Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Лысьвенский филиал
федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
**«Пермский национальный исследовательский
политехнический университет»**

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине
«Физическая культура и спорт»
Приложение к рабочей программе дисциплины

Направление подготовки: 20.03.01 Техносферная безопасность

Направленность (профиль) образовательной программы: Безопасность технологических процессов и производств

Квалификация выпускника: «Бакалавр»

Выпускающая кафедра: Общенаучных дисциплин

Форма обучения: Очная, заочная

Курс: 1 **Семестр**: 2

Трудоёмкость:
Кредитов по рабочему учебному плану: 2 ЗЕ
Часов по рабочему учебному плану: 72 ч.

Форма промежуточной аттестации:
Зачёт: 2 семестр

Лысьва 2024

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине является частью (приложением) к рабочей программе дисциплины. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине разработан в соответствии с общей частью фонда оценочных средств для проведения промежуточной аттестации основной образовательной программы, которая устанавливает систему оценивания результатов промежуточной аттестации и критерии выставления оценок. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине устанавливает формы и процедуры текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

1. Перечень контролируемых результатов обучения по дисциплине, объекты оценивания и виды контроля

Согласно РПД освоение учебного материала дисциплины запланировано в течение одного семестра. В дисциплине предусмотрены аудиторные занятия, а также самостоятельная работа студентов. В рамках освоения учебного материала дисциплины формируется компоненты компетенций знать, уметь, владеть, указанные в РПД, которые выступают в качестве контролируемых результатов обучения по дисциплине (табл. 1.1).

Контроль уровня усвоенных знаний, освоенных умений и приобретенных владений осуществляется в рамках текущего, рубежного и промежуточного контроля при изучении теоретического материала, собеседования и зачета. Виды контроля сведены в таблицу 1.1.

Таблица 1.1. Перечень контролируемых результатов обучения по дисциплине

Контролируемые результаты обучения по дисциплине (ЗУВы)	**Вид контроля**				
	Текущий		**Рубежный**		**Итоговый**
	С	**ТО**	**ОЛР**	**Т/КР**	**Зачёт**
Усвоенные знания					
З.1 знать основные дефиниции физической культуры;	С			Т	ТВ
З.2 знать научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни	С			Т	ТВ
З.3. знать основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	С			Т	ТВ
З.4. знать особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности	С			Т	ТВ
З.5. знать влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек	С			Т	ТВ
Освоенные умения					
У.1 уметь выполнять комплексы оздоровительной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики				КР	ПЗ
У.2 уметь выполнять различные общеразвивающие физические упражнения, а также упражнения профессионально-прикладной фи-				КР	ПЗ

Контролируемые результаты обучения по дисциплине (ЗУВы)	Вид контроля				
	Текущий		Рубежный		Итоговый
	С	ТО	ОЛР	Т/КР	Зачёт
зической подготовки					
У.3. уметь выполнять простейшие приёмы самомассажа и релаксации				КР	ПЗ
У.4. уметь осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой				КР	ПЗ
Приобретенные владения					
В.1 владеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте				КР	ПЗ
В.2 владеть методами самоконтроля занимающихся физическими упражнениями и спортом				КР	ПЗ
В.3 владеть ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности				КР	ПЗ

С - собеседование по теме; ТО - коллоквиум (теоретический опрос); КЗ - кейс-задача (индивидуальное задание); ОЛР - отчет по лабораторной работе; Т/КР - рубежное тестирование (контрольная работа); ТВ - теоретический вопрос; ПЗ - практическое задание; КЗ - комплексное задание экзамена.

Итоговой оценкой достижения результатов обучения по дисциплине является промежуточная аттестация в форме зачета, проводимая с учетом результатов текущего и рубежного контроля.

2 Виды контроля, типовые контрольные задания и шкалы оценивания результатов обучения

Текущий контроль успеваемости имеет целью обеспечение максимальной эффективности учебного процесса, управление процессом формирования заданных компетенций обучаемых, повышение мотивации к учебе и предусматривает оценивание хода освоения дисциплины. В соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, специалитета и магистратуры в ПНИПУ предусмотрены следующие виды и периодичность текущего контроля успеваемости обучающихся:

- входной контроль, проверка исходного уровня подготовленности обучаемого и его соответствия предъявляемым требованиям для изучения данной дисциплины;

- текущий контроль усвоения материала (уровня освоения компонента «знать» заданных компетенций) на каждом групповом занятии и контроль посещаемости лекционных занятий;

- промежуточный и рубежный контроль освоения обучаемыми отдельных компонентов «знать», «уметь» заданных компетенций путем компьютерного или

бланочного тестирования, контрольных опросов, контрольных работ (индивидуальных домашних заданий), защиты отчетов по лабораторным работам, рефератов, эссе и т.д.

Рубежный контроль по дисциплине проводится на следующей неделе после прохождения модуля дисциплины, а промежуточный – во время каждого контрольного мероприятия внутри модулей дисциплины;

- межсессионная аттестация, единовременное подведение итогов текущей успеваемости не менее одного раза в семестр по всем дисциплинам для каждого направления подготовки (специальности), курса, группы;
- контроль остаточных знаний.

2.1 Текущий контроль усвоения материала

Текущий контроль усвоения материала в форме собеседования или выборочного теоретического опроса студентов проводится по каждой теме. Результаты по 4-балльной шкале оценивания заносятся в книжку преподавателя и учитываются в виде интегральной оценки при проведении промежуточной аттестации.

2.2 Рубежный контроль

Рубежный контроль для комплексного оценивания усвоенных знаний, освоенных умений и приобретенных владений (табл. 1.1) проводится в форме рубежной контрольной работы и тестирования.

Рубежная контрольная работа

Запланирована 1 рубежная контрольная работа (КР) после освоения студентами учебных модулей дисциплины.

Задания первой КР:

1. Физическая культура. Понятие, ценности и роль в развитии общества.
2. Физическое воспитание. Задачи физического воспитания.
3. Спорт, физическая подготовка и их значение в жизни человека.
4. Двигательные умения и навыки, физические качества и их роль в двигательной деятельности человека.
5. Физическое развитие. Показатели физического развития.
6. Законодательство РФ о физической культуре и спорте.
7. Основные положения организации физического воспитания в вузе.
8. Роль двигательной активности в становлении и развитии человека. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующая система.
9. Физиологические и функциональные системы организма обеспечивающие движения.
10. Костно-мышечная система, позвоночник (влияние состояния отделов позвоночника на работу внутренних органов и систем организма). Физические упражнения предупреждающие нарушения осанки, восстанавливающие рессорные функции позвоночника.
11. Виды, структура и функции мышечной ткани, средства повышения мышечной силы.
12. Сердечно-сосудистая система. Функции, «факторы риска», их профилактика.
13. Особенности реакции сердечно-сосудистой системы на умственную и физическую нагрузку.

14. «Мышечный насос». Характеристика и его роль при различных физических нагрузках.

15. Дыхательная система. Строение и функциональные возможности при физических нагрузках. Правильное дыхание, значение кислорода и углекислого газа для организма.

16. Особенности питания при занятиях различными видами спорта, физических упражнений.

17. Нервная система. Процесс формирования двигательного навыка.

18. Утомление и восстановление, механизмы взаимодействия.

19. Взаимосвязь умственной и физической деятельности. Физические упражнения, способствующие улучшению мозгового кровообращения.

20. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.

21. Составляющие здорового образа жизни.

22. Рационализация умственного и физического труда. Предупреждение утомления и перегрузок. Целесообразность чередования умственного и физического труда.

23. Рациональное питание в здоровом образе жизни. Значение и содержание белков, жиров, углеводов, витаминов, воды и минеральных солей в питании студента.

24. Закаливание. Методы приучения и основные правила закаливания.

25. Личная гигиена, гигиена одежды и обуви.

26. Курение и его влияние на организм человека.

27. Алкоголь и его влияние на организм человека.

28. Наркомания, и ее последствия для человека.

29. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие.

30. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности студентов.

31. Методические принципы физического воспитания.

32. Средства и методы физического воспитания.

33. Основы обучения движениям. Этапы обучения.

34. Воспитание двигательных качеств (сила).

35. Воспитание двигательных качеств (быстрота).

36. Воспитание двигательных качеств (ловкость).

37. Воспитание двигательных качеств (выносливость).

38. Воспитание двигательных качеств (гибкость).

39. Формы и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.

40. Особенности занятий физическими упражнениями для женщин.

41. Зоны интенсивности физических нагрузок.

42. Самоконтроль занимающихся за состоянием своего организма. Дневник самоконтроля.

43. Оценка уровня физического развития (весоростовой показатель, силовой показатель).

44. Оценка уровня функциональной подготовленности (проба с приседанием, ортостатическая проба, пробы Штанге и Генча).

45. Обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.

46. Психофизиологическая характеристика вида спорта (плавание).

47. Психофизиологическая характеристика системы физических упражнений (ходьба, бег).

48. Психофизиологическая характеристика вида спорта (лыжные гонки).

49. Меры безопасности при занятиях различными видами спорта.

50. Профессионально-прикладная физическая подготовка, цели и задачи.

51. Профессионально-прикладная физическая подготовка, основные и дополнительные факторы определяющие ее содержание.

52. Производственная физическая культура. Использование средств физической культуры для снижения влияния неблагоприятных факторов профессиональной деятельности.

53. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

Рубежное тестирование
Вариант 1

1 . Дайте определение физической культуры:

А) физическая культура удовлетворяет биологические потребности;

Б) физическая культура – средство отдыха;

В) физическая культура – специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования личности;

Г) физическая культура – средство физической подготовки.

2. Недельной нормой двигательной активности студентов являются занятия физическими упражнениями в объеме:

А) 4-6 ч;

Б) 5-7 ч;

В) 16 ч;

Г) 10-12 ч.

3. Понятие, отражающее прикладную направленность физического воспитания:

А) физическое воспитание;

Б) физическое состояние;

В) физическая подготовка;

Г) физическая нагрузка.

4. Процесс психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности называется:

А) профессиональная подготовка;

Б) профессионально-прикладная подготовка;

В) профессионально-прикладная физическая подготовка;

Г) спортивно–техническая подготовка.

5. Физическое воспитание в вузе направлено на:

А) стремление ВУЗа в получении регалий и поднятия имиджа;

Б)подготовку гармонично развитых, высококвалифицированных специалистов;

В) контроль неправильного образа жизни студентов;

Г) пропаганду ЗОЖ.

6. Как называется побуждение к достижению физического совершенства и формированию здорового образа жизни?

А) мотивация;

Б) решимость;

В) смелость;

Д) активность.

7. Сколько длится программа занятий физической культурой для студентов очной формы обучения?

А)1 курс;

Б) 2 курса;

В) 3 курса;

Д) 4 курса.

8. К зачету допускаются студенты:

А) выполнившие все запланированные практические контрольные упражнения и нормативы;

Б) посетившие все лекционные занятия;

В) прошедшие медицинский осмотр;

Д) не пропустившие ни одного практического занятия.

9. Что представляет собой организм человека?

А) функциональная система аппаратов и систем;

Б) сложно организованная система тесно связанных элементов;

В) целостная система многочисленных элементов (клеток, тканей, органов, систем);

Г) много элементов, связанных в системе.

10. Виды мышц:

А) прямая облегающая, поперечно иссеченные и генеральная;

Б) сердечная мышца, гладкие, мышцы скелета;

В) большая мышца, сердечная, гладкие;

Г) поперечная большая, поперечная малая, сердечная и мышцы скелета.

11. Костная система состоит из:

А) из более 1000 костей, соединённых и пронизанных сосудами;

Б) из 300 костей, скрепленных костной тканью и мышцами;

В) из более 150 костей, соединенных клейким секретом и суставами;

Г) из более 200 костей, соединённых с помощью суставов в подвижные сочленения.

12. Функции крови:

А) транспортировка кислорода к клеткам;

Б) транспортировка питательных веществ;

В) выполняет регуляторную функцию, осуществляя перенос гормонов;

Г) перераспределение количества воды.

13. Дыхательная система это:

А) это комплекс физиологических процессов, а также потребление кислорода и выделение углекислого газа тканями живого организма;

Б) структура в форме пузырька, открывающегося в просвет респираторных бронхиол, составляющих респираторные отделы;

В) часть сосудистой системы у позвоночных животных, дополняющая сердечно-сосудистую систему;

Г) совокупность органов, обеспечивающих функцию внешнего дыхания человека.

14. Начальным этапом обмена веществ является:

А) термогенез;

Б) перцепция;

В) рефлексия;

Г) пищеварение.

15. Является ли организм человека целостной саморегулирующейся живой системой?

А) да;

Б) нет;

В) зависит от факторов окружающей среды;

Г) является, но в некоторых случаях есть исключения.

16. Главное условие здорового образа жизни:

А) общество;

Б) окружающая среда;

В) гигиена;

Г) физическое самовоспитание.

17. Что обеспечивает рациональное питание?

А) правильный рост и формирование организма;

Б) сохранение здоровья;

В) высокую работоспособность и продление жизни;

Г) все перечисленное

18. Что такое режим дня?

А) порядок выполнения повседневных дел;

Б) строгое соблюдение определенных правил;

В) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения;

Г) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых.

19. Работоспособность это:

А) врожденные умения человека;

Б) возможность человека выполнить целесообразную деятельность;

В) состояние болезни;

Г) способность противостоять утомлению

20. Что является компонентом для успешного выполнения любой деятельности?

А) вознаграждение;

Б) мотивация;

В) здоровый сон;

Г) правильное питание

Вариант 2

1.Что такое спорт:

А) составная часть физической культуры, специфической особенностью которой является собственно-соревновательная деятельность и подготовка к ней со стремлением занимающихся к достижению возможно более высокого результата;

Б) составная часть спорта, охватывающая широкие массы людей, практически занимающихся спортом;

В) составная часть спорта, охватывающая избранную часть людей, спортивная деятельность которых превращается в основную, занимающую доминирующее положение в определённом периоде жизни;

Г) совокупность специально подобранных физических упражнений, регулярные занятия которыми могут содействовать укреплению здоровья, коррекции телосложения, обеспечению двигательной активности.

2. Какие системы классификаций видов спорта вы знаете:

А) «Олимпийская классификация», военно-прикладные и служебно-прикладные виды спорта;

Б) по характеру двигательной активности в соревнованиях;

В) по количеству участников состязания и особенностям взаимодействия;

Г) все вышеперечисленное.

3. Сколько всего классификаций видов спорта по характеру двигательной активности в соревнованиях:

А) 2 группы;

Б) 5 групп;

В) 6 групп

Г) 8 групп;

4. Что является важным показателем спортивного мастерства:

А) интуиция спортсмена;

Б) его физическая активность;

В) ум спортсмена;

Г) активность тактических действий спортсмена.

5. Физическую подготовленность можно условно подразделить:

А) на общую подготовленность;

Б) вспомогательную подготовленность;

В) универсальную подготовленность;

Г) специальную подготовленность

6. Сколько человек в команде по баскетболу?

А) 8;

Б) 5;

В) 9;

Г) 4.

7. Спорт высших достижений - это:

А) составная часть физкультуры, охватывающая широкие массы людей, практически занимающихся спортом;

Б) многогранное общественное явление, составляющее неотъемлемый элемент культуры общества, одно из средств и методов всестороннего гармонического развития человека, укрепления его здоровья;

В) составная часть спорта, охватывающая избранную часть людей, спортивная деятельность которых превращается в основную, занимающую доминирующее положение в определённом периоде жизни;

Г) процесс приобщения к спорту, его распространение и развитие в обществе.

8. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательными и другим умениям и навыкам, а также их дальнейшее совершенствование обозначается как:

А) тренировка;

Б) методика;

В) система знаний;

Г) педагогическое воздействие

9. Спортивная игра 2х команд по 6 человек в каждой. Игроки одной команды направляют мяч через сетку другой команде:

А) хоккей;

Б) футбол;

В) волейбол;

Г) баскетбол

10. Что входит в текущее планирование системы физических упражнений:

А) постепенное усложнение задач;

Б) увеличивается число тренировок из года в год;

В) увеличение нагрузок;

Г) оптимизация учебно-тренировочного процесса

11. Назовите высоту сетки в волейболе для мужчин:

А) 2 м 43 см;

Б) 2 м 45 см;

В) 2 м 47 см;
Г) 2 м 50 см

12. Назовите высоту сетки в волейболе для женщин:
А) 2 м 24 см;
Б) 2 м 45 см;
В) 2 м 47 см;
Г) 2 м 50 см.

13. При дозировании физической нагрузки необходимо учитывать такие факторы, как:
А) амплитуда движений;
Б) количество повторений упражнения;
В) степень сложности упражнения;
Г) все вышеперечисленные.

14. Основные формы самостоятельных занятий:
А) упражнения в течение учебного дня;
Б) самостоятельные тренировочные занятия в свободное время;
В) утренняя гигиеническая гимнастика;
Г) все вышеперечисленные

15. Частота пульса здорового нетренированного человека в состоянии покоя обычно колеблется у женщин в пределах:
А) 75-80 уд/мин;
Б) 70-75 уд/мин;
В) 65-70 уд/мин;
Г) 60-65 уд/мин.

16. Частота пульса здорового нетренированного человека в состоянии покоя обычно колеблется у мужчин в пределах:
А) 75-80 уд/мин;
Б) 70-75 уд/мин;
В) 65-70 уд/мин;
Г) 60-65 уд/мин

17. Какие из перечисленных ниже задач относятся к ППФП? Укажите несколько вариантов ответа:
А) улучшение условий труда;
Б) обеспечение высокого уровня профессиональной работоспособности;
В) формирование знаний техники безопасности на предприятии;
Г) формирование профессионально важных психофизических качеств

18. Для чего нужна будущему специалисту специальная психофизическая подготовка к профессии?
А) для быстрого запоминания, выразительной речи;
Б) это связано с влиянием современной роботизацией труда и быта на жизнедеятельность человека, с изменением функциональной роли человека в совре-

менном производстве;

В) для привычек использования физической культуры и спорта в прикладных целях;

Г) для укрепления центрально-нервной и сердечнососудистой, дыхательной и мышечной систем, системы терморегуляции.

19. Согласно Государственному Образовательному Стандарту высшего профессионального образования лица, завершившие обучение по дисциплине «Физическая культура», должны:

А) понимать роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;

Б) знать научные основы физической культуры и здорового образа жизни;

В) иметь опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;

Г) все вышеперечисленные варианты ответов верны

20. Что включают в себя средства ППФП студентов в вузах?

А) выносливость, быстрота ума, способность принимать решения в короткое время;

Б) гиподинамия, зрение;

В) физические упражнения, естественные факторы природы, гигиенические факторы;

Г) вестибулярный аппарат.

Правильные ответы:

Вариант 1	**Вариант 2**
	1-А
1-А	2-Г
2-Б	3-В
3-В	4-Г
4-В	5-А
5-В	6-Б
6-А	7-В
7-В	8-Б
8-А	9-В
9-БВ	10-Г
10-Б	11-А
11-Г	12-А
12-АБВ	13-Г
13-АГ	14-Г
14-Г	15-А
15-А	16-В
16-Г	17-АБГ
17-Б	18-Б
18-Б	19-Г
19-БГ	20-В
20-Б	

2.3 Промежуточная аттестация (итоговый контроль)

Допуск к промежуточной аттестации осуществляется по результатам текущего и рубежного контроля. Условиями допуска являются успешная сдача индивидуального задания и положительная интегральная оценка по результатам текущего и рубежного контроля.

2.4.1 Процедура промежуточной аттестации без дополнительного аттестационного испытания

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Зачет по дисциплине основывается на результатах выполнения предыдущих индивидуальных заданий студента по данной дисциплине.

Критерии выведения итоговой оценки за компоненты компетенций при проведении промежуточной аттестации в виде зачета приведены в общей части ФОС образовательной программы.

2.4.2 Процедура промежуточной аттестации с проведением аттестационного испытания

В отдельных случаях (например, в случае переаттестации дисциплины) промежуточная аттестация в виде зачета по дисциплине может проводиться с проведением аттестационного испытания по билетам. Билет содержит теоретические вопросы (ТВ) для проверки усвоенных знаний, практические задания (ПЗ) для проверки освоенных умений и комплексные задания (КЗ) для контроля уровня приобретенных владений всех заявленных компетенций.

Билет формируется таким образом, чтобы в него попали вопросы и практические задания, контролирующие уровень сформированности заявленной компетенции.

2.4.2.1 Вопросы для зачета по дисциплине

МОДУЛЬ 1 Физическая культура и спорт

1. Средства и методы физического воспитания.
2. Методические принципы физического воспитания.
3. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
4. Понятие, структура и содержание физического качества. Сенситивные периоды развития. Методы оценки выраженности (контрольные упражнения, тесты, сопоставительные таблицы). Гендерные и возрастные особенности студентов, которые необходимо учитывать при составлении дифференцированных и индивидуальных программ развития физических качеств.
5. Выносливость. Методы развития выносливости.
6. Сила. Методы развития силовых способностей.
7. Гибкость. Методы развития гибкости.
8. Быстрота. Средства и методы развития скоростных способностей.
9. Ловкость. Методы развития координационных способностей.
10. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.
11. Производственная физическая культура, ее цели и задачи, методические основы.
12. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
13. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду.

14. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства.

15. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП.

16. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленности студентов.

17. Особенности ППФП студентов по избранному направлению обучения бакалавра.

18. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности для будущего специалиста.

19. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.

20. Студенческий спорт. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе.

21. Современные популярные системы физических упражнений.

22. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.

23. Характеристика особенностей воздействия данного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и подготовленность, психические качества и свойства личности.

24. Специфические особенности избранного вида спорта как вида двигательной деятельности. Ведущие физические качества и двигательные способности, характерные для избранного вида спорта.

25. Технология планирования учебно-тренировочного процесса.

26. Основные стороны спортивной подготовки.

27. Организация и структура отдельного учебно-тренировочного занятия.

28. Виды и методы контроля за эффективностью учебно-тренировочных занятий.

29. Внешние признаки, показатели пульса и дыхания для контроля и регулирования интенсивности физической нагрузки.

30. Основные составляющие учебно-тренировочных занятий (физическая, техническая, тактическая, теоретическая, психологическая, интегральная подготовка).

31. Планирование нагрузки в зависимости от задач учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта. Виды планирования и методика их составления.

32. Спортивная классификация и правила соревнований по избранному виду спорта.

МОДУЛЬ 2 Основы военной подготовки

1) Перечислите, что включено в предмет «Основы военной подготовки»?

2) Перечислите, что входит в общевоинские уставы Вооруженных сил РФ?

3) Перечислите перечень лиц, в отношении которых запрещено применять огнестрельное оружие?

4) Военнослужащий Петров 20 октября 2023 года принял присягу, а 15 октября 2023 года командир роты Иванов назначил рядового Петрова в состав караула воинской части. Правомерны ли действия командира роты? Объясните ответ.

5) Во время дежурства в наряде по штабу, дежурному Иванову поступила срочная телеграмма для генерал-майора Спиридонова. Дежурный Иванов от-

правляет с текстом телеграммы посыльного Петрова к генерал-майору Спиридонову. Во время движения по территории части рядовой Петров увидел Спиридонова, который о чем-то разговаривал с генерал-лейтенантом Мухиным. Как должен поступить рядовой Петров, чтобы передать срочную телеграмму?

6) Кто распределяет территорию и помещения между подразделениями в полку?

7) Какой объем воздуха полагается при размещении в спальном помещении на каждого военнослужащего проходящего службу по призыву(кроме проходящих службу на корабле)?

8) Разрешается ли военнослужащим срочной службы хранить в прикроватной тумбочке сухие пайки и продукты питания?

9) Кого могут назначить дежурным по роте?

10) В каких случаях сержантов и старшин разрешается назначить дневальными по роте?

11) Какая команда подается дневальным по роте, в случае прибытия в помещение роты, командира роты?

12) Какая команда подается дневальным по роте, в случае прибытия в помещение роты, старшины роты?

13) Кому подчиняется дежурный по роте?

14) Что должен сделать военнослужащий получив стрелковое оружие?

15) Опишите порядок проверки стрелкового оружия, на наличие патрона в патроннике?

16) Разрешается ли направлять ствол учебного автомата Калашникова в сторону входной двери в класс?

17) Разрешается ли снимать АК-74 с предохранителя в тире, на исходном рубеже?

18) Правильно ли поступил рядовой Иванов, оставив свой АК-74 в помещении раздевалки, в шкафчике для одежды, а сам ушел на склад получать лыжи? Объясните почему.

19) Как должен поступить военнослужащий при возникновении «затяжного выстрела»?

21) Что должен сделать военнослужащий при обнаружении патрона у которого имеются следы окиси?

22) Обязательно ли ставить оружие на предохранитель, если во время выполнения стрельб военнослужащему необходимо между этапами сделать прыжки и кувырки?

23) Во время проведения учебных стрельб из АК-74, на мишенном поле от трассирующих пуль загорелась сухая трава и резиновые шины, при этом у военнослужащих на «огневом рубеже» осталось в магазинах по 15 патронов. Разрешается ли им продолжить выполнение учебных стрельб?

24) Можно ли расчехлять оружие или извлекать его из кобуры на стрельбище?

25) Что означает поднятый на командном пункте флаг белого цвета?

26) По какой команде руководителя стрельб разрешено открывать стрельбу из оружия?

27) По каким командам руководителя стрельб прекращается стрельба из оружия?

28) У рядового Иванова на исходном рубеже зазвонил мобильный телефон. Иванов ответил на данный телефонный звонок, так как находился только на исходном рубеже и не выдвинулся на рубеж открытия огня. Правильно ли поступил Иванов?

29) Рядовой Петров находясь на стрельбище, получил патроны к АК-74, самостоятельно снарядил патронами магазин и зарядил оружие. Правильно ли поступил Петров и почему?

30) Допускается ли держать палец на спусковом крючке АК-74 во время выполнения упражнения при передвижении?

31) Как обозначаются границы стрельбища открытого типа на местности?

32) Разрешается проведение стрельб в условиях ограниченной видимости, если с места руководителя стрельб не видно основное и опасное направление стрельб?

33) Какие помещения должны быть предусмотрены для размещения роты?

34) Для чего в гарнизоне создается комендантская служба?

35) Для чего в гарнизоне создается караульная служба?

36) Перечислите виды караулов?

37) Каким количеством боеприпасов обеспечивается караул вооруженный АК-74 и ПМ?

38) Каким количеством боеприпасов обеспечивается караул вооруженный карабинами?

39) Кто имеет право сменить или снять с поста часового?

40) Разрешено ли часовому прислоняться к чему-либо?

41) Что должен сделать часовой, в случае приближения к посту человека и пересечения им в последующем запретной границы поста?

42) Какой калибр у АК-74?

43) Входит ли штык-нож в перечень основных частей АК-74?

44) Назовите виды пуль применяемые для стрельбы из АК-74?

45) Емкость магазина АК-74?

46) Входит ли антабка в перечень основных частей АК-74?

47) Какой калибр у РПК?

48) Емкость коробчатого магазина РПК?

49) Емкость барабанного магазина РПК?

50) Назовите виды пуль применяемые для стрельбы из РПК?

51) Калибр пистолета Макарова?

52) Емкость магазина ПМ?

53) Вес патрона для ПМ?

54) Масса ПМ?

55) Является ли боевая пружина основной частью ПМ?

56) Калибр РПГ-7?

57) Является ли ударно-спусковой механизм с предохранителем основной частью РПГ-7?

58) Является ли сумка с 2 или 3 гранатами основной частью РПГ-7?

59) Назовите виды ручных гранат?

60) К какому виду относится ручная граната РГД-5?

61) К какому виду относится ручная граната Ф1?

62) Из чего состоит ручная граната?

63) Кто является Верховным Главнокомандующим Вооруженных Сил РФ?

64) Какие виды войск входят в состав Вооруженных Сил РФ?

65) Какие рода войск входят в состав Вооруженных Сил РФ?

66) Какие танки в настоящее время состоят на вооружении сухопутных войск РФ?

67) Какие истребители состоят на вооружении в Военно-воздушных силах РФ?

68) Назовите основные виды общевойскового боя?

69) Как называется разновидность наступательного боя, в котором обе стороны стремятся выполнить поставленные задачи наступлением?

70) Как называется разновидность оборонительного боя, который обычно является следствием неблагоприятно сложившейся обстановки при отражении удара превосходящих сил противника, либо неудачного встречного боя?

71) Назовите основные способы ведения общевойскового боя?

72) Назовите составные части общевойскового боя?

73) Назовите виды маневра?

74) Как называется маневр осуществляемый в целях выхода во фланг противнику?

75) Как называется маневр осуществляемый для выхода в тыл к противнику?

76) Какой глубины должен быть окоп для стрельбы с колена?

77) Какой глубины должен быть окоп для стрельбы стоя?

78) Как называется фортификационное сооружение предназначенное для ведения огня, наблюдения и укрытого сообщения?

79) Как называется фортификационное сооружение предназначенное для укрытого перемещения личного состава с переднего края в тыл и соседние подразделения?

80) Какие танки и какое их количество находится на вооружении в танковом батальоне США?

81) Какова штатная численность мотопехотного батальона США?

82) Какие танки и какое их количество находится на вооружении в танковом батальоне Германии?

83) Какие боевые машины пехоты (БМП) и какое их количество находится на вооружении в мотопехотном батальоне Германии?

2.4.2.2 Шкалы оценивания результатов обучения на зачете

Оценка результатов обучения по дисциплине в форме уровня сформированности компонентов *знать, уметь и владеть* заявленных компетенций проводится в режиме «зачтено» и «не зачтено».

Типовые шкала и критерии оценки результатов обучения при сдаче зачёта для компонентов *знать, уметь и владеть* приведены в общей части ФОС бакалаврской программы.

3. Критерии оценивания уровня сформированности компонентов и компетенций

3.1. Оценка уровня сформированности компонентов компетенций

При оценке уровня сформированности компетенций в рамках выборочного контроля при зачете считается, что *полученная оценка за компонент проверяемой в билете компетенции обобщается на соответствующий компонент всех компетенций, формируемых в рамках данной учебной дисциплины*.

Общая оценка уровня сформированности всех компетенций проводится путем агрегирования оценок, полученных студентом за каждый компонент формируемых компетенций, с учетом результатов текущего и рубежного контроля в виде интегральной оценки по 4-х балльной шкале. Все результаты контроля заносятся в оценочный лист и заполняются преподавателем по итогам промежуточной аттестации.

Форма оценочного листа и требования к его заполнению приведены в общей части ФОС образовательной программы.

При формировании итоговой оценки промежуточной аттестации в форме зачета используются типовые критерии, приведенные в общей части ФОС образовательной программы.