Международный Банковский Институт имени Анатолия Собчака

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
МЕЖДУНАРОДНЫЙ БАНКОВСКИЙ ИНСТИТУТ ИМЕНИ АНАТОЛИЯ СОБЧАКА

СОГЛАСОВАН

решением Ученого совета
АНО ВО «МБИ
имени Анатолия Собчака»
(протокол от «25» декабря 2025 г. № 7)

УТВЕРЖДЕН

приказом ректора
АНО ВО «МБИ
имени Анатолия Собчака»
от «30» декабря 2025 г. № 59

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине
Физическая культура и спорт

направление подготовки
43.03.03 Гостиничное дело

направленность (профиль)
Управление в гостиничном бизнесе

уровень образования
высшее образование - бакалавриат

форма обучения
очно-заочная

год набора
2026

Санкт-Петербург
2025

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат
029D2AE30011B46997424A3587152A1CB0
Действителен с 18.03.2026 по 18.06.2027
Владелец АНО ВО "МБИ ИМЕНИ АНАТОЛИЯ СОБЧАКА"

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ И ЭТАПЫ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ 3
2. СТРУКТУРА ФОС ПО ДИСЦИПЛИНЕ 3
3. ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ КОМПЕТЕНЦИЙ 5
4. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТА 6
5. ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ 6
5.1. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ: 6
5.2 КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7
5.3 ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА Рефератов 13
5.4 ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ 15
6. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ... 20
7. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ 21
7.1. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ 24
7.2. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ 24

1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ И ЭТАПЫ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Фонд оценочных средств предназначен для оценки результатов обучения по учебной дисциплине.

1. Рабочей программой дисциплины (модуля) предусмотрено формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения подисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Знать: Основные средства физической культуры. Современные здоровьесберегающие технологии. Средства и методы физической культуры для регуляции и повышения функциональных и двигательных возможностей в различные периоды жизни человека. Средства и методы повышения и поддержания физической работоспособности, активного долголетия. Уметь: Планировать индивидуальный двигательный режим с использованием средств физической культуры. Оценивать собственный уровень физического развития и физической подготовленности. Отбирать и использовать методики здоровьесбережения с учетомсобственного статуса здоровья. Самостоятельно подбирать и использовать комплексы упражнений общефизической, профессионально-прикладной физической подготовки (двигательные действия избранного вида спорта). Владеть: навыками здорового образа жизни, навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности

1.2. Входной уровень знаний, умений, опыта деятельности, требуемых для формирования компетенции

- знает роль и основы физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;
- умеет творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;
- владеет навыки владения системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств.

2. СТРУКТУРА ФОС ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Оценка проводится методом сопоставления параметров продемонстрированной обучающимся продукта деятельности с заданными эталонами и стандартами по критериям.

Таблица – 1.1. Объекты оценивания и наименование оценочных средств

Номер и наименование разделов/тем	Формы текущего контроля успеваемости / промежуточной аттестации	Объекты оценивания	Вид занятия / Наименование оценочных средств	Форма проведения оценки Устная/ письменная
Тема 1. Федеральные стандарты по	Текущий контроль	Цели и задачи физической культуры в вузе. Физическая культура и спорт как учебная дисциплина высшего профессионального	Т – тест	письменная

дисциплине «Физическая культура и спорт».		образования и целостного развития личности. Нормативно-правовая база: Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» N 329-ФЗ от 4.12.2007 г (в ред. от 30.04.2021 г.)		
Тема 2. Компетентностный вектор обучения.	Текущий контроль	Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении. Модель компетенций, формируемых дисциплиной. Требования, предъявляемые к уровню физической подготовленности студентов.	Т – тест	письменная
Тема 3. Принципы управления физической подготовкой.	Текущий контроль	Организация учебного процесса по дисциплине с учётом дидактических и методических принципов.	Т – тест, К – коллоквиум	Письменная Устная
Тема 4. Выбор оздоровительных технологий.	Текущий контроль	Характеристика здорового образа жизни ифакторов его определяющих.	Т – тест,	письменная
Тема 5. Индивидуальные маршруты физической подготовки.	Текущий контроль	Физические упражнения как фактор воздействия на организм человека. Влияние двигательной активности на адаптационный потенциал человека. Требования к регуляциидвигательной активности.	Т – тест	письменная
Тема 6. ГТО – как системообразующий фактор физической подготовки студентов.	Текущий контроль	Исторические и современные аспекты программы всероссийского комплекса ГТО.	Т – тест, реферат	Письменная устная
Тема 7. Занятия в специальных медицинских группах и с инвалидами.	Текущий контроль	Задачи, решаемые при использовании средств лечебной (ЛФК) и адаптивной (АФК) физической культуры. Клинико-биологическое обоснование лечебной физической культуры. Показания и противопоказания к занятиям ЛФК. Врачебный контроль в лечебной физической культуре.	К – коллоквиум, Т – тест	Письменная Устная
Тема 8. Ресурсы физической рекреации.	Текущий контроль	Ресурсы физической рекреации и двигательной реабилитации. Средства физической культуры. Классификация физических упражнений.	реферат	Письменная Устная
Тема 9. Методы адаптивного управления физической подготовкой.	Текущий контроль	Адаптационные процессы. Методы адаптивного управления физической подготовкой.	реферат	Письменная Устная
Тема 10. Общая, специальная и профессионально-прикладная подготовка студентов.	Текущий контроль	Основы видов подготовки студентов: общая, специальная, профессионально-прикладная.	реферат К – коллоквиум, Т – тест	Письменная Устная
Тема 11. Техническая подготовка.	Текущий контроль	Освоение методов обучения и совершенствования двигательных действий. Диверсификация двигательных умений и навыков.	реферат	Письменная Устная
Тема 12. Развитие физических качеств.	Текущий контроль	Характеристика физических качеств человека. Методы направленного воздействия на развитие быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, координационных способностей, силы. Сензитивные периоды развития физических качеств.	реферат К – коллоквиум, Т – тест	Письменная Устная
Тема 13. Характеристика фитнес-программ.	Текущий контроль	Задачи, решаемые при занятиях фитнесом. Многообразие современных фитнес-методик.	реферат	Письменная Устная
Тема 14. Специфика занятий игровыми видами	Текущий контроль	Разновидности и содержание игровых видов спорта. Средства спортивных и подвижных игр в практике физической рекреации и фоновой физической	реферат	Письменная Устная

спорта.		культуры.		
Тема 15. Структура подготовки спортсмена.	Текущий контроль	Содержание теоретической, технической, физической, тактической, психологической и специальной соревновательной подготовки.	реферат	Письменная Устная
Тема 16. Кондиционная тренировка.	Текущий контроль	Средства и методы развития физических качеств и повышения функциональной подготовленности.	реферат	Письменная Устная
Тема 17. Соревновательная практика.	Текущий контроль	Участие в соревнованиях и «открытых» стартах.	реферат	Письменная Устная
Тема 18. Физическая подготовка на подготовительном и основном отделениях.	Текущий контроль	Нормы двигательной активности, индивидуальные программы физической подготовки.	реферат К – коллоквиум, Т – тест	Письменная Устная
Тема 19. Физическая подготовка в специальных медицинских группах и инвалидов.	Текущий контроль	Методы коррекции физической нагрузки с учётом нозологии заболевания. Частные методики ЛФК.	реферат К – коллоквиум, Т – тест	Письменная Устная
Тема 20. Комплексы ППФП с учётом специфики труда.	Текущий контроль	Общие положения профессионально- прикладной физической подготовки. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Выбор и составление комплексов ППФП с учётом специфики профессиональной деятельности.	реферат	Письменная Устная
Тема 21. Методы повышения работоспособности	Текущий контроль	Методы повышения работоспособности с учётом физического развития и подготовленности студентов. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физической культурой и спортом. Педагогический и самоконтроль, показатели и дневник самоконтроля. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями по результатам показателей контроля.	реферат К – коллоквиум, Т – тест	Письменная Устная
Все темы и разделы:	**Промежуточная аттестация**	Обобщенные результаты обучения по овладению теоретическими знаниями и практическими навыками	Т – тест (1-30)	Письменная

3. ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ КОМПЕТЕНЦИЙ

Оценка знаний, умений, владений выражается в пятибалльной системе.

Таблица 3.1 – Текущий контроль

№ п/п	Виды работ	Критерии оценивания			
		Неудовлетворительно (2 балла)	Удовлетворительно (3 балла)	Хорошо (4 балла)	Отлично (5 баллов)
1	Работа на лекциях	Отсутствие участия студента в работе на занятии	Единичное высказывание	Высказывание суждений, активное участие в работе на занятии	Высказывание неординарных суждений, активное участие в работе на занятии
2	Работа на практических занятиях, решение общих практических задач	Отсутствие участия в обсуждении, решении, неправильное решение	Единичное высказывание, решение с ошибками	Высказывание суждений, активное участие в ходе решения, правильное решение с отдельными	Высказывание неординарных суждений, активное участие в ходе решения, правильное решение без ошибок

				замечаниями	
3	Работа на практических занятиях, решение индивидуальных практических задач	Отсутствие участия в обсуждении, решении, неправильное решение	Единичное высказывание, решение с ошибками	Высказывание суждений, активное участие в ходе решения, правильное решение с отдельными замечаниями	Высказывание неординарных суждений, активное участие в ходе решения, правильное решение без ошибок

Критерии оценивания формулируются для каждой компетенции и отражают деятельность обучающегося, поддающуюся измерению.

Таблица 3.2 – Обобщенные критерии оценивания освоения компетенции

Неудовлетворительно (2 балла)	Удовлетворительно (3 балла)	Хорошо (4 балла)	Отлично (5 баллов)
Компетенция не освоена. Обучающийся не показывает знания, входящие в состав компетенции, не понимает их необходимость и/или не может их применять	Компетенция освоена. Обучающийся показывает общие знания, входящие в состав компетенции, имеет представление об их применении, умение извлекать и использовать основную (важную) информацию из полученных знаний	Компетенция освоена. Обучающийся показывает полноту знаний, демонстрирует умения и навыки решения типовых задач	Компетенция освоена. Обучающийся показывает глубокие знания, демонстрирует умения и навыки решения сложных задач, умение принимать решения, создавать и применять документы, связанные с профессиональной деятельностью; способен самостоятельно решать проблему/задачу на основе изученных методов, приемов и технологий.

4. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТА

Таблица 4.1 –. Шкала критериев оценивания компетенций

Оценка	**Содержание**
Неудовлетворительно (2 балла)	Демонстрирует непонимание проблемы, не восприятие материала. Работа незакончена и/или это плагиат
Удовлетворительно (3 балла)	Демонстрирует частичное понимание проблемы. Большинство требований, предъявляемых, к заданию выполнены. Владение элементами заданного материала. В основном выполненный материал понятен и носит целостный характер
Хорошо (4 балла)	Демонстрирует значительное понимание проблемы обозначенной дисциплиной. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены. Содержание выполненных заданий раскрыто и рассмотрено с разных точек зрения
Отлично (5 баллов)	Демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены. Продемонстрировано уверенное владение материалом дисциплины. Выполненные задания носят целостных характер, выполнены в полном объеме, структурированы, представлены различные точки зрения, продемонстрирован творческий подход

Шкалы оценивания и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине регламентируются Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования.

5. ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

5.1. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ:

Таблица - 5.1 Перечень заданий текущего контроля и их наименование

Наименование оценочных	Содержание задания

средств	
коллоквиум	: Деятельность Олимпийского комитета России и спортивных федераций России. Требования к организации и проведению учебных занятий по физической культуре. Развитие и совершенствование физических и специальных качеств. Профилактика предупреждения травматизма, меры предупреждения и правила по ведения на воде.
реферат	Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием тренажёров при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Средства и методы мышечной релаксации, ее значение в укреплении здоровья. Методы оценки физического развития, функционального состояния и физической подготовленности студента
Тест	Биомеханика физических упражнений (бег, плавание, прыжок в длину с места и др.). Гигиенические требования и средства восстановления. Основы медицинского контроля и самоконтроля в ходе выполнения физических упражнений. Первая помощь при травмах.

5.2 КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

контрольная точка - в форме теста (письменная).

Тесты

Выберите один вариант ответа:

Тестирование

Тестирование теоретической подготовленности

Выберите один правильный ответ.

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся

1. Под физической культурой понимается:

a) педагогический процесс по физическому совершенствованию человека
b) регулярные занятия физическими упражнениями, закаливание организма
c) часть культуры общества, направленная на физическое и духовное развитие человека

2. Какое из понятий является наиболее емким (включающим все остальные):

a) спорт
b) система физического воспитания
c) физическая культура

3. Содержание учебного процесса по физическому воспитанию включает в себя следующие формы занятий:

a) учебно-практические занятия
b) занятия в спортивных секциях
c) массовые физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия
d) все вышеперечисленные формы

4. Педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически совершенного, социально активного и морально стойкого подрастающего поколения, это:

a) физическое развитие
b) физическое воспитание
c) физическая культура

5. Что является основным средством физической культуры?

a) физическое упражнение
b) физическая культура
c) спорт

6. Двигательная реабилитация – это:

a) процесс физических упражнений для компенсации временно утраченных двигательных способностей
b) процесс для развития физических способностей
c) процесс физического совершенствования телесного преобразования человека

7. Физическая рекреация – это:

a) вид физической культуры для спортивной деятельности
b) вид физической культуры для активного отдыха

c) вид физической культуры для трудовой и бытовой деятельности

2. Социально-биологические основы физической культуры

1. Губчатые кости – это:

a) ребра, грудина, позвонки

b) кости черепа, таза, поясов конечностей

c) основание черепа

2. Уменьшение напряжения мышечных волокон, составляющих мышцу – это:

a) расслабление мышц

b) увеличение массы мышц

c) сокращение мышечных волокон

3. Транспортная функция кровеносной системы:

a) осуществляет гуморальную регуляцию функций организма

b) переносит к тканям тела питательные вещества и кислород

c) защищает организм от вредных веществ и инородных тел

4. Артериальная кровь поступая в аорту:

a) отдает углекислоту и продукты метаболизма

b) отдает кислород и питательные вещества

c) забирает кислород и питательные веществ

5. Дыхательный объем – это:

a) это количество воздуха проходящие через легкие при одном дыхательном цикле

b) максимальное количество воздуха, которое человек может выдохнуть после полного вдоха

c) количество дыхательных циклов в 1 минуту

6. Кумулятивная адаптация – это:

a) срочные приспособительные изменения, возникающие при непосредственном внешнем воздействии, и исчезают при устранении обстоятельств

b) приспособительные изменения, возникающие при регулярном повторении внешних воздействий

c) способность отвечать на внешние воздействия, которые не превышают физиологических возможностей

7. Наиболее благоприятное время суток для тренировок:

a) утреннее время суток с 8 до 9 час

b) дневное время суток с 13 до 15 час

c) вечернее время суток с 17 до 19 час

8. Недостаток двигательной активности людей называется:

a) гипертонией

b) гиподинамией

c) гипотонией

9. Аэробный вид тренировки развивает:

a) скоростную выносливость

b) скоростно-силовую выносливость

c) общую выносливость

3. Общефизическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания

1. Способность к длительной и эффективной неспецифической деятельности умеренной интенсивности с использованием всего мышечного аппарата называют:

a) Общей выносливостью

b) Тотальной выносливостью

c) Специальной выносливостью

2. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счёт мышечных усилий (напряжений) определяют как:

a)Быстрота

b) Гибкость и подвижность в суставах

c)Выносливость

d) Мышечная сила

3. Физическое развитие это процесс и результат становления:

a) Морфофункциональных свойств и качеств

b) Двигательных умений и навыков

c)Физических качеств

4. Какой из методов не относится к воспитанию общей и специальной выносливости?

1.Игровой

2.Соревновательный

3.Строго регламентированного упражнения

4.Психорегулирующего упражнения

5. Способность к длительной и эффективной деятельности специфического характера определяют как:

a)Специальная выносливость

b) Локальная выносливость

c) Региональная выносливость

6. Принцип сознательности и активности – это:

a) принцип, строящий процесс на восприятие органов

b) понимание сущности заданий и активное их выполнение

c) регулярное занятие физической культурой

7. Принцип наглядности – это:

a) нарастание объема и интенсивности нагрузок

b) участие, возможно большего число органов чувств в восприятии

c) от освоенного к неосвоенному

8. Понятие «двигательная активность» отражает:

a) Направленность на реализацию конкретной цели

b) Суммарное количество движений и действий

c) Целесообразные способы выполнения двигательных действий

9. Основным результатом физической подготовки является:

a) Физическая готовность

b) Физическое развитие

c) Физическое воспитание

10. Наименьшей эффективностью на всех этапах обучения двигательным действиям имеет метод:

a) Целостного выполнения упражнения

b) Расчлененно-конструктивного упражнения

c) Идеомоторного упражнения

11. Основным результатом обучения двигательным действиям является:

a) Двигательные умения и навыки

b) Физическая готовность

c) Тактические знания

12. В числе методов воспитания координационных способностей нет метода:

a) Строгой регламентации

b) Игрового

c)Соревновательного

4. Особенности занятий избранным видом спорта

1. Возможность выполнять физическую деятельность без снижения ее эффективности и уровня функционирования организма есть:

a) Физическая готовность

b) Физическая работоспособность.

c) Физическое развитие

2. Сколько по правилам соревнований классический жим лёжа (IPF) выполняется команд:

a) 2

b) Без команды

c) 3

3. Самоконтроль – это:

a) Самостоятельное регулярное наблюдение за состоянием своего здоровья

b) Самостоятельное регулярное наблюдение за физическим развитием, влиянием на организм занятий спортом

c) Все ответы верны

4. Какое количество видов в мужском многоборье в соревнованиях по легкой атлетике?

a) 10

b) 12

c) 15

5. Спорт – это:

a) Выработка ценностных ориентации, убеждений, вкусов, привычек, наклонностей

b) Игровая, соревновательная деятельность и подготовка к ней

c) Все ответы верны

6. Что не относятся к числу наиболее действенных форм организации физической культуры в режиме дня:

a) Спортивные секции и группы по видам спорта

b) Физкультурно-спортивная деятельность в обеденный перерыв

c) Вводная гимнастика

d) Физкультминутки и физкультпаузы

7. На что направлен контроль в спортивной подготовке?

a) Виды подготовки

b) Подготовленность спортсмена

c) Состояние спортсмена

d) Мастерство спортсмена

8. Самая длинная дистанция в соревнованиях по легкой атлетике на Олимпийских играх:

a) 3000 м

b) Марафон

c) 10000 м

d) Бегофон

9. Какая дистанция называется марафоном?

a) 100 км пробег

b) 42 км 195 м.

c) Суточный бег

10. В какой стране появился шейпинг?

a) Германия

b) Франция

c) Бразилия

d) СССР (Россия)

11. Какой из перечисленных терминов не является направлением в аэробике?

a) Фитнес-аэробика

b) Фигурная аэробика

c) Танцевальная аэробика

d) Степ-аэробика

12. Какая страна является родоначальником волейбола?

a) Япония

b) США

c) Англия

d) Индия

13. Каковы размеры площадки для игры в волейбол?

a) 9 x 12
b) 8 x 15
c) 9 x 18
d) 7 x 10

5. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями

1. Укажите субъективные факторы, определяющие потребности, интересы и мотивы включения обучающихся в активную физкультурно-спортивную деятельность:

a) Состояние материальной технической базы, методика и содержание занятий, уровень требований учебной программы, педагогическое мастерство педагога

b) Уровень требований учебной программы, эмоциональная окраска занятий, частота и продолжительность

c) Удовлетворение от занятий, понимание личностной, коллективной и общественной значимости занятий

2. Выделите наиболее значимые нарушения методики тренировки:

a) Нерациональное составленное расписание тренировок

b) Неудовлетворительное состояние инвентаря и оборудования

c) Несоблюдение принципов доступности, постепенности и учета индивидуальных особенностей

3. Укажите, когда может возникнуть на занятии гравитационный шок у занимающихся:

a) При внезапной остановке после интенсивного бега

b) При длительном нахождении человека в напряженном состоянии при ограничении двигательной активности

c) Вследствие недостатка в организме сахара

4. Дайте определение утомлению:

a) Хроническое переутомление, обусловленное раздражением центральной нервной системы

b) Переоценивание своих физических возможностей и попытке выполнять непосильные по длительности и интенсивности физические упражнения

c) Физиологическое состояние, возникающее вследствие напряженной или длительной деятельности организма, проявляющееся в дискоординации функций и во временном снижении работоспособности

5. Что не соответствует рациональному суточному режиму?

a) Выполнение утренней гигиенической гимнастики и закаливающих процедур

b) Ежедневное пребывание на свежем воздухе (1,5 – 2 ч)

c) Полноценный сон (не менее 6 ч)

6. Наиболее традиционный вид закаливания:

a) Воздух и физические упражнения

b) Вода и физические упражнения

c) Солнце и воздух

7. Что не включает в себя дневник самоконтроля:

a) Учет самостоятельных занятий физкультурой и спортом

b) Соответствие одежды и обуви занимающихся виду занятий

c) Регистрацию антропометрических изменений и функциональных проб и контрольных испытаний физической подготовленности

6. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) обучающихся

1. Профессионально-прикладная физическая подготовка:

a) Подготовка обучающихся специализированных вузов

b) Профессионально-ориентированная подготовка обучающихся в вузе

c) Процесс подготовки обучающегося к будущей профессии средствами и методами физической культуры

2. Профессиография – это:

a) Графический профиль качеств обучающегося
b) Описание профессиональной деятельности человека
c) Представление о профессии

3. Профессиограмма – это:

a) Нормы и требования профессии, которые позволяют человеку эффективно выполнять функциональные обязанности
b) Нормативные графики отдельных качеств обучающегося
c) Нормативные графики отдельных навыков обучающегося

4. Готовность к профессиональной деятельности – это:

a) Состояние обучающегося в связи с предстоящей задачей
b) Процесс подготовки к профессиональной деятельности
c) Набор профессиональных качеств к предстоящей деятельности

5. Профпригодность – это:

a) Соответствие нормам и требованиям профессии
b) Состояние готовности к предстоящей деятельности
c) Наличие индивидуальных психофизических качеств к данной профессии

6. Выносливость – это:

a) Длительное продолжение физической и умственной работы
b) Способность противостоять утомлению
c) Способность выполнять работу неопределенное количество времени

7. Сила – это:

a) Механическое воздействие на объект
b) Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий
c) Превышение одного усилия другим

8. Ловкость – это:

a) Быстрота выполнения движения
b) Степень двигательных проявлений, связанных с перемещением в пространстве
c) Способность быстро координировать движения.

Инструкция по выполнению. Выбрать один правильный ответ

Критерии оценивания: • 5 баллов выставляется, если обучающийся ответил правильно на 100-85% заданий теста; • 4 балла выставляется, если обучающийся ответил на 84-69 % заданий; • 3 балла выставляется, если обучающийся ответил на 68-50% заданий; 2 балла выставляется, если обучающийся ответил менее, чем на 50 % заданий.

Контрольная точка в форме коллоквиума (устная).

Вопросы для коллоквиума

1. Развитие физических качеств средствами футбола (на выбор обучающегося).
2. История развития футбола в России.
3. История развития футбола в регионе.
4. Методика судейства в футболе.
5. Техника игры вратаря.
6. Влияние футбола на развитие физических качеств обучающихся.
7. Влияние футбола на всестороннее развитие обучающихся.
8. Развитие физических качеств обучающихся средствами баскетбола (по выбору).
9. История развития баскетбола в России.
10. История развития баскетбола в регионе.
11. Методика судейства в баскетболе.
12. Тактика защиты в игровых ситуациях при игре в баскетбол.
13. Тактика нападения в игровых ситуациях при игре в баскетбол.
14. Влияние баскетбола на развитие физических качеств обучающихся.
15. Влияние баскетбола на всестороннее развитие личности.

16. Самоконтроль функционального состояния организма во время игры в баскетбол
17. Варианты внеаудиторных занятий физической культурой.
18. Развитие физических качеств обучающихся средствами волейбола (по выбору).
19. История развития волейбола в России.
20. История развития волейбола в регионе.
21. Методика судейства в волейболе.
22. Тактика защиты в игровых ситуациях при игре в волейбол.
23. Тактика нападения в игровых ситуациях при игре в волейбол.
24. Влияние волейбола на развитие физических качеств обучающихся.
25. Влияние волейбола на всестороннее развитие личности.
26. Самоконтроль функционального состояния организма при игре в волейбол.
27. Развитие физических качеств средствами бадминтона (на выбор обучающегося).
28. Бадминтон как средство профилактики профессиональных заболеваний.
29. История развития бадминтона в России.
30. Методика судейства в бадминтоне.
31. Техника игры в бадминтон.
32. Влияние бадминтона на развитие физических качеств обучающихся.
33. Влияние бадминтона на всестороннее развитие обучающихся.
34. Развитие физических качеств средствами тенниса (на выбор обучающегося)
35. Влияние тенниса на развитие физических качеств обучающихся.
36. Влияние тенниса на всестороннее развитие обучающихся.
37. Развитие физических качеств обучающихся средствами хоккея (по выбору).
38. История развития хоккея в России.
39. История развития хоккея в регионе.
40. Методика судейства в хоккее.
41. Тактика защиты в игровых ситуациях при игре в хоккей.
42. Тактика нападения в игровых ситуациях при игре в хоккей.
43. Влияние хоккея на развитие физических качеств обучающихся
44. Влияние хоккея на всестороннее развитие личности.
45. Самоконтроль функционального состояния организма при игре в хоккей.
46. История возникновения лапты.
47. Обучение тактике игры лапта.
48. Лапта и ее разновидности.
49. Развитие физических качеств средствами плавания (на выбор обучающегося).
50. История развития плавания в России.
51. Влияние плавания на развитие физических качеств обучающихся.
52. Влияние плавания на всестороннее развитие обучающихся

Методические рекомендации:

Обучающийся может подготовить не более двух ответов на вопросы к коллоквиуму. Критерии оценивания одного ответа: 5 баллов выставляется обучающемуся, если он перечисляет все существенные характеристики обозначенного в вопросе предмета и возможные варианты дальнейшего развития решения проблемы, если это возможно; 4 балла, если студент раскрыл только часть основных положений вопроса, продемонстрировал неточность в представлениях о предмете вопроса; 3 балла, если студент обозначил общую траекторию ответа, но не смог конкретизировать основные компоненты; 2 балла, если студент не продемонстрировал знаний основных понятий, представлений об изучаемом предмете

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

Примерный список тем рефератов:

1. Физическая реабилитация при … (травме или заболевании, например, при перенесенной пневмонии).

2. Авторские методики занятий дыхательной гимнастикой (парадоксальная гимнастика А.Н. Стрельниковой; методика ликвидации глубокого дыхания по К.П. Бутейко; «методика рыдающего»

дыхания по Ю.Г. Вилунасу; методика дыхания по К. Динейке; методика регламентированного управления дыханием по Н.Г. Триняку; аутогенная тренировка с помощью дыхательных упражнений по Г.С. Гневушеву).

3. Методика занятий физическими упражнениями при заболевании органов зрения по методу Э.С. Аветисова, Е.И. Ливадо, Ю.И. Курпана, У. Бейтса.

4. Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата у студентов.

5. Современные тенденции развития физической культуры и спорта в России (зарубежных странах).

6. Физическая культура как учебная дисциплина высшего образования в России.

7. Организация физического воспитания в зарубежных образовательных системах.

8. Методика проведения занятий по физическому воспитанию для студентов специального медицинского отделения.

9. Методика лечебного массажа при …. (заболевание согласовать с ведущим преподавателем).

10. Методика занятий оздоровительным плаванием при заболеваниях … (пищеварительной, дыхательной систем или опорно-двигательного аппарата).

11. Особенности развития основных физических качеств у студентов, имеющих двигательные ограничения по состоянию здоровья.

12. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием тренажёров при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

13. Средства и методы мышечной релаксации, ее значение в укреплении здоровья.

14. Методы оценки физического развития, функционального состояния и физической подготовленности студента.

15. Система управления физической культурой и спортом в России на современном этапе развития государства.

16. Организационно-управленческая структура лечебной, адаптивной физической культуры в России и за рубежом.

17. Организационно-правовые основы материального обеспечения физической культуры и спорта в России.

18. Финансирование физической культуры и спорта в России (зарубежных странах).

19. Влияние СМИ на развитие физической культуры и спорта в России (зарубежных странах).

20. Современный спорт в системе международных отношений.

21. Организация, формы и средства профессионально-прикладной физической подготовки в высшем учебном заведении.

22. Профилактика профессиональных заболеваний работников сферы управления (сотрудников таможенной службы и др.) средствами физической культуры.

23. Индивидуальная программа двигательной активности с профессиональной направленностью.

24. Силовые упражнения для коррекции проблемных зон с использованием тренажёрных устройств.

25. Конституционные права и свободы человека и гражданина в области физической культуры.

Методические рекомендации по написанию реферата**, требования к оформлению**

Реферат (от лат. refero – сообщаю) – краткое изложение в письменном виде научно-исследовательской работы студента, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание реферата должно быть логичным, а изложение материала должно носить проблемно-тематический характер.

Каждая работа, носящая реферативный характер, должна быть оформлена в соответствии с Государственным Образовательным Стандартом (ГОСТ).

Структура работы:

- титульный лист;

- оглавление;
- введение (указывается актуальность, цель, задачи);
- не менее 3х глав;
- выводы (личное мнение);
- приложения (если есть);
- список используемой литературы.

Каждый новый раздел начинается с новой страницы.

Во введении обязательно должны быть указаны следующие параметры: тема реферата; предмет и объект исследования; цель; задачи; актуальность; методы исследования.

В основной части формулируются ключевые понятия и положения, вытекающие из анализа теоретических источников (точек зрения, моделей, концепций), документальных источников и материалов практики, экспертных оценок по вопросам исследуемой проблемы, а также результатов эмпирических исследований. Реферат носит исследовательский характер, содержит результаты творческого поиска автора.

В заключении (1-2 страницы) подводятся главные итоги авторского исследования в соответствии с целью и задачами реферата делаются выводы или даются практические рекомендации по разрешению исследуемой проблемы.

Требования к оформлению работы:

- объём 15-20 страниц;
- поля – по 2 см сверху и снизу, 3 см – слева, 1,5 см – справа;
- выравнивание текста по ширине;
- номера страниц – внизу страницы, справа; номер на первой странице не указывается;
- шрифт – «Times New Roman»;
- основной текст – 14 кегль, междустрочный интервал – 1,5 (основной текст, между абзацами);
- абзацный отступ – 1,25;
- расстановка переносов не применяется;
- все лишние пробелы убираются, между словами должен быть только один пробел; знаки препинания (за исключением тире) ставятся сразу же за предваряющим его словом без пробела;
- ссылки – затекстовые (вынесенные за текст реферата и оформленные как список использованной литературы в алфавитном порядке), использование автоматических постраничных ссылок не допускается;
- не менее 5 источников;
- ссылки оформляются в соответствии с ГОСТ Р 7.0.100-2018 (приложение 2);
- для связи с текстом порядковый номер библиографической записи из списка литературы указывают в отсылке, которую приводят в квадратных скобках в строку с текстом. Если ссылку приводят на конкретный фрагмент текста, в отсылке указывают порядковый номер и страницы, на которых помещен объект ссылки. Сведения разделяют запятой. Если отсылка содержит сведения о нескольких затекстовых ссылках, группы сведений разделяют знаком точка с запятой.

Критерии оценки реферата. При оценке реферата преподаватель руководствуется следующими критериями: – соответствие содержания текста выбранной теме; – наличие четкой и логичной структуры; – качество аналитической работы, проделанной при написании реферата; 12 – использование адекватных выбранной теме литературных источников; – самостоятельность, невторичность текста; – обоснованность сделанных автором реферата выводов, соответствие их поставленной цели; – отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, а также фактических ошибок; – соответствие оформления работы предъявляемым требованиям; – сдачи реферата в установленный срок.

5.3 ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы **1 семестр**

Итоговый тест (с ответами) для проверки сформированности компетенций

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

1. Прочитайте текст и выберите правильный ответ Самая длинная дистанция в соревнованиях по легкой атлетике на Олимпийских играх:

А. 3000 м

Б. Марафон

В. 10000 м

Правильный ответ Б

2. Прочитайте текст и выберите правильный ответ Аэробный вид тренировки развивает:

А. скоростную выносливость

Б. скоростно-силовую выносливость

В. общую выносливость

Правильный ответ В

3. Прочитайте текст и выберите правильный ответ. **Выберите правильный ответ: Упражнения, где сочетаются качества – быстрота и сила, называются:**

А) групповыми;

Б) для развития скоростно-силовой выносливости;

В) скоростно-силовыми;

Г) общеразвивающими;

Д) специальными;

Е) собственно-силовыми

Правильный ответ В

4. Прочитайте текст и выберите правильный ответ. **Выберите правильный ответ: Недостаток витаминов в организме человека называется:**

А) гиповитаминоз;

Б) гипервитаминоз;

В) бактериоз;

Г) дисбактериоз;

Д) авитаминоз

Правильный ответ Д

5. Прочитайте текст и выберите правильный ответ.

Правильный ответ 3

6. Закончите фразу. Ответ следует записать с маленькой буквы, в именительном падеже. Способность быстро координировать движения – это

Правильный ответ: ловкость

7. Закончите фразу. Ответ следует записать с маленькой буквы, в именительном падеже. Способность противостоять утомлению – это

Правильный ответ выносливость

8. Закончите фразу. Ответ следует записать с маленькой буквы, в именительном падеже: **Дополните выражение** Регулярные занятия физическими упражнениями обеспечивают усиленную работу систем_____

Правильный ответ организм

9. Закончите фразу. Ответ следует записать с маленькой буквы, в именительном падеже:

П

р 11. **Установите соответствие** Соотнесите мышечный процесс и его свойство:

а А. Уменьшение напряжения мышечных волокон;

в Б. Усиление напряжения мышечных волокон;

и 1 Напряжение мышц;

л

ь

н

ы

2 Расслабление мышц

Правильный ответ А 2 Б 1

12. **Установите соответствие** Соотнесите:

А. наиболее благоприятное время суток для тренировок:

Б. наименее благоприятное время суток для тренировок:

1 утреннее время суток с 8 до 9 час;

2 вечернее время суток с 17 до 19 час.

Правильный ответ А 1 Б 2

13. **Установите соответствие**:

Правильный ответ 1 Б 2 А 3 В

14. Установите правильную последовательность. Условно различают 3 этапа в построении процесса освоения двигательного действия.

А) Закрепление и дальнейшее совершенствование двигательного действия;

Б) Начальное разучивание;

В) Углублённое, детализированное разучивание

Правильный ответ БВА

15. Установите правильную последовательность обучения техники броска баскетбольного мяча двумя руками от груди:

А) Броски мяча со средней дистанции (3 – 3,60м);

Б) Согласованность движений рук и ног;

В) Броски мяча в сочетании с другими техническими приёмами;

Г) Исходное положение;

Д) Бросок мяча с близкой дистанции (1,5 – 2м);

Е) Выпуск мяча с различной траекторией полёта

Правильный ответ ГБЕДАВ

16.Прочитайте текст и выберите правильный ответ. Выберите один правильный вариант ответа. Физическая культура - это 1) использование физических упражнений для отдыха и восстановления работоспособности после трудовой или учебной деятельности; 2) часть общей культуры, направленная на физическое совершенствование, сохранение и укрепление здоровья человека в процессе осознанной двигательной активности; 3) использование физических упражнений для восстановления после перенесенных заболеваний и травм. 4) образовательный урок в школе или колледже

Правильный ответ 2

17.Прочитайте текст и выберите правильный ответ. Выберите один правильный вариант ответа. Здоровье – это (по определению ВОЗ): 1) полное физическое и психическое благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. 2) полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. 3) отсутствие болезней или физических дефектов

Правильный ответ 2

18.Прочитайте текст и выберите правильный ответ. Выберите один правильный вариант ответа. Применение физических упражнений в режиме трудового дня называется: 1) 1) рекреативной гимнастикой; 2) 2) производственной гимнастикой; 3) 3) лечебной гимнастикой; 4) 4) гигиенической гимнастикой; 5) 5) оздоровительной гимнастикой

Правильный ответ 2

19. Прочитайте текст и выберите правильный ответ. Выберите один правильный вариант ответа Оценка реакции организма на нагрузки при занятиях физической культурой определяется с помощью: 1) антропометрических показателей; 2) пульсометрии; 3) динамометрии; 4) спирометрии

Правильный ответ 2

20.**Прочитайте текст и выберите правильный ответ** Выберите один правильный вариант ответа. Физическое воспитание – это: 1) тренировочный процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, сохранение и укрепление здоровья. 2) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное

совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, сохранение и укрепление здоровья. 3) образовательный процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, сохранение и укрепление здоровья

Правильный ответ 2

21. Закончите фразу. Ответ следует записать с маленькой буквы, в именительном падеже.: Физическая подготовка, обеспечивающая необходимый уровень развития физических качеств для выполнения трудовой деятельности, называется_____:

Правильный ответ:; Профессионально-прикладная

22. Закончите фразу. Ответ следует записать с маленькой буквы, в именительном падеже.: Документ, который заполняют студенты для оценки своего самочувствия, называется _____

Правильный ответ: дневник самоконтроля

23. **Закончите фразу. Ответ следует записать с маленькой буквы, в именительном падеже.** Наука о здоровом образе жизни называется _____

Правильный ответ валеология

24. Закончите фразу. Ответ следует записать с маленькой буквы, в именительном падеже. … Для оценки состояния дыхательной системы используется

Правильный ответ проба Штанге

25. Установите соответствие. Определите соответствие (физические качества)

А. Сила

Б. Выносливость

В. Координационные способности

Г. Гибкость

1. Способность выполнять физические упражнения с наибольшей амплитудой движения

2. Точно, быстро, рационально выполнять двигательные действия в изменяющейся ситуации.

3. Способность продолжительное время выполнять работу на высоком уровне без снижения её эффективности

4. Способность преодолевать внешнее напряжение или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений)

Правильный ответ А- 4, Б-3, В-2, Г- 1

26. **Установите соответствие**. Определите соответствие (физкультурно-оздоровительные системы)

А. Система физических упражнений, выполняемых на улице, с использованием специального спортивного оборудования

Б. Система физических упражнений, выполняемых в водной среде как со специальным оборудованием, так и без него.

В. Система физических упражнений, направленная на предупреждение гипоксии

Г. Система физических упражнений, направленная на расстягивание мышц

Д. Система физических упражнений, предполагающая выполнение упражнений статического и динамического характера, направленных на физическое и духовное совершенствование

1.Йога

2.Дыхательная гимнастика

3.Стрейтчинг

4.Аквааэробика

5. Воркаут

Правильный ответ: А-5, Б-4 В-2, Г- 3, Д-1

27.Установите соответствие. Определите соответствие (физические способности) А. Развитие силы зависит от 1. Способности головного мозга быстро перерабатывать поступающую информацию Б. Развитие выносливости зависит от 2. Подвижности суставов и эластичности мышечно-связочного аппарата В. Координационные способности зависят от 3. Содержания тестостерона Г. Гибкость зависит от 4. Функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной системы

Правильный ответ А-3, Б-4 В-1, Г-2

28. Установите соответствие. Определите соответствие (физкультурно-оздоровительные системы)

А. Система физических упражнений, направленная на повышение подвижности в суставах

Б. Система статических физических упражнений, направленных на сокращение

В. Система физических упражнений, выполняемых в водной среде как со специальным оборудованием, так и без него.

Г. Система физических упражнений, направленная на расслабление и снятие психоэмоционального напряжения

Д. Система физических упражнений, включающая высокоинтенсивные и силовые тренировки

1.Антистрессовая пластическая гимнастика

2.Суставная гимнастика и растяжение мышц, разработанная американкой Кэллан Пинкни

3. Калланетика

4. Кроссфит

5. Аквааэробика

Правильный ответ А- 2, Б – 3, В-5, Г – 1, Д- 4

29. Установите соответствие: Определите соответствие (физические качества)

А. Для развития силовых способностей рекомендуются

Б. Для развития способности к выносливости рекомендуются

В. Для развития координационных способностей

Г. Для развития гибкости рекомендуются

1. Единоборства (каратэ, дзюдо, самбо), спортивные и подвижные игры

2. Стретчинг

3. Упражнения с отягощением: (гантелями, набивными мячами и т.п.), на тренажерах

4. Циклические упражнения: бег, ходьба, езда на велосипеде, ходьба на лыжах, плавание.

Правильный ответ А-3, Б-4 В-1, Г-2

30. **Установите соответствие**: Определите соответствие (физкультурно-оздоровительные системы)

А. Система физических упражнений, направленная на одновременное укрепление, растягивание, тонизирование мышц, первоначально используемая для реабилитации после травм

Б. Система физических упражнений, направленных на развитие силовых способностей

В. Система физических упражнений высокой интенсивности, разделенных интервалами отдыха на несколько частей и выполняемая на протяжении нескольких раундов

Г. Система физических упражнений, предполагающая выполнение упражнений преимущественно статического характера, направленных на физическое и духовное совершенствование

Д. Система физических упражнений, направленная на растягивание мышц

1. Йога

2. Пилатес

3.Стретчинг

4. Атлетическая гимнастика

5. Табата

Правильный ответ А- 2, Б-4, В- 5, Г-1 Д- 3

Инструкция по выполнению. При ответе на вопросы:

Выбрать один правильный ответ. Дополнить фразу, сопоставить, установить последовательность

Вопросы для самостоятельной подготовки к зачету

1.Понятие о системе физической культуры.

2. Цель и задачи системы физкультурного образования.

3. Физическая культура в профессиональной подготовке личности.

4. Учебные нормативы по физической культуре.
5. Основные нормативно-правовые документы по физической культуре и спорту федерального, регионального и местного уровня.
6. Медико-биологические основы физического воспитания и здоровый образ жизни.
7. Понятие об анатомии человека.
8. Физические упражнения как средство формирования скелета и мышц человека.
9. Влияние физических упражнений на физиологические и биохимические процессы человека.
10. Биомеханика физических упражнений (бег, плавание, прыжок в длину с места и др.).
11. Гигиенические требования и средства восстановления.
12. Основы медицинского контроля и самоконтроля в ходе выполнения физических упражнений.
13. Первая помощь при травмах.
14. Методы закаливания и поддержания здорового образа жизни.
15. Формирование межличностных отношений в процессе занятий физической культурой и спортом.
16. Формирование умственных, морально-волевых, психологических качеств на занятиях по физической культуре и спорту.
17. Информационные технологии в физической культуре и спорте.
18. Спортивный маркетинг, спортивное спонсорство, спортивное лицензирование.
19. Коммерциализация физической культуры и спорта.
20. Деятельность Международного олимпийского комитета, международных спортивных организаций.
21. Деятельность Олимпийского комитета России и спортивных федераций России.
22. Требования к организации и проведению учебных занятий по физической культуре.
23. Развитие и совершенствование физических и специальных качеств.
24. Профилактика предупреждения травматизма, меры предупреждения и правила по ведения на воде.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ

Комплект оценочных средств хранится на кафедре, подлежит обновлению по мере необходимости. Для промежуточной аттестации в виде экзамена каждое ОС по дисциплине обновляется и утверждается за 14 дней до начала сессионного периода и хранится в недоступном месте от несанкционированного доступа. Ответственность несет кафедра.

Порядок проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по ОПОП регламентируются Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования.

Текущий контроль успеваемости является формой контроля качества знаний обучающихся, осуществляемого в межсессионный период обучения с целью определения качества освоения ОПОП.

Текущий контроль успеваемости осуществляется: на лекциях, практических (семинарских) занятиях, в рамках контроля самостоятельной работы.

Обучающиеся заранее информируются о критериях и процедуре текущего контроля успеваемости преподавателями по соответствующей учебной дисциплине (модуля).

Успеваемость при текущем контроле характеризует объем и качество выполненной обучающимся работы по дисциплине (модулю).

Педагогические виды и формы, используемые в процессе текущего контроля успеваемости обучающихся, определяются методической комиссией кафедры. Выбираемый вид текущего контроля обеспечивает наиболее полный и объективный контроль (измерение и фиксирование) уровня освоения результатов обучения по дисциплине.

Преподаватели предоставляют сведения о текущей успеваемости обучающихся в рамках проведения текущей аттестации в семестре в деканаты/ учебный отдел института в сроки, определенные внутренними распорядительными документами института.

В целях обеспечения текущего контроля успеваемости преподаватель проводит консультации.

Преподаватель, ведущий занятия семинарского типа, проводит аттестацию обучающихся за прошедший период. Аттестация проводится, если проведено не менее 3 практических (семинарских) или лабораторных занятий, в установленные деканатом сроки, не реже 1 раза за учебный семестр. Обучающиеся аттестуются путем выставления в соответствующую групповую ведомость записей по системе: «аттестован» или «не аттестован».

Преподаватель, проставляя итоги текущей аттестации, доводит результаты аттестации до сведения студенческой группы и объясняет причины отрицательной аттестации по запросу обучающегося.

При аттестации обучающихся учитываются следующие факторы:

– результаты работы на занятиях, показанные при этом знания по дисциплине (модулю), усвоение навыков практического применения теоретических знаний, степень активности на практических (семинарских) занятиях;

– результаты и активность участия в семинарах и коллоквиумах;

– результаты выполнения контрольных работ;

– результаты и объем выполненных заданий в рамках самостоятельной работы обучающихся;

– результаты личных бесед со студентами по материалу учебной дисциплины (модуля);

– посещение студентами, семинарских и практических занятий, лабораторных работ;

– своевременная ликвидация задолженностей по пройденному материалу, возникших вследствие пропуска занятий либо неудовлетворительных оценок по результатам работы на занятиях.

– результаты прохождения контрольных точек по дисциплине.

Промежуточная аттестация обучающихся института является формой контроля результатов обучения по дисциплине с целью комплексного определения соответствия уровня и качества знаний, умений и навыков обучающихся требованиям, установленным образовательной программой.

Формирование оценки текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины осуществляется с использованием пятибалльной системы оценки знаний обучающихся.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций Процедуры оценивания включают в себя текущий контроль и промежуточную аттестацию.

Текущий контроль успеваемости проводится с использованием оценочных средств, представленных в п. 5 данного приложения. Результаты текущего контроля доводятся до сведения студентов до промежуточной аттестации. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. зачет проводится по расписанию экзаменационной сессии в письменном виде. Количество вопросов в задании – 30. Проверка ответов и объявление результатов производится в день зачета. Результаты аттестации заносятся в экзаменационную ведомость и зачетную книжку студента. Студенты, не прошедшие промежуточную аттестацию по графику сессии, должны ликвидировать задолженность в установленном порядке.

7. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Адаптированные оценочные материалы содержатся в адаптированной ОПОП. Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

Самостоятельная работа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и

инвалидов позволяет своевременно выявить затруднения и отставание и внести коррективы в учебную деятельность. Конкретные формы и виды самостоятельной работы обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов устанавливаются преподавателем. Выбор форм и видов самостоятельной работы, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов осуществляется с учетом их способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Формы самостоятельной работы устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге или на компьютере, в форме тестирования, электронных тренажеров и т.п.).

Основные формы представления оценочных средств – в печатной форме или в форме электронного документа. Для обучающихся с нарушениями зрения предусматривается возможность проведения текущего и промежуточного контроля в устной форме. Для обучающихся с нарушениями слуха предусматривается возможность проведения текущего и промежуточного контроля в письменной форме.

Таблица 7.1. Категории обучающихся с ОВЗ, способы восприятия ими информации и методы их обучения.

Категории обучающихся по нозологиям		Методы обучения
с нарушениями зрения	Слепые. Способ восприятия информации: осязательно-слуховой	Аудиально-кинестетические, предусматривающие поступление учебной информации посредством слуха и осязания.
	Слабовидящие. Способ восприятия информации: зрительно-осязательно-слуховой	Могут использоваться при условии, что визуальная информация будет адаптирована для лиц с нарушениями зрения: визуально-кинестетические, предполагающие передачу и восприятие учебной информации при помощи зрения и осязания; аудио-визуальные, основанные на представление учебной информации, при которых задействовано зрительное и слуховое восприятие; аудио-визуально-кинестетические, базирующиеся на представлении информации, которая поступает по зрительному, слуховому и осязательному каналам восприятие.
С нарушениями слуха	Глухие. Способ восприятия информации: зрительно-осязательный	визуально-кинестетические, предполагающие передачу и восприятие учебной информации при помощи зрения и осязания.
	Слабослышащие. Способ восприятия информации: Зрительно-осязательно-слуховой	Могут использоваться при условии, что аудиальная информация будет адаптирована для лиц с нарушениями слуха: аудио-визуальные, основанные на представление учебной информации, при которых задействовано зрительное и слуховое восприятие; аудиально-кинестетические, предусматривающие поступление учебной информации посредством слуха и осязания; аудио-визуально-кинестетические, базирующиеся на представлении информации, которая поступает по зрительному, слуховому и осязательному каналам восприятие.
С нарушениями опорно-двигательного аппарата	Способ восприятия информации: зрительно-осязательно-слуховой	– визуально-кинестетические; – аудио-визуальные; – аудиально-кинестетические; – аудио-визуально-кинестетические.

Таблица 7.2. – Способы адаптации образовательных ресурсов.

Условные обозначения:

«+» —образовательный ресурс, не требующий адаптации;

«АФ» — адаптированный формат к особенностям приема-передачи информации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ формат образовательного ресурса, в том числе с использованием специальных технических средств;

«АЭ»— альтернативный эквивалент используемого ресурса

Категории обучающихся по нозологиям		Образовательные ресурсы				
		Электронные				Печатные
		мультимедиа	графические	аудио	текстовые, электронные аналоги печатных изданий	
С нарушениями зрения	Слепые	АФ	АЭ (например, создание материальной модели графического объекта (3Dмодели)	+	АЭ (например, аудио описание)	АЭ (например, печатный материал, выполненный рельефно-точечным шрифтом Л. Брайля)
	Слабовидящие	АФ	АФ	+	АФ	АФ
С нарушениями слуха	Глухие	АФ	+	АЭ (например, текстовое описание, гиперссылки)	+	+
	Слабослышащие	АФ	+	АФ	+	+
С нарушениями опорно-двигательного аппарата		+	+	+	+	+

Таблица 7.3. - Формы контроля и оценки результатов обучения инвалидов и лиц с ОВЗ

Категории обучающихся по нозологиям	Форма контроля и оценки результатов обучения
С нарушениями зрения	– устная проверка: дискуссии, тренинги, круглые столы, собеседования, устные коллоквиумы и др.; – с использованием компьютера и специального ПО: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты, дистанционные формы, если позволяет острота зрения - графические работы и др.
С нарушениями слуха	– письменная проверка: контрольные, графические работы, тестирование, домашние задания, эссе, письменные коллоквиумы, отчеты и др.; – с использованием компьютера и специального ПО: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты, графические работы, дистанционные формы и др.
С нарушениями опорно-двигательного аппарата	– письменная проверка, с использованием специальных технических средств (альтернативных средства ввода, управления компьютером и др.): контрольные, графические работы, тестирование, домашние задания, эссе, письменные коллоквиумы, отчеты и др.; – устная проверка, с использованием специальных технических средств (средств коммуникаций): дискуссии, тренинги, круглые столы, собеседования, устные коллоквиумы и др.; – с использованием компьютера и специального ПО (альтернативных средств ввода и управления компьютером и др.): работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты, Графические работы, дистанционные формы - предпочтительнее обучающимся, ограниченным в передвижении и др.

7.1. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Текущий контроль и промежуточная аттестация обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ осуществляется с использованием оценочных средств, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации, в том числе с использованием специальных технических средств.

Текущий контроль успеваемости для обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ направлен на своевременное выявление затруднений и отставания в обучении и внесения коррективов в учебную деятельность. Возможно осуществление входного контроля для определения его способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала.

7.2. ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа. Промежуточная аттестация, при необходимости, может проводиться в несколько этапов. Для этого рекомендуется использовать рубежный контроль, который является контрольной точкой по завершению изучения раздела или темы дисциплины, междисциплинарного курса, практик и ее разделов с целью оценивания уровня освоения программного материала. Формы и срок проведения рубежного контроля определяются