контрольных нормативов для набора в группы спортивной подготовки на различных этапах;	Анализирует	
ПО13	- проведении образовательных и пропагандистских мероприятий направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;	Планирует, проводит	
ПО14	- тренировочной и соревновательной деятельности в ИВС на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) или на этапе совершенствования спортивного мастерства,	Планирует, проводит	
ПО15	- собственном спортивном совершенствовании;	Совершенствуется	
ПО16	- ведении дневника самоконтроля;	Оформляет, ведет	
ПО17	- обеспечении готовности к проведению спортивного соревнования в ИВС;	Планирует	
ПО18	- фиксации технических действий и определения результатов выступлений участников спортивных соревнований.	Оформляет, ведет	
<b>Профессиональные компетенции</b>			
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;	Определяет, планирует	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта. Отчет в виде предоставленных документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник, характеристика.
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;	Проводит	
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;	Осуществляет контроль, оценивать	
ПК 1.4.	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;	Анализирует	
ПК 1.5.	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;	Подбирает, эксплуатирует, готовит	
ПК 1.6.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность;	Оформляет, ведет	
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;	Проводит	
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;	Проводит, оформляет	
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде	Руководит	

ПК 1.10. Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.	Проводит, оформляет
--	---------------------

### Формирование общих компетенций

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

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

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

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, 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. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;

### Производственная практика (по профилю специальности)

Таблица 7

Результаты		Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<b>ВПД.01</b>	<b>Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта.</b>		
<b>Практический опыт</b>			
ПО1	- планировании тренировочного процесса с учетом особенностей этапа спортивной подготовки, группы занимающихся в ИВС;	Планирование	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта. Отчет в виде предоставленных документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник, характеристика.
ПО2	- подборе, эксплуатации и подготовке к занятиям спортивного оборудования и инвентаря;	Определяет	
ПО3	- проведении тренировочных занятий по основным разделам спортивной подготовки в ИВС;	Проводит	
ПО4	- проведении мероприятий по формированию у обучающихся представления о теоретических основах физической культуры, ИВС и интереса к занятиям физической культурой и спортом;	Проводит	
ПО5	- проведении оценки уровня подготовленности занимающихся;	Наблюдает, анализирует	
ПО6	- оценивании деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях в ИВС;	Проводит	
ПО7	- наблюдении, анализе и самоанализе тренировочных занятий и процесса тренировочной деятельности, разработки предложений по его совершенствованию;	Совершенствуется	

ПО8	- наблюдении за деятельностью занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;	Проводит	
ПО9	- выполнении с занимающимися анализа соревновательной деятельности в ИВС;	Анализирует	
ПО10	- планировании и организации участия занимающихся в спортивных соревнованиях по ИВС4	Планирует, проводит	
ПО11	- ведении учетно-отчетной документации по реализации программы на различных этапах спортивной подготовки, в том числе с использованием электронных форм;	Оформляет, ведет	
ПО12	- анализе результатов сдачи занимающимися контрольных нормативов для набора в группы спортивной подготовки на различных этапах;	Анализирует	
ПО13	- проведении образовательных и пропагандистских мероприятиях направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;	Планирует, проводит	
ПО14	- тренировочной и соревновательной деятельности в ИВС на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) или на этапе совершенствования спортивного мастерства,	Планирует, проводит	
ПО15	- собственном спортивном совершенствовании;	Совершенствуется	
ПО16	- ведении дневника самоконтроля;	Оформляет, ведет	
ПО17	- обеспечении готовности к проведению спортивного соревнования в ИВС;	Планирует	
ПО18	- фиксации технических действий и определения результатов выступлений участников спортивных соревнований.	Оформляет, ведет	
<b>Профессиональные компетенции</b>			
ПК 1.1. Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;		Определяет, планирует	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта. Отчет в виде предоставленных документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник, характеристика.
ПК 1.2. Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;		Проводит	
ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;		Осуществляет контроль, оценивать	
ПК 1.4. Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;		Анализирует	
ПК 1.5. Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;		Подбирает, эксплуатирует, готовит	
ПК 1.6. Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность;		Оформляет, ведет	
ПК 1.7. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;		Проводит	
ПК 1.8. Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;		Проводит, оформляет	
ПК 1.9. Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде		Руководит	
ПК 1.10. Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.		Проводит, оформляет	
<b>Формирование общих компетенций</b>			
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным			



контекстам; \_\_\_\_\_

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности; \_\_\_\_\_

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами; \_\_\_\_\_

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

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, 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. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;

### **Оценочные материалы**

#### **Вопросы для дифференцированного зачета**

1. Планирование тренировочного процесса с учётом особенностей этапа спортивной подготовки, группы занимающихся (разработка планов тренировочных занятий по основным разделам спортивной подготовки в хоккее).

2. Подбор и подготовки к занятиям спортивного оборудования и инвентаря.

3. Проведение фрагментов тренировочных занятий по основным разделам спортивной подготовки в хоккее.

4. Проведение мероприятий по формированию у обучающихся представления о теоретических основах физической культуры, ИВС и интереса к занятиям физической культурой и спортом.

5. Проведение оценки уровня различных сторон подготовленности занимающихся,

6. Оценивание деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях

7. Наблюдение, анализ и самоанализ тренировочных занятий и процесса тренировочной деятельности, разработка предложений по его совершенствованию.

8. Наблюдение за деятельностью занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях

9. Выполнение анализа соревновательной деятельности.

10. Планирование и организация участия занимающихся в спортивных соревнованиях.

11. Ведение учётно-отчётной документации по реализации программы на различных этапах спортивной подготовки, в том числе с использованием электронных форм.

12. Анализ результатов сдачи занимающимися контрольных нормативов для набора в группы спортивной подготовки.

13. Разработка сценариев и проведение фрагментов образовательных и пропагандистских мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

14. Учёт показателей тренировочной и соревновательной деятельности (ведение дневника самоконтроля)

15. Обеспечение готовности к проведению спортивного соревнования

16. Фиксация технических действий и определение результатов выступлений участников спортивных соревнований

#### **Критерии оценки:**

Оценка «отлично» выставляется студенту, который:

Выполнил весь объем работы, требуемый программой практики, показал высокое качество выполняемых отдельных видов деятельности (преимущественно высокий уровень владения компетенциями). Было продемонстрировано высокое качество проведения занятий, внеурочных и внеклассных мероприятий, показаны глубокие теоретические знания и использование их в практической

деятельности при решении различных учебно- воспитательных задач. Проведены последовательный и разносторонний самоанализ педагогической деятельности, проявлено положительное отношение к занимающимся и будущим коллегам, выказаны устойчивый интерес к педагогической профессии и добросовестное отношение к выполняемой работе. Студент предоставил по результатам практики в определенные сроки полную и качественно оформленную документацию в соответствии с необходимыми требованиями.

Оценка *«хорошо»* выставляется студенту, который: Выполнил весь объем работы, требуемый программой практики;

Показал хорошее качество выполняемых отдельных видов деятельности (преимущественно средний уровень владения компетенциями);

Продемонстрировал хорошее качество проведения занятий, внеурочных и внеклассных мероприятий, но допустил незначительные ошибки при их проведении;

Показал достаточный уровень теоретических знаний, но не всегда мог использовать их в практической деятельности;

Провел недостаточно глубокий самоанализ педагогической деятельности;

Проявил положительное отношение к занимающимся, выполняемой деятельности, уважение к обучающимся и членам педагогического коллектива, но недостаточную заинтересованность профессией педагога;

Предоставил по результатам практики в определенные сроки документацию, но неполную или некачественно оформленную.

Оценка *«удовлетворительно»* выставляется студенту, который:

Выполнил весь объем работы, требуемый программой практики;

Допускал значительные ошибки при выполнении отдельных видов деятельности (преимущественно низкий уровень владения компетенциями);

Показал низкое качество проведения занятий, внеурочных и внеклассных мероприятий; Продемонстрировал низкий уровень теоретических знаний, и неумение использовать их в практической деятельности;

Проявил безразличное отношение к занимающимся, незаинтересованность профессией педагога;

Не предоставил по результатам практики в определенные сроки документацию, либо предоставил неполную или некачественно оформленную.

Оценка *«неудовлетворительно»* выставляется студенту, который: Не выполнил программу практики;

Проявил недобросовестное отношение к выполняемой работе;

Безответственно относился к своим обязанностям (не посещал образовательное учреждение, не проводил занятия, уклонялся от поручений);

Проявлял неуважение к обучающимся и педагогическим работникам;

Не предоставил отчетную документацию.

## **IV. Контрольно-оценочные материалы для экзамена по модулю**

### **4.1. Форма проведения экзамена по модулю**

Экзамен по модулю включает в себя следующие аттестационные испытания:

- выполнение комплексного задания; оценка производится путем сопоставления усвоенных алгоритмов деятельности с заданным эталоном деятельности;

- оценка учебной и производственной (по профилю специальности) практики; производится путем анализа аттестационных листов по практикам (дневник по учебной и производственной (по профилю специальности) практике), в котором указаны виды работ, выполненных во время практики, их объем, качество выполнения в соответствии с технологией и требованиями организации, в которой проходила практика;

- оценка знаний квалификационного экзамена заносится в ведомость экзамена (квалификационного) и заполняется на учебную группу.

При отрицательном заключении хотя бы по одной из профессиональных компетенций принимается решение «вид профессиональной деятельности не освоен».

### **4.2. Формы оценочной ведомости и протокола экзамена по модулю**

Все части протокола экзамена по модулю до пункта «Экзамен по модулю» должны быть заполнены до начала очной части экзамена по модулю. Ведомость экзамена по модулю заполняется на учебную

группу

### Форма комплекта экзаменационных материалов (очной части)

Состав:

- I. Паспорт.
- II. Задание для экзаменуемого (задания, выполняемые в ходе очной части экзамена)
- III. Пакет экзаменатора.
  - а) условия выполнения;
  - б) критерии оценки.

#### 1. Паспорт

Назначение: КОС предназначен для контроля и оценки результатов освоения профессионального модуля ПМ.01 «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта» по специальности 49.02.03 Спорт.

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта», в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Профессиональные компетенции
ПК 1.1.	Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;
ПК 1.2.	Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;
ПК 1.4.	Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;
ПК 1.5.	Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;
ПК 1.6.	Вести первичную учетно-отчетную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность;
ПК 1.7.	Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;
ПК 1.8.	Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;
ПК 1.9.	Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде
ПК 1.10.	Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.
Код	Общие компетенции
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, 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.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
ОК 10	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;

### 4.3. Задания для экзамена

1. Обоснуйте сущность и критерии спортивного отбора в группы начальной подготовки (на примере избранного вида спорта).
2. Обоснуйте контрольные испытания (тесты) для выявления уровня физической подготовленности спортсмена (на примере избранного вида спорта).
3. Охарактеризуйте основные понятия спорта, его социальные функции.
4. Охарактеризуйте классификации видов спорта по различным признакам.
5. Охарактеризуйте систему тренировочно-соревновательной подготовки.
6. Составьте схему и объясните построение годичного одноциклового макроцикла с указанием мезоциклов (на примере избранного вида спорта).
7. Охарактеризуйте цели и задачи спортивной тренировки, исходя из различных видов подготовки (на примере избранного вида спорта).
8. Охарактеризуйте средства спортивной тренировки, особенности их применения в избранном виде спорта.
9. Охарактеризуйте методы спортивной тренировки, особенности их применения в избранном виде спорта.
10. Охарактеризуйте принципы спортивной тренировки в избранном виде спорта.
11. Охарактеризуйте основные виды спортивной подготовки (тренировки) в избранном виде спорта.
12. Охарактеризуйте основные виды спортивной подготовки (тренировки) в избранном виде спорта.
13. Охарактеризуйте задачи, средства и методы тактической подготовки в избранном виде спорта.
14. Охарактеризуйте задачи, средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта.
15. Охарактеризуйте задачи, средства и методы психологической подготовки в избранном виде спорта.
16. Охарактеризуйте состав ошибок, возникающих в процессе технической подготовки в избранном виде спорта, методические условия их исправления.
17. Охарактеризуйте внешние и внутренние факторы, влияющие на надежность действий спортсмена на соревнованиях в избранном виде спорта.
18. Охарактеризуйте виды и компоненты нагрузки, ее соотношение и распределение по этапам подготовки в избранном виде спорта.
19. Охарактеризуйте структуру построения многолетнего процесса подготовки в избранном виде спорта (этапы многолетней подготовки спортсменов).
20. Охарактеризуйте построение тренировки (на примере избранного вида спорта) в малых циклах (микроциклах).
21. Охарактеризуйте построение тренировки (на примере избранного вида спорта) в средних циклах (мезоциклах).
22. Охарактеризуйте построение тренировки (на примере избранного вида спорта) в больших циклах (макроциклах).
23. Охарактеризуйте виды и основные документы планирования на разных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.
24. Охарактеризуйте технологию планирования спортивной подготовки в избранном виде спорта в многолетних циклах.
25. Охарактеризуйте технологию планирования тренировочно-соревновательного процесса в избранном виде спорта в годичном цикле

26. Охарактеризуйте сущность, разновидности и направления комплексного контроля в подготовке спортсмена.
27. Охарактеризуйте сущность контроля за соревновательными и тренировочными воздействиями в избранном виде спорта.
28. Охарактеризуйте сущность контроля за состоянием и подготовленностью спортсмена в избранном виде спорта.
29. Охарактеризуйте сущность, разновидности и основные документы учета в процессе спортивной тренировки в избранном виде спорта.
30. Обоснуйте виды и критерии спортивного отбора в тренировочные группы (на примере избранного вида спорта).

**Практические задания для квалификационного экзамена специальность 49.02.03 - «Спорт», квалификация «Тренер по избранному виду спорта»**

по ПМ 01. «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта».

31. Составьте план и объясните построение тренировки во втягивающем микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).
32. Составьте план и объясните построение тренировки в базовом микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).
33. Составьте план и объясните построение тренировки в соревновательном микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).
34. Составьте план базового мезоцикла (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность мезоцикла - 4 недели).
35. Составьте план предсоревновательного мезоцикла (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность мезоцикла - 4 недели).
36. Составьте схему и объясните построение годичного одноциклового макроцикла с указанием мезоциклов (на примере избранного вида спорта).
37. Составьте схему и объясните построение годичного двухциклового макроцикла с указанием мезоциклов (на примере избранного вида спорта).
38. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе начальной подготовки (Задачи: обучение техническому приему - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).
39. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе специализации (Задачи: закрепление технического приема - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).
40. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе спортивного совершенствования (Задачи: совершенствование технического приема - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).
41. Разработайте форму дневника спортсмена для самоконтроля тренировочной и соревновательной деятельности.
42. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого круговым способом (на примере любой спортивной игры, количество команд - 4).
43. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого способом с выбыванием до двух поражений (на примере избранного вида спорта, количество участников - 8).
44. Разработайте положение о соревновании (на примере избранного вида спорта).
45. Составьте схему последовательности обучения технике двигательного действия (на примере избранного вида спорта).

46. Разработайте график распределения видов подготовки юных спортсменов (в %) на различных этапах их многолетнего тренировочного процесса (с учетом избранного вида спорта).
47. Составьте заявку на участие в соревнованиях в избранном виде спорта.
48. Составьте перечень обязанностей главного судьи соревнований в избранном виде спорта.
49. Составьте перечень обязанностей главного секретаря соревнований в избранном виде спорта.
50. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого способом с выбыванием до двух поражений (на примере избранного вида спорта, количество участников - 9).
51. Разработайте программу круговой тренировки, направленную на комплексное развитие физических качеств у спортсменов (16 человек) группы спортивного совершенствования.
52. Составьте список документов по проведению соревнований в избранном виде спорта и обоснуйте их содержание.
53. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития специальной выносливости на этапе углубленной специализации (на примере избранного вида спорта).
54. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития скоростных способностей на этапе начальной спортивной специализации (на примере избранного вида спорта).
55. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития силовой выносливости на этапе спортивного совершенствования (на примере избранного вида спорта).
56. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития скоростно-силовых качеств на этапе углубленной специализации (на примере избранного вида спорта).
57. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития силовых качеств на этапе спортивного совершенствования (на примере избранного вида спорта).
58. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития гибкости на этапе начальной спортивной специализации (на примере избранного вида спорта).
59. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития координационных способностей (на примере избранного вида спорта).
60. Составьте годовой учебный план по спортивной специализации для группы спортивного совершенствования (в часах, на 52 недели).

Подготовка к устному ответу проходит в письменной форме, студент вносит ответы на официальный бланк учреждения. На подготовку дается не более 60 минут. После письменной подготовки студент предоставляет бланк ответа экзаменационной комиссии для ознакомления, члены которой в случае необходимости могут задать экзаменуемому дополнительные вопросы. Оценка знаний квалификационного экзамена заносится в экзаменационную ведомость, которая заполняется на учебную группу и в протокол экзамена (квалификационного). При отрицательном заключении хотя бы по одной из ПК принимается решение: «Вид профессиональной деятельности не освоен».

Результаты экзамена (квалификационного) объявляются в день его проведения.

#### **4.4. Критерии оценки комплексного задания**

При выполнении комплексного задания обучающийся должен продемонстрировать умение использовать знания, полученные в процессе изучения различных МДК. Ответы на вопросы должны содержать глубокое обоснование с позиций изучаемых дисциплин.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, если обучающийся при ответе на все вопросы проявил глубокие, всесторонние и систематические знания теоретического материала; творческие способности в понимании и изложении учебно-программного материала; усвоил взаимосвязь основных понятий и дисциплин, их значение для приобретаемой профессии; полно, грамотно и последовательно изложил ответы на все основные и дополнительные вопросы и задания.

Оценка *«хорошо»* ставится в том случае, если обучающийся показал полное, но недостаточно глубокое знание учебно-программного материала, допустил какие-либо неточности в ответах, но правильно ответил на все основные и дополнительные вопросы и задания, доказал, что способен к

самостоятельному пополнению знаний в ходе профессиональной деятельности.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится в том случае, если обучающийся показал поверхностные знания учебно-программного материала, допустил погрешности в ответах, однако в целом вполне ориентируется в профилирующих для данной специальности дисциплинах.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится в том случае, если обучающийся не усвоил значительную часть учебно-программного материала, дал неправильные, неполные ответы на вопросы и задания, не ответил на дополнительные вопросы или отказался от ответов на вопросы и задания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

*«Неудовлетворительно»* - дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими предметами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**ПМ 02 ПРЕПОДАВАНИЕ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМ**

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ**

**КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**



## I. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

Результаты освоения программы профессионального модуля, подлежащие проверке. Результатом освоения профессионального модуля является готовность обучающегося к выполнению вида профессиональной деятельности (ВПД):

Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

### 1.1. Профессиональные и общие компетенции

В результате освоения программы профессионального модуля у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Таблица Показатели оценки сформированности общих и профессиональных компетенций

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<p>ПК 2.1. Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- осуществление планирования учебных занятий с учетом требований к планированию;</p> <p>- определение задач и содержания учебных занятий с учетом избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы;</p> <p>- состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся (в том числе одаренных детей, учащихся с ограниченными возможностями здоровья);</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»</p>

<p>ПК 2.2. Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p>	<p>- проведение учебных занятий с учетом особенностей дополнительной общеобразовательной программы и методических требований;</p> <p>- составление протокола наблюдения учебного занятия с учётом цели анализа;</p> <p>- установление соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам;</p> <p>- соотнесение результатов проведенного анализа с нормативными и методическими требованиями</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»</p>
<p>ПК 2.3. Организовывать досуговую деятельность учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и</p>	<p>- осуществление планирования досугового мероприятия с учетом методических требований;</p> <p>- разработка документов, обеспечивающих организацию и проведение досугового мероприятия (программа проведения, программа ресурсного обеспечения, отчетная документация) в соответствии с требованиями;</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в</p>

<p>культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p> <p>ОК 11. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере</p>	<p>- организация и проведение досуговых мероприятий в соответствии с методическими требованиями</p>	<p>области физической культуры и спорта;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»</p>
<p>ПК 2.4. Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p>	<p>- определение наиболее перспективных лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности, на основе определения уровня подготовленности, мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний;</p> <p>- разработка плана консультирования учащихся или их родителей (законных представителей) по вопросам дальнейшей на основе определения уровня подготовленности, мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний.</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и</p>

<p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>		<p>спорта»</p>
<p>ПК 2.5. Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- определение соответствия оборудования, инвентаря нормам техники безопасности с учётом требований по обеспечению безопасности и профилактике травматизма в образовательных организациях дополнительного образования;</p> <p>- проведение инструктажа по технике безопасности с обучающимися с учётом требований по обеспечению безопасности и профилактике травматизма в образовательных организациях дополнительного образования</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»</p>
<p>ПК 2.6. Проводить мероприятия по укреплению и развитию материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации,</p>	<p>- определение соответствия материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования требованиям нормативных документов;</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на</p>

<p>необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие</p> <p>ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>		<p>учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК. 02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»</p>
<p>ПК 2.7. Анализировать физкультурно-спортивную работу в образовательной организации дополнительного образования.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности. ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.</p>	<p>- оценка результатов физкультурно-спортивной работы в образовательной организации дополнительного образования в соответствии с методиками оценки результативности работы</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК.02.01 Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;</p> <p>- экзамен по профессиональному модулю «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта»</p>

## 1.2. Формы промежуточной аттестации по профессиональному модулю.

Обязательной формой аттестации по итогам освоения программы профессионального модуля является экзамен (квалификационный). Результатом этого экзамена является однозначное решение: вид профессиональной деятельности при получении оценки

«Отлично», «хорошо», «удовлетворительно» освоен / не освоен при получении оценки

«Неудовлетворительно». Для составных элементов профессионального модуля по усмотрению образовательного учреждения может быть дополнительно предусмотрена промежуточная аттестация.

Таблица 3

### Запланированные формы промежуточной аттестации

Элементы модуля, профессиональный модуль	Формы промежуточной аттестации
МДК 02.01	Дифференцированный зачет
Учебная практика	Дифференцированный зачет
Производственная практика (по профилю специальности)	Дифференцированный зачет
ПМ 02	Экзамен по модулю

## II. Оценка освоения профессионального модуля

### 2.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки являются умения и знания, предусмотренные ФГОС профессионального модуля ПМ 02 «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта», направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Оценка освоения профессионального модуля предусматривает выполнение заданий для оценки освоения МДК (приложение 1) и использование накопительной системы оценок.

#### **Критерии оценки:**

Оценка «отлично» ставится, если студент:

- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;
- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;
- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Оценка «хорошо» ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает одну-две ошибки, которые сам же исправляет, и один-два недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений излагаемой темы, но:

- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;
- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;
- излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «два» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Оценка («5», «4», «3») может быть поставлена не только за единовременный ответ (когда на проверку подготовки студента отводится определенное время), но и за рассредоточенный во времени, т.е. за сумму ответов, данных студентом на протяжении урока (выводится поурочный балл), при условии, если в процессе урока не только заслушивались ответы студента, но и осуществлялась проверка его умения применять знания на практике. Контрольные работы проводятся в виде тестирования.

#### **Критерии оценки тестов (количество правильных ответов):**

Более 84% - оценка «5»

От 71 до 83% - оценка «4»

От 61 до 70% - оценка «3»

Менее 60% - оценка «2»

### III. Оценка учебной и производственной практики

#### 3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки учебной и производственной практики обязательно являются дидактические единицы «иметь практический опыт» и «уметь». Контроль и оценка этих дидактических единиц осуществляются с использованием следующих форм и методов: выполнение самостоятельной работы, индивидуальных заданий, практических заданий, решение ситуационных задач. Оценка по учебной и производственной (по профилю специальности) практике выставляется на основании аттестационных листов с указанием видов работ, выполненных обучающимися во время практик, их объема, качества выполнения в соответствии с установленными показателями и критериями по четырех балльной системе. При получении оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» вид работы по качеству соответствует установленным критериям / при получении оценки «неудовлетворительно» не соответствует установленным критериям.

#### 3.2. Перечень видов работ для проверки результатов освоения программы профессионального модуля на практике

##### Учебная практика

Таблица 6

Результаты		Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОВД.02.	Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта.		
<b>Практический опыт в:</b>			
ПО1	Анализе планов учебных занятий;	анализирует	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта.  Отчет в виде предоставленных документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник
ПО2	Планирование учебных занятий;	планирует	
ПО3	наблюдении, анализе и самоанализе учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;	Наблюдает, анализирует	
ПО4	проведении учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;	проводит	
ПО5	Анализе процесса и результатов деятельности обучающихся на учебных занятиях;	анализирует	
ПО6	Анализе методических материалов, обеспечивающих организацию проведения досуговых мероприятий;	анализирует	
ПО7	наблюдении, анализе и самоанализе досугового мероприятия;	наблюдает, анализирует	
ПО8	Планирование подготовки досугового мероприятия;	планирует	
ПО9	разработке документов, обеспечивающих организацию и проведение досугового мероприятия (программа проведения, программа ресурсного обеспечения, отчетная документация);	Разрабатывает, определяет, планирует, оформляет	
ПО10	Организации и проведении досугового мероприятия;	Организует, проводит	
ПО11	определении уровня подготовленности,	наблюдает,	

	мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности;	анализирует, проводит	
ПО12	консультировании обучающихся или их родителей (законных представителей) по вопросам дальнейшей профессионализации (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам);	планирует, поясняет, взаимодействует	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта. Отчет в виде предоставленных документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник
ПО13	Определении соответствия оборудования, инвентаря нормам технике безопасности;	Определяет, анализирует	
ПО14	проведении инструктажа по технике безопасности с обучающимися;	Поясняет, консультирует	
ПО15	оценке состояния материально-технической базы организации дополнительного образования.	наблюдает, анализирует, оценивает	
<b>Профессиональные компетенции</b>			
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;	планирует	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта. Отчет в виде предоставленных документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;	Проводит, анализирует	
ПК 2.3.	Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;	Организует, проводит	
ПК 2.4.	Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;	Проводит, оценивает	
ПК 2.5.	Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;	Планирует, проводит	
ПК 2.6.	Проводить мероприятия по укреплению и развитию материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования	Планирует, проводит	
ПК 2.7.	Анализировать физкультурно-спортивную работу в образовательной организации дополнительного образования.	анализирует	
<b>Общие компетенции</b>			
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;	Выбирает, принимает решения, анализирует	
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;	Осуществляет поиск, анализирует, оформляет	
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;	Планирует, выполняет, анализирует	
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;	Организует, взаимодействует	
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской	Осуществляет коммуникацию,	



Формирование профессиональной практики (по профилю специальности)		взаимодействует	
особенностей социального и культурного контекста;			
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;		Описывает значимость, применяет стандарты	
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;		Соблюдает нормы, планирует	
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;		Планирует, применяет, пользуется	
ОК 09. Использовать информационные технологии в		Применяет, пользуется	
<b>Результаты</b>		<b>Основные показатели</b>	<b>Формы и методы</b>
		Поощряет, формулирует,	контроля и оценки
<b>ОВД.02.</b>	<b>Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта.</b>	ательных программ в	области физической
<b>Практический опыт в:</b>			
ПО1	Анализе планов учебных занятий;	анализирует	Экспертное Таблица 7 наблюдение за процессом приобретения практического опыта.  Отчет в виде предоставленных  Документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник
ПО2	Планирование учебных занятий;	планирует	
ПО3	наблюдении, анализе и самоанализе учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;	Наблюдает, анализирует	
ПО4	проведении учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;	проводит	
ПО5	Анализе процесса и результатов деятельности обучающихся на учебных занятиях;	анализирует	
ПО6	Анализе методических материалов, обеспечивающих организацию проведения досуговых мероприятий;	анализирует	
ПО7	наблюдении, анализе и самоанализе досугового мероприятия;	наблюдает, анализирует	
ПО8	Планирование подготовки досугового мероприятия;	планирует	
ПО9	разработке документов, обеспечивающих организацию и проведение досугового мероприятия (программа проведения, программа ресурсного обеспечения, отчетная документация);	Разрабатывает, определяет, планирует, оформляет	
ПО10	Организации и проведении досугового мероприятия;	Организует, проводит	
ПО11	определении уровня подготовленности, мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний у лиц,	наблюдает, анализирует, проводит	

	поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности;		
ПО12	консультировании обучающихся или их родителей (законных представителей) по вопросам дальнейшей профессионализации (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам);	планирует, поясняет, взаимодействует	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта.
ПО13	Определении соответствия оборудования, инвентаря нормам технике безопасности;	Определяет, анализирует	Отчет в виде предоставленных документов по
ПО14	проведении инструктажа по технике безопасности с обучающимися;	Поясняет, консультирует	видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник
ПО15	оценке состояния материально-технической базы организации дополнительного образования.	наблюдает, анализирует, оценивает	
<b>Профессиональные компетенции</b>			
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;	планирует	Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта.
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;	Проводит, анализирует	Отчет в виде предоставленных документов по
ПК 2.3.	Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;	Организует, проводит	видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник
ПК 2.4.	Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;	Проводит, оценивает	
ПК 2.5.	Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;	Планирует, проводит	
ПК 2.6.	Проводить мероприятия по укреплению и развитию материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования	Планирует, проводит	
ПК 2.7.	Анализировать физкультурно-спортивную работу в образовательной организации дополнительного образования.	анализирует	
<b>Общие компетенции</b>			
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;	Выбирает, принимает решения, анализирует	
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;	Осуществляет поиск, анализирует, оформляет	
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;	Планирует, выполняет, анализирует	
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;	Организует, взаимодействует	
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	Осуществляет коммуникацию, взаимодействует	

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;	Описывает значимость, применяет стандарты	
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	Соблюдает нормы, планирует	
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;	Планирует, применяет, пользуется	
ОК 09. Использовать информационные технологии в	Применяет, пользуется	
ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;	Понимает, формулирует, оформляет	

### Оценочные материалы

#### Вопросы для дифференцированного зачета по УП 02 Спецификация контрольно-оценочного мероприятия

Проверяемый практический опыт в:

- анализе планов учебных занятий;
- планировании учебных занятий;
- наблюдении, анализе и самоанализе учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;
- проведении учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;
- анализе процесса и результатов деятельности обучающихся на учебных занятиях;
- анализе методических материалов, обеспечивающих организацию проведения досуговых мероприятий;
- наблюдении, анализе и самоанализе досугового мероприятия;
- планировании подготовки досугового мероприятия;
- разработке документов, обеспечивающих организацию и проведение досугового мероприятия (программа проведения, программа ресурсного обеспечения, отчетная документация);
- организации и проведении досугового мероприятия;
- определении уровня подготовленности, мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности;
- консультировании обучающихся или их родителей (законных представителей) по вопросам дальнейшей профессионализации (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам);
- определении соответствия оборудования, инвентаря нормам технике безопасности;
- проведении инструктажа по технике безопасности с обучающимися;
- оценке состояния материально-технической базы организации дополнительного образования.

Формируемые профессиональные компетенции:

- ПК 2.1. Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
- ПК 2.2. Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
- ПК 2.3. Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
- ПК 2.4. Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
- ПК 2.5. Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;
- ПК 2.6. Проводить мероприятия по укреплению и развитию материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования;
- ПК 2.7. Анализировать физкультурно-спортивную работу в образовательной организации дополнительного образования.

Форма промежуточной аттестации:

- дифференцированный зачет

Форма проведения: устная (собеседование)

Состав: Оценочные материалы включают в себя перечень вопросов/заданий для проверки приобретенного практического опыта и сформированных профессиональных компетенций

Содержательная структура: Оценочные материалы носят равноценный характер и позволяют оценить приобретенный практический опыт и сформированные профессиональные компетенции Критерии оценки результата:

90 ^ 100% максимальное количество баллов обучающийся получает, если:

- обстоятельно с достаточной полнотой изложил соответствующую тему;
- представил правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;
- обосновывал свой ответ, приводил необходимые примеры;
- правильно отвечал на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимися данного материала.

80 89% от максимального количества баллов обучающийся получает, если:

- неполно (не менее 70% от полного), но правильно изложил задание;
- при изложении были допущены 1-2 несущественные/негрубые ошибки, которые он исправлял после замечания преподавателя;
- сформулировал точные определения, понятия терминов;
- обосновал свой ответ, привел необходимые примеры;
- правильно отвечал на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимися данного материала.

70 ^ 79% от максимального количества баллов обучающийся получает, если:

- неполно (не менее 50% от полного), но правильно изложил задание;
- при изложении была допущена 1 существенная/грубая ошибка;
- знал и понимал основные положения данной темы, но допускал неточности в формулировке понятий;
- излагал выполненное задание недостаточно логично и последовательно;
- затруднялся при ответах на вопросы преподавателя.

менее 70% и менее от максимального количества баллов обучающийся получает, если:

- неполно (менее 50% от полного) изложил задание.

Трудоемкость: на проведение промежуточной аттестации отводится 180 мин.

Условия прохождения:

на представление результатов выполнения задания на практику на дифференцированном зачете отводится 10 минут, ответы на вопросы - 5 минут.

учебные принадлежности - отчетная документация по результатам прохождения практики **Оценочные материалы**

### **Вопросы для дифференцированного зачета**

по учебной практике

УП.02.01. Организация и проведение учебных занятий и мероприятий по дополнительным общеобразовательным программам

1. Анализ планов учебных занятий;
2. Планирование учебных занятий;
3. Наблюдение, анализ и самоанализ учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;
4. Проведение учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;
5. Анализ процесса и результатов деятельности обучающихся на учебных занятиях.
6. Анализ методических материалов, обеспечивающих организацию проведения досуговых мероприятий
7. Наблюдение, анализ и самоанализ досугового мероприятия
8. Планирование подготовки досугового мероприятия
9. Разработка документов, обеспечивающих организацию и проведение досугового мероприятия (программа проведения, программа ресурсного обеспечения, отчетная документация)
10. Организация и проведение досугового мероприятия.
11. Организация и проведение досуговых мероприятий, направленных на решение задач

гражданского и

патриотического воспитания учащихся

12. Определение уровня подготовленности, мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности.

13. Консультирование учащихся или их родителей (законных представителей) по вопросам дальнейшей профессионализации (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам).

14. Определение соответствия оборудования, инвентаря нормам технике безопасности.

15. Проведение инструктажа по технике безопасности с обучающимися.

16. Оценка состояния материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования.

17.

**Оценочные материалы  
для проведения промежуточной аттестации  
по производственной практике**

**ПП.02.01. Организация и проведение учебных занятий и мероприятий по дополнительным  
общеобразовательным программам**

**Спецификация контрольно-оценочного мероприятия**

Проверяемый практический опыт в:

- анализе планов учебных занятий;
- планировании учебных занятий;
- наблюдении, анализе и самоанализе учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;
- проведении учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;
- анализе процесса и результатов деятельности обучающихся на учебных занятиях;
- анализе методических материалов, обеспечивающих организацию проведения досуговых мероприятий;
- наблюдении, анализе и самоанализе досугового мероприятия;
- планировании подготовки досугового мероприятия;
- разработке документов, обеспечивающих организацию и проведение досугового мероприятия (программа проведения, программа ресурсного обеспечения, отчетная документация);
- организации и проведении досугового мероприятия;
- определении уровня подготовленности, мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности;
- консультировании обучающихся или их родителей (законных представителей) по вопросам дальнейшей профессионализации (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам);
- определении соответствия оборудования, инвентаря нормам технике безопасности;
- проведении инструктажа по технике безопасности с обучающимися;
- оценке состояния материально-технической базы организации дополнительного образования.

Формируемые профессиональные компетенции:

ПК 2.1. Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;

ПК 2.2. Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;

ПК 2.3. Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;

ПК 2.4. Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;

ПК 2.5. Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;

ПК 2.6. Проводить мероприятия по укреплению и развитию материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования;

ПК 2.7. Анализировать физкультурно-спортивную работу в образовательной организации дополнительного образования.

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

Форма проведения: устная (собеседование)

Состав: Оценочные материалы включают в себя перечень вопросов/заданий для проверки приобретенного практического опыта и сформированных профессиональных компетенций

Содержательная структура: Оценочные материалы носят равноценный характер и позволяют оценить приобретенный практический опыт и сформированные профессиональные компетенции Критерии оценки результата:

Оценка «отлично» - замечания по оформлению отчета и его содержанию отсутствуют, материал усвоен в полном объеме, изложен логично, сделаны выводы, индивидуальная работа выполнена.

Оценка «хорошо» - замечания по оформлению отчета и его содержанию незначительны, в усвоении материала имеются некоторые пробелы, ответы на дополнительные вопросы недостаточно четкие.

Оценка «удовлетворительно» - замечания по оформлению отчета и его содержанию имеют принципиальное значение, неполные ответы на вопросы, затруднения с ответом о предложениях по итогам практики.

Оценка «неудовлетворительно» - оформление отчета и его содержание не соответствуют требованиям, индивидуальная работа не выполнена, ответы не раскрывают заданные вопросы, задание предусмотренной в рабочей программе не выполнено.

Трудоемкость: на проведение промежуточной аттестации отводится 90 мин.

Условия прохождения:

на представление результатов выполнения задания на практику на дифференцированном зачете отводится 10 минут, ответы на вопросы - 5 минут.

место выполнения - кабинет теории и истории физической культуры

учебные принадлежности - отчетная документация по результатам прохождения практики

### **Оценочные материалы**

#### **Вопросы для дифференцированного зачета**

по производственной практике

ПП.02.01. Организация и проведение учебных занятий и мероприятий по дополнительным общеобразовательным программам

- Анализ планов учебных занятий;
- Планирование учебных занятий;
- Наблюдение, анализ и самоанализ учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;
- Проведение учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам;
- Анализ процесса и результатов деятельности обучающихся на учебных занятиях.
- Анализ методических материалов, обеспечивающих организацию проведения досуговых мероприятий
- Наблюдение, анализ и самоанализ досугового мероприятия
- Планирование подготовки досугового мероприятия
- Разработка документов, обеспечивающих организацию и проведение досугового мероприятия (программа проведения, программа ресурсного обеспечения, отчетная документация)
- Организация и проведение досугового мероприятия.
- Определение уровня подготовленности, мотивации, наличия (отсутствия) медицинских противопоказаний у лиц, поступающих в секции и группы спортивной и оздоровительной направленности.
- Консультирование учащихся или их родителей (законных представителей) по вопросам дальнейшей профессионализации (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам).
- Определение соответствия оборудования, инвентаря нормам технике безопасности.
- Проведение инструктажа по технике безопасности с обучающимися.
- Оценка состояния материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования

## **IV. Контрольно-оценочные материалы для экзамена по модулю**

### **4.1. Форма проведения экзамена по модулю**

Экзамен по модулю включает в себя следующие аттестационные испытания:

- выполнение комплексного задания; оценка производится путем сопоставления усвоенных алгоритмов деятельности с заданным эталоном деятельности;
- оценка учебной и производственной (по профилю специальности) практики; производится путем анализа аттестационных листов по практикам (дневник по учебной и производственной (по профилю

специальности) практике), в котором указаны виды работ, выполненных во время практики, их объем, качество выполнения в соответствии с технологией и требованиями организации, в которой проходила практика;

- оценка знаний квалификационного экзамена заносится в ведомость экзамена (квалификационного) и заполняется на учебную группу.

При отрицательном заключении хотя бы по одной из профессиональных компетенций принимается решение «вид профессиональной деятельности не освоен».

#### **4.2. Формы оценочной ведомости и протокола экзамена по модулю**

Все части протокола экзамена по модулю до пункта «Экзамен по модулю» должны быть заполнены до начала очной части экзамена по модулю. Ведомость экзамена по модулю заполняется на учебную группу

#### **Форма комплекта экзаменационных материалов (очной части)**

Состав:

I. Паспорт.

II. Задание для экзаменуемого (задания, выполняемые в ходе очной части экзамена) III.

Пакет экзаменатора.

а) условия выполнения;

б) критерии оценки.

#### **1. Паспорт**

Назначение: КОС предназначен для контроля и оценки результатов освоения профессионального модуля ПМ.02 «Организация и проведение учебных занятий и мероприятий по дополнительным общеобразовательным программам» по специальности 49.02.03 Спорт.

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта», в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

<b>Код</b>	<b>Профессиональные компетенции</b>
ПК 2.1.	Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.2.	Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
ПК 2.3.	Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;
ПК 2.4.	Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
ПК 2.5.	Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;
ПК 2.6.	Проводить мероприятия по укреплению и развитию материально-технической базы образовательной организации дополнительного образования
ПК 2.7.	Анализировать физкультурно-спортивную работу в образовательной организации дополнительного образования.
<b>Код</b>	<b>Общие компетенции</b>
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, 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.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
ОК 10	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;

### 4.3. Задания для экзамена

#### 1. Типовые вопросы к экзамену

1. Требования к планированию учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;
2. Теоретические и методические основы планирования учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;
3. Сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы учебных занятий;
4. Условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
5. Формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся (в том числе информационно-коммуникационные технологии (ИКТ), электронные образовательные и информационные ресурсы) с учетом особенностей: избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
6. Методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств с учетом особенностей: избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
7. Технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма на учебных занятиях по физической культуре и спортом;
8. Способы и приемы страховки и самостраховки;
9. Особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ;
10. Подходы к анализу учебных занятий при освоении дополнительных общеобразовательных программ;
11. Основные направления досуговой деятельности;
12. Теоретические и методические основы планирования досуговых мероприятий;
13. Содержание, методы, средства, формы, современные технологии организации досуговой деятельности;
14. Методика организации и проведения досуговых мероприятий;
15. Методы и формы организации деятельности и общения, техники и приемы вовлечения обучающихся в деятельность и общение при организации и проведении досуговых мероприятий;
16. Виды документации, обеспечивающие организацию проведения досуговых мероприятий, требования к ее ведению и оформлению;
17. Основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта;
18. Требования и порядок проведения набора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
19. Требования по обеспечению безопасности и профилактике травматизма в организациях



дополнительного образования;

20. Требования нормативных документов к материально-технической базе организации дополнительного образования;

21. Методики оценки результативности физкультурно-спортивной работы в организации дополнительного образования;

### **Практические задания для экзамена по модулю по специальности 49.02.03 - «Спорт», квалификация «Тренер по избранному виду спорта»**

по ПМ 02. «Организация и проведение учебных занятий и мероприятий по дополнительным общеобразовательным программам».

1. Составьте план и объясните построение тренировки во втягивающем микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).

2. Составьте план и объясните построение тренировки в базовом микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).

3. Составьте план и объясните построение тренировки в соревновательном микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).

4. Составьте план базового мезоцикла (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность мезоцикла - 4 недели).

5. Составьте план предсоревновательного мезоцикла (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность мезоцикла - 4 недели).

6. Составьте схему и объясните построение годичного одноциклового макроцикла с указанием мезоциклов (на примере избранного вида спорта).

7. Составьте схему и объясните построение годичного двухциклового макроцикла с указанием мезоциклов (на примере избранного вида спорта).

8. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе начальной подготовки (Задачи: обучение техническому приему - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).

9. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе специализации (Задачи: закрепление технического приема - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).

10. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе спортивного совершенствования (Задачи: совершенствование технического приема - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).

11. Разработайте форму дневника спортсмена для самоконтроля тренировочной и соревновательной деятельности.

12. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого круговым способом (на примере любой спортивной игры, количество команд - 4).

13. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого способом с выбыванием до двух поражений (на примере избранного вида спорта, количество участников - 8).

14. Разработайте положение о соревновании (на примере избранного вида спорта).

15. Составьте схему последовательности обучения технике двигательного действия (на примере избранного вида спорта).

16. Разработайте график распределения видов подготовки юных спортсменов (в %) на различных этапах их многолетнего тренировочного процесса (с учетом избранного вида спорта).

17. Составьте заявку на участие в соревнованиях в избранном виде спорта.

18. Составьте перечень обязанностей главного судьи соревнований в избранном виде спорта.

19. Составьте перечень обязанностей главного секретаря соревнований в избранном виде спорта.

20. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого способом с выбыванием до двух поражений (на примере избранного вида спорта, количество участников - 9).
21. Разработайте программу круговой тренировки, направленную на комплексное развитие физических качеств у спортсменов (16 человек) группы спортивного совершенствования.
22. Составьте список документов по проведению соревнований в избранном виде спорта и обоснуйте их содержание.
23. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития специальной выносливости на этапе углубленной специализации (на примере избранного вида спорта).
24. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития скоростных способностей на этапе начальной спортивной специализации (на примере избранного вида спорта).
25. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития силовой выносливости на этапе спортивного совершенствования (на примере избранного вида спорта).
26. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития скоростно-силовых качеств на этапе углубленной специализации (на примере избранного вида спорта).
27. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития силовых качеств на этапе спортивного совершенствования (на примере избранного вида спорта).
28. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития гибкости на этапе начальной спортивной специализации (на примере избранного вида спорта).
29. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития координационных способностей (на примере избранного вида спорта).
30. Составьте годовой учебный план по спортивной специализации для группы спортивного совершенствования (в часах, на 52 недели).

Подготовка к устному ответу проходит в письменной форме, студент вносит ответы на официальный бланк учреждения. На подготовку дается не более 60 минут. После письменной подготовки студент предоставляет бланк ответа экзаменационной комиссии для ознакомления, члены которой в случае необходимости могут задать экзаменуемому дополнительные вопросы. Оценка знаний квалификационного экзамена заносится в экзаменационную ведомость, которая заполняется на учебную группу и в протокол экзамена (квалификационного). При отрицательном заключении хотя бы по одной из ПК принимается решение: «Вид профессиональной деятельности не освоен». Результаты экзамена (квалификационного) объявляются в день его проведения.

#### **4.4. Критерии оценки комплексного задания**

При выполнении комплексного задания обучающийся должен продемонстрировать умение использовать знания, полученные в процессе изучения различных МДК. Ответы на вопросы должны содержать глубокое обоснование с позиций изучаемых дисциплин.

Оценка *«отлично»* ставится в случае, если обучающийся при ответе на все вопросы проявил глубокие, всесторонние и систематические знания теоретического материала; творческие способности в понимании и изложении учебно-программного материала; усвоил взаимосвязь основных понятий и дисциплин, их значение для приобретаемой профессии; полно, грамотно и последовательно изложил ответы на все основные и дополнительные вопросы и задания.

Оценка *«хорошо»* ставится в том случае, если обучающийся показал полное, но недостаточно глубокое знание учебно-программного материала, допустил какие-либо неточности в ответах, но правильно ответил на все основные и дополнительные вопросы и задания, доказал, что способен к самостоятельному пополнению знаний в ходе профессиональной деятельности.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится в том случае, если обучающийся показал поверхностные знания учебно-программного материала, допустил погрешности в ответах, однако в целом вполне ориентируется в профилирующих для данной специальности дисциплинах.

Оценка «неудовлетворительно» ставится в том случае, если обучающийся не усвоил значительную часть учебно-программного материала, дал неправильные, неполные ответы на вопросы и задания, не ответил на дополнительные вопросы или отказался от ответов на вопросы и задания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

*«Неудовлетворительно»* - дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими предметами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**ПМ 03 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ И  
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ В  
ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

## I. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

Результаты освоения программы профессионального модуля, подлежащие проверке. Результатом освоения профессионального модуля является готовность обучающегося к выполнению вида профессиональной деятельности (ВПД):

*Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта*

В результате освоения программы профессионального модуля у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Таблица Показатели оценки сформированности общих и профессиональных компетенций

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<p>ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках.</p>	<p>- определение актуальности нормативно-правовой документации при разработке методического обеспечения;</p> <p>- учёт основных положений федеральных стандартов спортивной подготовки, образовательных программ, реализуемых на этапах спортивной подготовки, программ спортивной подготовки в избранном виде спорта при разработке методического обеспечения;</p> <p>- осуществление планирования с учётом особенностей реализуемой программы, этапа спортивной подготовки, требований к планированию;</p> <p>- применение современной научной профессиональной терминологии при разработке методических документов;</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</p> <p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</p> <p>- ДЗ по МДК. 03.01. Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта; экзамен по профессиональному модулю «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта»</p>

	<p>обеспечения в соответствии с установленными требованиями;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использование современных средств поиска, анализа и интерпретации информации, и информационных технологий при разработке методического обеспечения;</li> </ul>	
<p>ПК 3.2. Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки.</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подбор показателей и систем тестов для определения физической и функциональной подготовленности с учетом задач контроля, специфики вида спорта, этапа спортивной подготовки;</li> <li>- осуществление тестирования в соответствии с требованиями;</li> <li>- анализ и интерпретация данных результатов контроля в соответствии с задачами контроля, спецификой вида спорта, этапа спортивной подготовки;</li> <li>- разработка рекомендаций по корректировке цикла тренировки в соответствии с результатами тестирования физической и функциональной подготовленности занимающихся</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</li> <li>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</li> <li>- ДЗ по МДК. 03.01. Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта;</li> <li>- экзамен по профессиональному модулю «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в</li> </ul>
<p>ПК 3.3. Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров</p> <p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p> <p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- представление результатов собственной профессиональной деятельности в соответствии с профессиональной задачей;</li> <li>- использование различных источников обобщения передового опыта;</li> <li>- обобщение передового опыта</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;</li> <li>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;</li> <li>- ДЗ по МДК. 03.01. Теоретические и прикладные аспекты методической</li> </ul>

<p>коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.  ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.  ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.  ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках.</p>	<p>подготовки спортсменов на основе применения различных способов обобщения;  - обобщение и анализ собственного соревновательного и тренировочного опыта в соответствии с задачей;  - использование современных средств поиска, анализа и интерпретации информации, и информационных технологий;</p>	<p>работы в области физической культуры и спорта;  - экзамен по профессиональному модулю «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта»</p>
<p>ПК 3.4. Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий.  ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.  ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p>	<p>- разработка методических материалов в соответствии с установленными требованиями;  - оформление портфолио профессиональных достижений в соответствии с установленными требованиями;  - использование информационных технологий;</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;  - экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебной и производственной практике;  - ДЗ по МДК. 03.01. Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта; экзамен по профессиональному модулю «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта»</p>
<p>ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.  ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</p>	<p>- определение цели и задачи исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта;  - определение и использование</p>	<p>- экспертное наблюдение выполнения практических работ на учебных занятиях;  - экспертное наблюдение выполнения практических работ на</p>

<p>ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p> <p>ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p> <p>ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранных языках.</p>	<p>методов и методик педагогического исследования в соответствии с задачами исследования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использование современных средств поиска, анализа и интерпретации информации, и информационных технологий;</li> <li>- применение современной научной терминологии при выполнении исследовательской работы;</li> <li>- взаимодействие с коллегами, руководством в ходе выполнения исследовательской работы;</li> <li>- грамотное изложение содержания исследовательской и</li> </ul>	<p>учебной и производственной практике;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ДЗ по МДК. 03.01. Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта;</li> <li>- экзамен по профессиональному модулю «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта»</li> </ul>
--	--	---



### 1.1. Формы промежуточной аттестации по профессиональному модулю.

Обязательной формой аттестации по итогам освоения программы профессионального модуля является экзамен (квалификационный). Результатом этого экзамена является однозначное решение: вид профессиональной деятельности при получении оценки

«Отлично», «хорошо», «удовлетворительно» освоен / не освоен при получении оценки

«Неудовлетворительно». Для составных элементов профессионального модуля по усмотрению образовательного учреждения может быть дополнительно предусмотрена промежуточная аттестация.

Таблица 3

#### Запланированные формы промежуточной аттестации

Элементы модуля, профессиональный модуль	Формы промежуточной аттестации
МДК 03.01	Дифференцированный зачет
Учебная практика	Дифференцированный зачет
Производственная практика (по профилю специальности)	Дифференцированный зачет
ПМ 03	Экзамен по модулю

## II. Оценка освоения профессионального модуля

### 2.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки являются умения и знания, предусмотренные ФГОС профессионального модуля ПМ 03 «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта», направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

Оценка освоения профессионального модуля предусматривает выполнение заданий для оценки освоения МДК и использование накопительной системы оценок.

#### **Критерии оценки:**

Оценка **«отлично»** ставится, если студент:

- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;
- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;
- излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Оценка **«хорошо»** ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает одну-две ошибки, которые сам же исправляет, и один-два недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений излагаемой темы, но:

- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;
- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;
- излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «два» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Оценка («5», «4», «3») может быть поставлена не только за одновременный ответ (когда на проверку подготовки студента отводится определенное время), но и за рассредоточенный во времени, т.е. за сумму ответов, данных студентом на протяжении урока (выводится поурочный балл), при условии, если в процессе урока не только заслушивались ответы студента, но и осуществлялась проверка его умения применять знания на практике. Контрольные работы

проводятся в виде тестирования.

#### **Критерии оценки тестов (количество правильных ответов):**

Более 84% - оценка «5»

От 71 до 83% - оценка «4»

От 61 до 70% - оценка «3»

Менее 60% - оценка «2»

### III. Оценка учебной и производственной практики

#### 3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки учебной и производственной практики обязательно являются дидактические единицы «иметь практический опыт» и «уметь». Контроль и оценка этих дидактических единиц осуществляются с использованием следующих форм и методов: выполнение самостоятельной работы, индивидуальных заданий, практических заданий, решение ситуационных задач. Оценка по учебной и производственной (по профилю специальности) практике выставляется на основании аттестационных листов с указанием видов работ, выполненных обучающимися во время практик, их объема, качества выполнения в соответствии с установленными показателями и критериями по четырех балльной системе. При получении оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» вид работы по качеству соответствует установленным критериям / при получении оценки «неудовлетворительно» не соответствует установленным критериям.

#### 3.2. Перечень видов работ для проверки результатов освоения программы профессионального модуля на практиках

Результаты		Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
<b>ОВД.03.</b>	<b>Методическое обеспечение спортивной</b>	<b>ной подготовки и дополнительных</b>	
<b>Практический опыт в:</b>			
ПО1	анализе программ и методических материалов, обеспечивающих тренировочный процесс и соревновательную деятельность в ИВС и реализацию дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;	анализирует	- Экспертное наблюдение за процессом приобретения практического опыта. - Отчет в виде предоставленных документов по видам работ практики, аттестационный лист по практике, дневник, характеристика
ПО2	планировании спортивной подготовки в ИВС на различных этапах подготовки;	планирует	
ПО3	планировании учебных занятий (циклов занятий) с учетом задач и особенностей реализуемой программы;	планирует	
ПО4	разработке методических материалов для реализации программ;	разрабатывает	
ПО5	анализе и аналитической обработке фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности обучающегося;	Анализирует, обрабатывает, оформляет	
ПО6	разработке рекомендаций по корректировке цикла тренировки по результатам тестирования физической и функциональной подготовленности обучающегося;	Наблюдает, анализирует, разрабатывает	
ПО7	изучении и обобщении передового опыта деятельности тренера (тренера-	Изучает, анализирует, выступает	

	преподавателя);		
ПО8	презентации материалов систематизации передового опыта спортивной подготовки;	выступает	
ПО9	разработке методических материалов на основе макетов, образцов, требований;	Разрабатывает, оформляет	
ПО10	Оформление портфолио профессиональных достижений;	Подбирает, оформляет	
ПО11	участии в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.	Участствует, проводит исследование	
<b>Профессиональные компетенции</b>			
ПК 3.1.	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;	разрабатывает	-Экспертное наблюдение за процессом
ПК 3.2.	Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;	Наблюдает, анализирует, оценивает	приобретения практического опыта.
ПК 3.3.	Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа	Изучает, систематизирует, оценивает	- Отчет в виде предоставленных Документов по видам работ практики,
ПК 3.4.	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;	Подбирает, оформляет	аттестационный лист по практике,
ПК 3.5.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.	участвует, проводит исследование	дневник, характеристика.
<b>Общие компетенции</b>			
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;	Выбирает, принимает	- Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе прохождения производственной практики по профилю специальности.
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;	Осуществляет поиск, анализирует, оформляет	
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;	Планирует, выполняет, анализирует	
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;	Организует, взаимодействует	
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	Осуществляет коммуникацию, взаимодействует	
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;	Планирует, применяет, пользуется	
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;	применяет, пользуется	
ОК 10.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;	Понимает, формулирует, оформляет	

**Вопросы для дифференцированного зачета по УП 03**  
**Спецификация контрольно-оценочного мероприятия**

**Спецификация контрольно-оценочного мероприятия**

Проверяемый практический опыт в:

- анализе программ и методических материалов, обеспечивающих тренировочный процесс и соревновательную деятельность в ИВС и реализацию дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
- планировании спортивной подготовки в ИВС на различных этапах подготовки;
- планировании учебных занятий (циклов занятий) с учетом задач и особенностей реализуемой программы;
- разработке методических материалов для реализации программ;
- изучении и обобщении передового опыта деятельности тренера (тренера-преподавателя);
- презентации материалов систематизации передового опыта спортивной подготовки;
- разработке методических материалов на основе макетов, образцов, требований;
- оформлении портфолио профессиональных достижений;
- участии в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.

Формируемые профессиональные компетенции:

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;

ПК 3.3. Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;

ПК 3.4. Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.

Форма промежуточной аттестации:

6 семестр - дифференцированный зачет

Форма проведения: устная (собеседование)

Состав: Оценочные материалы включают в себя перечень вопросов/заданий для проверки приобретенного практического опыта и сформированных профессиональных компетенций

Содержательная структура: Оценочные материалы носят равноценный характер и позволяют оценить приобретенный практический опыт и сформированные профессиональные компетенции  
Критерии оценки результата:

Процент результативности (правильных ответов)	Количественная оценка индивидуальных образовательных достижений		
	Балл (отметка)	Вербальный аналог	Дихотомическая шкала
90 - 100	5	отлично	«зачтено» («зачет»)
80 - 89	4	хорошо	
70 - 79	3	удовлетворительно	
менее 70	2	неудовлетворительно	«не зачтено» («незачет»)
Не приступил к выполнению	2	неудовлетворительно	«не зачтено» («незачет»)

90 - 100% максимальное количество баллов обучающийся получает, если:

- обстоятельно с достаточной полнотой изложил соответствующую тему;
- представил правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;
- обосновывал свой ответ, приводил необходимые примеры; правильно отвечал на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимися данного материала.

80 ^ 89% от максимального количества баллов обучающийся получает, если:

- неполно (не менее 70% от полного), но правильно изложил задание;
- при изложении были допущены 1-2 несущественные/негрубые ошибки, которые он исправлял после замечания преподавателя;
- сформулировал точные определения, понятия терминов;
- обосновал свой ответ, привел необходимые примеры;
- правильно отвечал на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимися данного материала.

70 ^ 79% от максимального количества баллов обучающийся получает, если:

- неполно (не менее 50% от полного), но правильно изложил задание;
- при изложении была допущена 1 существенная/грубая ошибка;
- знал и понимал основные положения данной темы, но допускал неточности в формулировке понятий;
- излагал выполненное задание недостаточно логично и последовательно;
- затруднялся при ответах на вопросы преподавателя.

менее 70% и менее от максимального количества баллов обучающийся получает, если:

- неполно (менее 50% от полного) изложил задание.

Трудоемкость: на проведение промежуточной аттестации отводится 90 мин.

Условия прохождения:

на представление результатов выполнения задания на практику на дифференцированном зачете отводится 10 минут, ответы на вопросы - 5 минут.

место выполнения - кабинет лечебной физической культуры и массажа

учебные принадлежности - отчетная документация по результатам прохождения практики

### **Оценочные материалы**

#### **Вопросы для дифференцированного зачета**

по учебной практике

УП.03.01. Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта

- Анализ программ и методических материалов, обеспечивающих тренировочный процесс и соревновательную деятельность в ИВС и реализацию дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.
- Планирование спортивной подготовки в ИВС на различных этапах подготовки.
- Планирование учебных занятий (циклов занятий) с учётом задач и особенностей реализуемой программы.
- Разработка методических материалов на основе макетов, образцов, требований.
- Анализ и аналитическая обработка фактических данных и результатов физической и функциональной подготовленности занимающегося
- Разработка рекомендаций по корректировке цикла тренировки по результатам тестирования физической и функциональной подготовленности занимающегося

### **Оценочные материалы**

#### **для проведения промежуточной аттестации**

по производственной практике

ПП.03.01. Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта

#### **Спецификация контрольно-оценочного мероприятия**

Проверяемый практический опыт в:

- анализе программ и методических материалов, обеспечивающих тренировочный процесс и соревновательную деятельность в ИВС и реализацию дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;

- планировании спортивной подготовки в ИВС на различных этапах подготовки;
- планировании учебных занятий (циклов занятий) с учетом задач и особенностей реализуемой программы;
- разработке методических материалов для реализации программ;
- анализе и аналитической обработке фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности обучающегося;
- разработке рекомендаций по корректировке цикла тренировки по результатам тестирования физической и функциональной подготовленности обучающегося;
- изучении и обобщении передового опыта деятельности тренера (тренера-преподавателя);
- презентации материалов систематизации передового опыта спортивной подготовки;
- разработке методических материалов на основе макетов, образцов, требований;
- оформлении портфолио профессиональных достижений;
- участии в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.

Формируемые профессиональные компетенции:

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;

ПК 3.2. Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;

ПК 3.3. Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;

ПК 3.4. Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

Форма проведения: устная (собеседование)

Состав: Оценочные материалы включают в себя перечень вопросов/заданий для проверки приобретенного практического опыта и сформированных профессиональных компетенций

Содержательная структура: Оценочные материалы носят равноценный характер и позволяют оценить приобретенный практический опыт и сформированные профессиональные компетенции *Критерии оценки результата:*

Оценка «отлично» - замечания по оформлению отчета и его содержанию отсутствуют, материал усвоен в полном объеме, изложен логично, сделаны выводы, индивидуальная работа выполнена.

Оценка «хорошо» - замечания по оформлению отчета и его содержанию незначительны, в усвоении материала имеются некоторые пробелы, ответы на дополнительные вопросы недостаточно четкие.

Оценка «удовлетворительно» - замечания по оформлению отчета и его содержанию имеют принципиальное значение, неполные ответы на вопросы, затруднения с ответом о предложениях по итогам практики.

Оценка «неудовлетворительно» - оформление отчета и его содержание не соответствуют требованиям, индивидуальная работа не выполнена, ответы не раскрывают заданные вопросы, задание предусмотренной в рабочей программе не выполнено.

Трудоемкость: на проведение промежуточной аттестации отводится 90 мин.

Условия прохождения:

на представление результатов выполнения задания на практику на дифференцированном зачете отводится 10 минут, ответы на вопросы - 5 минут.

место выполнения - кабинет методического обеспечения организации физкультурно- спортивной деятельности

учебные принадлежности - отчетная документация по результатам прохождения практики

**Вопросы для дифференцированного зачета  
по производственной практике**

**ПП.03.01. Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных  
общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта**

- Анализ программ и методических материалов, обеспечивающих тренировочный процесс и соревновательную деятельность в ИВС и реализацию дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.
- Планирование спортивной подготовки в ИВС на различных этапах подготовки.
- Планирование учебных занятий (циклов занятий) с учётом задач и особенностей реализуемой программы.
- Разработка методических материалов на основе макетов, образцов, требований.
- Анализ и аналитическая обработка фактических данных и результатов медицинских и психологических наблюдений за показателями физической и функциональной подготовленности занимающегося.
- Разработка рекомендаций по корректировке цикла тренировки по результатам тестирования физической и функциональной подготовленности занимающегося.
- Изучение, обобщение передового опыта деятельности тренера.
- Презентация материалов систематизации передового опыта спортивной подготовки.
- Оформление портфолио профессиональных достижений.
- Планирование и участие в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.

## **IV. Контрольно-оценочные материалы для экзамена по модулю.**

### **4.1. Форма проведения экзамена (квалификационного)**

Экзамен (квалификационный) включает в себя следующие аттестационные испытания:

- выполнение комплексного задания; оценка производится путем сопоставления усвоенных алгоритмов деятельности с заданным эталоном деятельности;
- оценка учебной и производственной (по профилю специальности) практики; производится путем анализа аттестационных листов по практикам (дневник по учебной и производственной (по профилю специальности) практике), в котором указаны виды работ, выполненных во время практики, их объем, качество выполнения в соответствии с технологией и требованиями организации, в которой проходила практика;
- оценка знаний квалификационного экзамена заносится в ведомость экзамена (квалификационного) и заполняется на учебную группу.

При отрицательном заключении хотя бы по одной из профессиональных компетенций принимается решение «вид профессиональной деятельности не освоен».

### **4.2. Формы оценочной ведомости и протокола экзамена (квалификационного)**

Все части протокола экзамена (квалификационного) до пункта «Экзамен (квалификационный)» должны быть заполнены до начала очной части экзамена (квалификационного). Ведомость экзамена (квалификационного) заполняется на учебную группу

### **Форма комплекта экзаменационных материалов (очной части)**

Состав:

I. Паспорт.

II. Задание для экзаменуемого (задания, выполняемые в ходе очной части экзамена) III.

Пакет экзаменатора.

- а) условия выполнения;
- б) критерии оценки.

#### **1. Паспорт**

Назначение: КОС предназначен для контроля и оценки результатов освоения профессионального модуля ПМ.03 «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта» по специальности 49.02.03 Спорт.

Результатом освоения профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта», в том числе профессиональными(ПК) и общими (ОК) компетенциями:

<b>Код</b>	<b>Профессиональные компетенции</b>
ПК 3.1	Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта;
ПК 3.2	Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки;
ПК 3.3	Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;
ПК 3.4	Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;
ПК 3.5	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.
<b>Код</b>	<b>Общие компетенции</b>
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;



ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 04.	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, 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.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
ОК 10	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках;

### 4.3. Задания для экзамена

#### 1. Типовые вопросы к экзамену

1. Требования к планированию учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;
2. Теоретические и методические основы планирования учебных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта;
3. Сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы учебных занятий;
4. Условия и способы формирования и развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
5. Формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся (в том числе информационно-коммуникационные технологии (ИКТ), электронные образовательные и информационные ресурсы) с учетом особенностей: избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
6. Методические основы обучения двигательным действиям и развития физических качеств с учетом особенностей: избранной области деятельности и задач дополнительной общеобразовательной программы; состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
7. Технику безопасности, способы и приемы предупреждения травматизма на учебных занятиях по физической культуре и спортом;
8. Способы и приемы страховки и самостраховки;
9. Особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ;
10. Подходы к анализу учебных занятий при освоении дополнительных общеобразовательных программ;
11. Основные направления досуговой деятельности;
12. Теоретические и методические основы планирования досуговых мероприятий;
13. Содержание, методы, средства, формы, современные технологии организации досуговой деятельности;
14. Методика организации и проведения досуговых мероприятий;
15. Методы и формы организации деятельности и общения, техники и приемы вовлечения обучающихся в деятельность и общение при организации и проведении досуговых мероприятий;

16. Виды документации, обеспечивающие организацию проведения досуговых мероприятий, требования к ее ведению и оформлению;
17. Основы волонтерской деятельности в области физической культуры и спорта;
18. Требования и порядок проведения набора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
19. Требования по обеспечению безопасности и профилактике травматизма в организациях дополнительного образования;
20. Требования нормативных документов к материально-технической базе организации дополнительного образования;
21. Методики оценки результативности физкультурно-спортивной работы в организации дополнительного образования;

**Практические задания для квалификационного экзамена специальность 49.02.03 - «Спорт», квалификация «Тренер по избранному виду спорта»**

по ПМ 03. «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта».

1. Составьте план и объясните построение тренировки во втягивающем микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).
2. Составьте план и объясните построение тренировки в базовом микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).
3. Составьте план и объясните построение тренировки в соревновательном микроцикле (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность микроцикла - неделя).
4. Составьте план базового мезоцикла (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность мезоцикла - 4 недели).
5. Составьте план предсоревновательного мезоцикла (на примере избранного вида спорта, классификация спортсменов - 1 разряд и выше, продолжительность мезоцикла - 4 недели).
6. Составьте схему и объясните построение годовичного одноциклового макроцикла с указанием мезоциклов (на примере избранного вида спорта).
7. Составьте схему и объясните построение годовичного двухциклового макроцикла с указанием мезоциклов (на примере избранного вида спорта).
8. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе начальной подготовки (Задачи: обучение техническому приему - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).
9. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе специализации (Задачи: закрепление технического приема - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).
10. Составьте конспект тренировочного занятия по избранному виду спорта в группе спортивного совершенствования (Задачи: совершенствование технического приема - по выбору, развитие физических качеств - по выбору).
11. Разработайте форму дневника спортсмена для самоконтроля тренировочной и соревновательной деятельности.
12. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого круговым способом (на примере любой спортивной игры, количество команд - 4).
13. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого способом с выбыванием до двух поражений (на примере избранного вида спорта, количество участников - 8).
14. Разработайте положение о соревновании (на примере избранного вида спорта).
15. Составьте схему последовательности обучения технике двигательного действия (на примере

избранного вида спорта).

16. Разработайте график распределения видов подготовки юных спортсменов (в %) на различных этапах их многолетнего тренировочного процесса (с учетом избранного вида спорта).
17. Составьте заявку на участие в соревнованиях в избранном виде спорта.
18. Составьте перечень обязанностей главного судьи соревнований в избранном виде спорта.
19. Составьте перечень обязанностей главного секретаря соревнований в избранном виде спорта.
20. Составьте и заполните таблицу учета результатов спортивного соревнования, проводимого способом с выбыванием до двух поражений (на примере избранного вида спорта, количество участников - 9).
21. Разработайте программу круговой тренировки, направленную на комплексное развитие физических качеств у спортсменов (16 человек) группы спортивного совершенствования.
22. Составьте список документов по проведению соревнований в избранном виде спорта и обоснуйте их содержание.
23. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития специальной выносливости на этапе углубленной специализации (на примере избранного вида спорта).
24. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития скоростных способностей на этапе начальной спортивной специализации (на примере избранного вида спорта).
25. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития силовой выносливости на этапе спортивного совершенствования (на примере избранного вида спорта).
26. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития скоростно-силовых качеств на этапе углубленной специализации (на примере избранного вида спорта).
27. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития силовых качеств на этапе спортивного совершенствования (на примере избранного вида спорта).
28. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития гибкости на этапе начальной спортивной специализации (на примере избранного вида спорта).
29. Составьте фрагмент основной части тренировочного занятия для развития координационных способностей (на примере избранного вида спорта).
30. Составьте годовой учебный план по спортивной специализации для группы спортивного совершенствования (в часах, на 52 недели).

Подготовка к устному ответу проходит в письменной форме, студент вносит ответы на официальный бланк учреждения. На подготовку дается не более 60 минут. После письменной подготовки студент предоставляет бланк ответа экзаменационной комиссии для ознакомления, члены которой в случае необходимости могут задать экзаменуемому дополнительные вопросы. Оценка знаний квалификационного экзамена заносится в экзаменационную ведомость, которая заполняется на учебную группу и в протокол экзамена (квалификационного). При отрицательном заключении хотя бы по одной из ПК принимается решение: «Вид профессиональной деятельности не освоен». Результаты экзамена (квалификационного) объявляются в день его проведения.

#### **4.4. Критерии оценки комплексного задания**

При выполнении комплексного задания обучающийся должен продемонстрировать умение использовать знания, полученные в процессе изучения различных МДК. Ответы на вопросы должны содержать глубокое обоснование с позиций изучаемых дисциплин.

Оценка «отлично» ставится в случае, если обучающийся при ответе на все вопросы проявил глубокие, всесторонние и систематические знания теоретического материала; творческие способности в понимании и изложении учебно-программного материала; усвоил взаимосвязь основных понятий и дисциплин, их значение для приобретаемой профессии; полно, грамотно и последовательно изложил ответы на все основные и дополнительные вопросы и задания.

Оценка *«хорошо»* ставится в том случае, если обучающийся показал полное, но недостаточно глубокое знание учебно-программного материала, допустил какие-либо неточности в ответах, но правильно ответил на все основные и дополнительные вопросы и задания, доказал, что способен к самостоятельному пополнению знаний в ходе профессиональной деятельности.

Оценка *«удовлетворительно»* ставится в том случае, если обучающийся показал поверхностные знания учебно-программного материала, допустил погрешности в ответах, однако в целом вполне ориентируется в профилирующих для данной специальности дисциплинах.

Оценка *«неудовлетворительно»* ставится в том случае, если обучающийся не усвоил значительную часть учебно-программного материала, дал неправильные, неполные ответы на вопросы и задания, не ответил на дополнительные вопросы или отказался от ответов на вопросы и задания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

*«Неудовлетворительно»* - дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими предметами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

- 4) Сколько различных последовательностей (не обязательно осмысленных) можно составить из букв слова «вокзал»?