

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Смышнов Константин Михайлович

Должность: Декан факультета физической культуры и спорта

Дата подписания: 18.06.2026 12:44:38

Уникальный программный ключ:

929927c8ae4e55eb4d3ec0e00ff6bb638ca5a4df

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической
культуры и спорта, кандидат
педагогических наук, доцент

Смышнов К.М.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности

Направление подготовки	<u>49.03.01 Физическая культура</u>	
Направленность (профиль)	<u>Спортивная тренировка</u>	
Год начала обучения	<u>2026</u>	
Форма обучения	очная	заочная
Реализуется в семестре	<u>6</u>	<u>8</u>

Введение

1. Назначение: данный фонд оценочных средств предназначен для оценки уровня сформированности компетенций обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура с профилем подготовки «Спортивная тренировка», по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности».

2. ФОС является приложением к программе дисциплины (модуля) Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности.

3. Разработчик: Лукина Людмила Борисовна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры оздоровительной и адаптивной физической культуры факультета физической культуры и спорта

4. Проведена экспертиза ФОС.

Члены экспертной группы:

Председатель: Грудницкая Н.Н. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры образовательных технологий физической культуры и спорта факультета физической культуры и спорта – председатель УМК ФФКС.

Члены экспертной группы:

Смышнов К.М. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики спорта ФФКС, и.о. декана факультета физической культуры и спорта.

Денисенко В.С. – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики спорта, и.о. заместителя декана ФФКС по учебной работе.

Представитель организации-работодателя – Абдуллаев И.М., заместитель министра физической культуры и спорта Ставропольского края.

Экспертное заключение: фонд оценочных средств соответствует ОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Спортивная тренировка» и рекомендуется для оценивания уровня сформированности компетенций студентов по дисциплине «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности».

5. Срок действия ФОС определяется сроком реализации образовательной программы.

1. Описание критериев оценивания компетенции на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенция(ии), индикатор (ы)	Дескрипторы			
	Минимальный уровень не достигнут (Неудовлетворительно) 2 балла	Минимальный уровень (удовлетворительно) 3 балла	Средний уровень (хорошо) 4 балла	Высокий уровень (отлично) 5 баллов
<i>Компетенция: ОПК-5</i>				
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> И Д - 1 О П К - 5 Демонстрирует знание духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности.	Имеет фрагментарные знания о духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности	Имеет общее представление о духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности	Имеет базовые знания о духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности	В полном объеме демонстрирует знания духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> И Д - 2 О П К - 5 Осуществляет отбор диагностических средств для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся.	Частично сформированы умения отбора современных диагностических средства для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся физической культурой	В целом сформированы, но не систематизированы умения отбора современных диагностических средства для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся физической культурой	В достаточной степени сформированы умения отбора современных диагностических средства для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся физической культурой	В полном объеме сформированы умения отбора современных диагностических средства для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся физической культурой
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i>	Частично сформированы владения применения средств и методов	В целом сформированы, но не систематизированы владения применения	В достаточной степени, на базовом уровне сформированы владения применения	В полном объеме сформированы владения применения средств и

ИД-3 _{ОПК-5} Применяет средства и методы профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта	профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта.	средств и методов профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта.	средств и методов профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта.	методов профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта.
--	--	--	--	--

Компетенция: ОПК-7

Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> И Д - 1 _{ОПК-7} Демонстрирует знания техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности	Имеются фрагментарные знания техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	Имеет общее представление о технике безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	Имеет базовые знания техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности.	В полном объеме демонстрирует знания техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> И Д - 2 _{ОПК-7} Обеспечивает подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта	Частично сформированы умения обеспечивать подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта.	В целом сформированы, но не систематизированы умения обеспечивать подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному	В достаточной степени сформированы умения обеспечивать подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым	В полном объеме сформированы умения обеспечивать подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта.

по избранному и базовым видам спорта.		и базовым видам спорта.	видам спорта.	
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> И Д - 3 О П К - 7 Проводит инструктаж по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях.	Частично сформированы владения проведением инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях.	В целом сформированы, но не систематизированы владения проведением инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях.	В достаточной степени, на базовом уровне сформированы владения проведением инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях.	В полном объеме демонстрирует владение проведением инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях.
<i>Компетенция: ОПК-16</i>				
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> И Д - 1 О П К - 16 Использует современные информационные технологии и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности	Имеются фрагментарные знания о возможностях современных информационных технологий и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности.	Имеет общее представление о возможности современных информационных технологий и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности.	Имеет базовые знания возможностей современных информационных технологий и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности.	В полном объеме владеет знаниями возможностей современных информационных технологий и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности.
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> И Д - 2 О П К - 16 Обоснованно выбирает современные информационные технологии, ориентируясь	Частично сформированы навыки выбора современных информационных технологий, ориентируясь на задачи профессиональной деятельности.	В целом сформированы, но не систематизированы навыки выбора современных информационных технологий, ориентируясь на задачи профессиональной деятельности.	В достаточной степени, на базовом уровне сформированы навыки выбора современных информационных технологий, ориентируясь на задачи профессиональной деятельности.	В полном объеме сформированы навыки выбора современных информационных технологий, ориентируясь на задачи профессиональной деятельности.

на задачи профессиональной деятельности.		ной деятельности.	ной деятельности	
Результаты обучения по дисциплине (модулю): <i>Индикатор:</i> И Д - 3 О П К - 1 6 Владеет навыками применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности	Частично сформированы владения применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.	В целом сформированы, но не систематизированы владения применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.	В достаточной степени, на базовом уровне сформированы владения применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.	В полном объеме сформированы владения применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.

Оценивание уровня сформированности компетенции по дисциплине осуществляется на основе «Положения о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры - в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет» в актуальной редакции.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕРКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ

Номер задания	Правильный ответ	Содержание вопроса	Компетенция
Семестр: офо – 6; зфо-8			
Тестовые задания			
1.	a	Освоение индивидом социальных норм и культурных ценностей представляет собой: a) Процесс социализации b) Мобильность личности в социуме c) Социальную дифференциацию d) Личностную сомореализацию	ОПК-5
2.	b	Сознательное участие человека в общественной жизни характеризует его прежде всего как: a) Индивидуальность b) Личность c) Творца d) Индивида	ОПК-5
3.	a	Социальная роль личности - это... a) ожидаемое поведение, ассоциируемое с социальным статусом личности b) совокупность наиболее значимых и характерных черт личности, входящих в какую-либо социальную общность c) способность к преодолению бессознательных влечений в процессе социализации	ОПК-5
4.	c	Приобретение черт и свойств личности, необходимых для группового и собственного развития (по А.В.Петровскому), характерно для такой фазы социального развития, как... a) детства b) зрелость c) юность d) старость	ОПК-5
5.	a	Объективно присущие физической культуре свойства, позволяющие воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и	ОПК-5

		развивать определенные потребности личности и общества называются ... a) функциями физической культуры b) принципами физической культуры c) методами физической культуры d) средствами физической культуры	
6.	b	Достигнутые результаты в физическом совершенствовании человека и степень использования приобретенных двигательных качеств, навыков и специальных знаний в повседневной жизни, характеризуют ... a) Физическое образование субъекта b) Физическую культуру личности c) Физическое развитие индивида d) Физическое совершенство человека	ОПК-5
7.	c	Назовите основные показатели развития физической культуры личности. a) культура движений и широкий фонд жизненно необходимых двигательных умений и навыков (бег, прыжки, метания, плавание, передвижения на лыжах) b) гигиенические навыки и привычки повседневно заботиться о своем здоровье, закаливании организма, физической подготовленности c) уровень физических качеств; знания в области физической культуры мотивы и интересы к физическому совершенствованию; соблюдение гигиены и режима d) росто-весовые показатели	ОПК-5
8.	c	Какие задачи умственного развития обучающихся решаются в процессе физического воспитания? a) Расширение и углубление специальных знаний в сфере физической культуры. b) Обогащение специальными знаниями, относящимися к сфере физической культуры и спорта; развитие познавательных и творческих способностей. c) Содействие творческим проявлениям личности, в том числе в самопознании и самовоспитании, средствами физической культуры и спорта. d) Формирование осмысленного отношения к занятиям физической культурой.	ОПК-5

9.	с	Что понимается под мобилизационными ценностями физической культуры? а) все то, что наработано специалистами для обеспечения процесса физической и спортивной подготовки занимающихся б) личные достижения в двигательной подготовленности человека с) способность к рациональной организации времени, внутренняя дисциплина, собранность, быстрота оценки ситуации и принятия решения, настойчивость д) развитие потребности в физическом совершенствовании	ОПК-5
10.	а, b, d	Ведущий фактор, влияющий на развитие личности – это а) среда б) наследственность с) материальное положение д) воспитание	ОПК-5
11.	Конструктивный	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Умение преподавателя планировать и прогнозировать физическое развитие обучаемых, формировать у них личностные качества — этокомпонент деятельности педагога	ОПК-5
12.	Мотив	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Побуждение к действию, связанное с удовлетворением осознаваемой потребности субъекта и вызывающее его активность в деятельности, поведении, общении – это...	ОПК-5
13.	Мотивация	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Система саморегуляции деятельности, поведения и общения субъекта включает в себя потребности, мотивы, цель – это...	ОПК-5
14.	Направленность личности	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Относительно цельная мотивация, при которой потребности, мотивы и цели взаимосвязаны и взаимообусловлены – это...	ОПК-5
15.	Самовоспитание	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Способность к совершенствованию своих положительных качеств и преодоление отрицательных называют...	ОПК-5
16.	Субъект	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Познающий и действующий человек, для которого характерно активное взаимодействие со средой, обмен влияниями: не только принятие ценностей среды, но и утверждение в ней своих взглядов, своего значения – это...	ОПК-5

17.	Личностный смысл	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Индивидуализированное отражение действительного отношения личности к тем объектам, ради которых развёртывается её деятельность, осознаваемое как «значение-для-меня» - это...	ОПК-5
18.	Развитие	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Процесс количественных и качественных изменений в организме, интеллектуальной и духовной сфере человека, обусловленный влиянием внешних и внутренних, управляемых и неуправляемых факторов – это...	ОПК-5
19.	Самооценка	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей – это ...	ОПК-5
20.	Установка	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Готовность личности к определенной активной деятельности, которая зависит от потребностей и конкретных условий, — это...	ОПК-5
21.	Физическое воспитание	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Процесс формирования потребности в занятиях физическими упражнениями в интересах всестороннего развития личности, формирования положительного отношения к физической культуре, выработка ценностных ориентаций, убеждений, вкусов, привычек, склонностей – это...	ОПК-5
22.	Волевые качества	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Целеустремлённость, настойчивость, упорство, дисциплинированность, решительность инициатива, самостоятельность, выдержка, самообладание – это...	ОПК-5
23.	Стойкость	Для тренировки какого качества лучше всего подходят упражнения, которые содержат элементы преодоления значительных внешних и внутренних трудностей, выполняются в неблагоприятных метеорологических условиях, требуют значительного нервного напряжения?	ОПК-5
24.	Самовоспитание	Каким термином обозначается творческая активная деятельность человека, имеющая целью совершенствование физических, интеллектуальных и духовных качеств, борьбу против собственных отрицательных сторон характера и других недостатков?	ОПК-5
25.	Общественный, личный	Говоря о ценностном потенциале физической культуры и спорта, необходимо иметь в виду два уровня ценностей, назовите их?	ОПК-5

26.	Физическое воспитание	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Составная часть образовательного процесса, способствующая формированию физических, морально-психологических и нравственных качеств личности обучающихся, - это ...	ОПК-5
27.	Профилактика	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Совокупность мер по укреплению здоровья, предупреждению и устранению причин заболеваний человека – это ...	ОПК-5
28.	Физическое образование	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Системное овладение человеком в процессе специального обучения рациональных способов управления собственными движениями, приобретение необходимого в жизни фонда умений, навыков и связанных с ними знаний – это...	ОПК-5
29.	Принцип содействия всестороннему и гармоничному развитию личности	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Принцип физического воспитания, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно–эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью – это...	ОПК-5
30.	Отклоняющееся (девиантное) поведение	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Социальное поведение, не соответствующее имеющейся норме или набору норм, принятых значительной частью людей в группе или сообществе – это...	ОПК-5
1.	a, b, c	Профилактика спортивных травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата включает: а) полноценную разминку b) соблюдение санитарно-гигиенических норм занятий c) соблюдение методических принципов занятий d) форсирование нагрузок e) неблагоприятные климатические условия f) раннее начало тренировок после травм и заболеваний	ОПК -7
2.	c	Какие учащиеся и спортсмены допускаются к урокам физической культуры и занятиям спорта? а) прошедшие инструктаж по технике безопасности b) прошедшие медицинский осмотр c) прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности	

3.	a	Чем регламентируются гигиенические нормы и требования? a) специальными санитарно-гигиеническими правилами (нормами) - СанПИН b) распоряжением директора школы c) инструкцией учителя физической культуры (тренера) d) учебной программой	ОПК -7
4.	a	Использование элементов спорта в качестве средства и метода здорового отдыха, развлечения, активного восстановления работоспособности классифицируется как: a) оздоровительно-рекреативный спорт b) детско-юношеский спорт c) «обще-кондиционный» спорт d) спорт для взрослых	ОПК -7
5.	b	Для определения соответствия величины физической нагрузки состоянию занимающихся и её дозированию проводится: a) хронометраж b) пульсометрия c) опрос d) тестирование	ОПК -7
6.	d, c, d	Целесообразно проведение занятий физической культурой при: a) t-10°C скорость движения воздуха 4 м/сек. b) t-15°C скорость движения воздуха 2 м/сек. c) t-18°C скорость движения воздуха 3 м/сек. d) t-19°C скорость движения воздуха 1 м/сек. e) t-13°C скорость движения воздуха 5 м/сек.	ОПК -7
7.	a	Использование элементов спорта в качестве средства и метода здорового отдыха, развлечения, активного восстановления работоспособности классифицируется как: a) оздоровительно-рекреативный спорт b) детско-юношеский спорт c) «общекондиционный» спорт d) спорт для взрослых	ОПК -7
8.	c	Профилактика первичная – это	ОПК -7

		a) комплекс медицинских мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний b) комплекс немедицинских мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний c) комплекс медицинских и немедицинских мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний	
9.	d	Профилактика вторичная – это... a. комплекс медицинских мер, направленных на раннее выявление и предупреждение обострений, осложнений и хронизации заболеваний b. комплекс социальных мер, направленных на раннее выявление и предупреждение обострений, осложнений и хронизации заболеваний c. комплекс медицинских, санитарно-гигиенических и психологических мер, направленных на раннее выявление и предупреждение обострений, осложнений и хронизации заболеваний d. комплекс медицинских, социальных, санитарно-гигиенических и психологических и иных мер, направленных на раннее выявление и предупреждение обострений, осложнений и хронизации заболеваний	ОПК -7
10.	b	Перечислите основные задачи первой доврачебной помощи, оказываемой пострадавшему? a) временная остановка кровотечения, наложение кровоостанавливающего жгута b) проведение мероприятий по ликвидации угрозы для жизни, предупреждение осложнений, обеспечение благоприятных условий для транспортировки c) применение техники искусственного дыхания, непрямого массажа сердца, наложение бинтовых повязок, жгутов, иммобилизации d) улучшение или восстановление сердечной деятельности и дыхания	ОПК -7
11.	c	В чем заключается первая помощь при ранениях? a) наложение повязки и транспортной шины b) введение противостолбнячной сыворотки c) остановка кровотечения, защита раны от вторичности загрязнения d) обработка перекисью водорода	ОПК -7

12.	a	Продолжительность сдавливания конечности жгутом не должна превышать ... а) 1,5 - 2 часа б) 40 - 50 минут с) 3 - 5 часов д) 2,5 - 3,5 часа	ОПК -7
13.	b	В чем заключается доврачебная помощь при обмороке? а) Инъекции кордиамина и кофеина; б) Придание телу горизонтального положения, приподнимание ног, обеспечение доступа воздуха; с) Приподнимание головы, согревание, горячее питье; д) Прикладывание холода в височную часть головы.	ОПК -7
14.	Обезболивание, обездвиживание, холод	Первая доврачебная помощь при ушибах?	ОПК -7
15.	Третичной	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Профилактику спортивных травм на групповом уровне можно назвать "... профилактикой"	ОПК -7
16.	Тренер	<i>Вставить пропущенное слово:</i> При отсутствии должной страховки ответственность за жизнь и здоровье спортсмена на тренировочных занятиях несет...	ОПК -7
17.	Изолированные, сочетанные	По степени распространенности травмы бывают?	ОПК -7
18.	Первичной	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Профилактику спортивных травм на индивидуальном уровне можно назвать "... профилактикой"	ОПК -7
19.	Физических факторов	В спорте наибольшее количество травм обусловлено действием, каких факторов?	ОПК -7
20.	Спортивная травматология	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Наука, занимающаяся изучением, лечением и предупреждением травм ОДА, вызванных физической нагрузкой – это...	ОПК -7
21.	Открытая травма	Как называются травмы с нарушением целостности кожных покровов и слизистых оболочек?	ОПК -7
22.	Рана	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Открытое повреждение мягких тканей – это...	ОПК -7
23.	Перелом	<i>Вставить пропущенное слово:</i>	ОПК -7

		Нарушение анатомической целостности кости – это...	
24.	Вывих	Назовите вид травмы, которому соответствуют данные признаки: смещение суставных отделов костей, болезненность, деформация в области сустава, вынужденное положение конечности?	ОПК -7
25.	Спортивная травма	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Повреждение тканей или органов, вызванное физической нагрузкой – это...травма	ОПК -7
26.	Механизм травмы	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Сложный процесс взаимодействия травмирующего фактора и травмируемой части тела, приводящий к появлению травмы – это...	ОПК -7
27.	Травма	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Нарушение целостности и функций органов и тканей – это...	ОПК -7
28.	Ушиб	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Механические травмы, которые появляются вследствие ударов тупыми предметами или падения – это...	ОПК -7
29.	Утомление	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Временное объективное снижение работоспособности под влиянием длительного воздействия нагрузки на организм человека – это...	ОПК -7
30.	Профилактика	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Совокупность мер по укреплению здоровья, предупреждению и устранению причин заболеваний человека – это ...	ОПК -7
1.	a	Скорость передачи информации выражается в: а) битах в секунду b) герцах с) метрах в секунду d) числе оборотов в минуту	ОПК -16
2.	d	Информационная технология (ИТ) – это ... а) это совокупность данных, сформированная производителем для ее распространения в материальной или в нематериальной форме; b) это совокупность программных продуктов, установленных на компьютере, технология работы в которых позволяет достичь поставленную пользователем цель; с) это взаимосвязанная совокупность средств, методов и персонала,	ОПК -16

		используемых для обработки данных; d) это процесс, использующий совокупность средств и методов обработки и передачи данных и первичной информации для получения информации нового качества о состоянии объекта, процесса или явления; e) это совокупность условий, средств и методов на базе компьютерных систем, предназначенных для создания и использования информационных ресурсов	
3.	с	Информационная система (ИС) – это ... a) это совокупность условий, средств и методов на базе компьютерных систем, предназначенных для создания и использования информационных ресурсов; b) это совокупность программных продуктов, установленных на компьютере, технология работы в которых позволяет достичь поставленную пользователем цель; c) это взаимосвязанная совокупность средств, методов и людей, участвующих в информационных процессах; d) это совокупность данных, сформированная производителем для ее распространения в материальной или в нематериальной форме; e) это процесс, определяемый совокупностью средств и методов обработки, изготовления, изменения состояния, свойств, формы сырья или материала.	ОПК -16
4.	а	Информационные технологии хранения, отбора и сортировки информации это... a) база данных b) электронные таблицы c) экспертные системы d) электронные редакторы	ОПК -16
5.	а	Информационные технологии в профессиональной деятельности предназначены для: a) Сбора, хранения, выдачи и передачи информации b) Постоянного хранения информации c) Проводить расчеты и вычисления d) Использовать в делопроизводстве	ОПК -16
6.	б	Способы защиты информации в информационных технологиях a) Информационные программы	ОПК -16

		б) Технические, законодательные и программные средства с) Внесистемные программы	
7.	a	Средства мультимедиа применяемые в информационных технологиях а) Интерактивная доска, ЭВМ и программа мастер презентаций б) Проектор с) Программа и ЭВМ д) ЭВМ и звуковые колонки	ОПК -16
8.	b	Какое устройство в ИТ может оказывать вредное воздействие на здоровье человека? а) Принтер б) Монитор с) Системный блок д) Модем	ОПК -16
9.	b	Процедура обработки информации в ИТ – это: а) Тиражирование, проверка, передача б) Сбор, обработка, хранение, передача с) Вывод, контроль, полнота д) Систематизация, анализ, уточнение, составление	ОПК -16
10.	c	Информационная безопасность в ИТ – это: а) Модификация информации б) Совокупность взаимосвязанных данных с) Защита данных от преднамеренного доступа д) Сеть, охватывающая континент	ОПК -16
11.	c	Информационные технологии обработки знаний это... а) база данных б) электронные таблицы с) экспертные системы д) электронные редакторы	ОПК -16
12.	Модемное соединение	Назовите средство, через которое можно получить доступ к Интернету в ИТ?	ОПК -16
13.	Операционная система	Назовите программу, которая запускается при включении ЭВМ?	ОПК -16
14.	Технические и программные средства	Назовите группы информационных технологий применяемых в профессиональной деятельности?	ОПК -16
15.	Монитор	Вставить пропущенное слово:	ОПК -16

		Устройство визуализации текстовой и графической информации – это...	
16.	Пароль	Что используют, для защиты доступа к компьютеру?	ОПК -16
17.	Документ MS Word	Информационным объектом в ИТ является?	ОПК -16
18.	Текстовый редактор	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Word – это...	ОПК -16
19.	Слайдов	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Электронная презентация в ИТ состоит из...	ОПК -16
20.	Интернет, электронная почта, поисковые системы	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Способы передачи информации в ИТ – это...	ОПК -16
21.	Интерактивная доска, ЭВМ, проектор	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Средства мультимедиа применяемые в ИТ...	ОПК -16
22.	Корзина	Где хранится удаленная информация в ИТ?	ОПК -16
23.	Текстовый редактор	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Информационные технологии для обработки текстовой информации – это...	ОПК -16
24.	Электронная таблица	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Информационные технологии для работы с табличной информацией – это...	ОПК -16
25.	Символ	Что является минимальным элементом текста?	ОПК -16
26.	Пробел	<i>Вставить пропущенное слово:</i> При наборе текста одно слово от другого отделяется...	ОПК -16
27.	Презентацию	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Совокупность слайдов, собранных в одном файле, как правило, выполненных в одном графическом стиле и на общую тему, образуют...	ОПК -16
28.	Слайд	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Составная часть презентации, содержащая различные объекты, называется...	ОПК -16
29.	Слово	<i>Вставить пропущенное слово:</i> Наименьшая единица, необходимая для организации поиска информации в справочно-правовых системах – это...	ОПК -16
30.	Microsoft PowerPoint	Какую программу можно использовать для проведения мультимедийной презентации?	ОПК -16
Вопросы к собеседованию			
1.		Физическая культура и спорт как социальные феномены	ОПК -5
2.		Спорт - явление культурной жизни	ОПК-5

3.		Социальные функции физической культуры и спорта.	ОПК -5
4.		Ценности физической культуры и спорта.	ОПК -5
5.		Физическая культура и спорт – социальные феномены общества.	ОПК -5
6.		Нравственное, умственное, эстетическое и трудовое воспитание человека в процессе физического воспитания	ОПК -5
7.		История развития гигиены физического воспитания и спорта в России?	ОПК -7
8.		Специфическое и неспецифическое воздействие физических упражнений на организм.	ОПК -7
9.		Здоровье в системе человеческих ценностей. Компоненты здоровья	ОПК -7
10.		Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни». Элементы здорового образа жизни	ОПК -7
11.		Инфекционные заболевания и пути их распространения.	ОПК -7
12.		Методы изучения внешней среды и ее влияния на здоровье населения	ОПК -7
13.		Что понимается под «индивидуальным здоровьем»?	ОПК -7
14.		Перечислите основные гигиенические принципы физической культуры и спорта.	ОПК -7
15.		Укажите основные гигиенические показатели, характеризующие качество воздушной среды	ОПК -7
16.		В чем состоит роль воды в жизнедеятельности человека? Укажите основные гигиенические требования к питьевой воде.	ОПК -7
17.		Дайте гигиеническую характеристику почвы. Какие гигиенические требования предъявляются к почве при планировании и строительстве спортивных сооружений?	ОПК -7
18.		Что такое закаливание? Укажите физиологические основы закаливания.	ОПК -7
19.		Гигиеническое значение закаливания. Основные принципы закаливания. Виды закаливания	ОПК -7
20.		Как нормируется закаливание воздухом?	ОПК -7
21.		Как нормируется закаливание водой?	ОПК -7
22.		В чем сущность закаливания солнечными лучами? Как нормируется закаливание солнечными лучами?	ОПК -7
23.		Укажите основные гигиенические требования к пище. 2. Что такое достаточное и сбалансированное питание?	ОПК -7
24.		Укажите основные гигиенические требования к пище, характеристика сбалансированного питания?	ОПК -7

25.		Гигиеническое значение белков. Потребность организма в белках, занимающегося и не занимающегося физической культурой и спортом.	ОПК -7
26.		Гигиеническое значение и нормы углеводов в питании человека, занимающегося и не занимающегося физической культурой и спортом	ОПК -7
27.		Гигиеническое значение и нормы жиров в питании человека, занимающегося и не занимающегося физической культурой и спортом	ОПК -7
28.		Гигиеническое значение минеральных веществ и витаминов	ОПК -7
29.		Какова физиологическая роль минеральных веществ и их гигиеническое значение?	ОПК -7
30.		Каковы основные гигиенические требования ко всем спортивным сооружениям?	ОПК -7
31.		Перечислите основные гигиенические требования к расположению, ориентации и планировке спортивных сооружений.	ОПК -7
32.		Гигиенические требования к местам занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе	ОПК -7
33.		Назовите основные методы изучения и оценки двигательной активности.	ОПК -7
34.		Как нормируются физические нагрузки для лиц зрелого и пожилого возраста?	ОПК -7
35.		Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в школе: продолжительность уроков, санитарно-гигиенические нормативы общей учебной нагрузки, гигиенические требования к расписанию	ОПК -7
36.		Характеристика гигиенического обеспечения занятий оздоровительными физическими упражнениями (структура, содержание, нормирование нагрузок)	ОПК -7
37.		Перечислите, каковы основные гигиенические требования к спортивной одежде	ОПК -7
38.		Перечислите, каковы основные гигиенические требования к спортивной обуви	ОПК -7
39.		Характеристика основных гигиенических требований предъявляемых к спортивному инвентарю	ОПК -7
40.		Травмы, заболевания и отрицательные реакции организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, их профилактика.	ОПК -7
41.		Использование современных информационных технологий в системе подготовки и профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту	ОПК-16
42.		Суть процесса информатизации общества?	ОПК-16
43.		Информационные технологии в физической культуре и спорте	ОПК-16
44.		В чем заключается информатизация физкультурного образования?	ОПК-16

Вопросы к экзамену			
1.		Физическая культура и спорт как социальные феномены	ОПК -5
2.		Спорт - явление культурной жизни	ОПК-5
3.		Социальные функции физической культуры и спорта.	ОПК -5
4.		Ценности физической культуры и спорта.	ОПК -5
5.		Физическая культура и спорт – социальные феномены общества.	ОПК -5
6.		Нравственное, умственное, эстетическое и трудовое воспитание человека в процессе физического воспитания	ОПК -5
7.		История развития гигиены физического воспитания и спорта в России?	ОПК -7
8.		Специфическое и неспецифическое воздействие физических упражнений на организм.	ОПК -7
9.		Здоровье в системе человеческих ценностей. Компоненты здоровья	ОПК -7
10.		Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни». Элементы здорового образа жизни	ОПК -7
11.		Инфекционные заболевания и пути их распространения.	ОПК -7
12.		Методы изучения внешней среды и ее влияния на здоровье населения	ОПК -7
13.		Что понимается под «индивидуальным здоровьем»?	ОПК -7
14.		Перечислите основные гигиенические принципы физической культуры и спорта.	ОПК -7
15.		Укажите основные гигиенические показатели, характеризующие качество воздушной среды	ОПК -7
16.		В чем состоит роль воды в жизнедеятельности человека? Укажите основные гигиенические требования к питьевой воде.	ОПК -7
17.		Дайте гигиеническую характеристику почвы. Какие гигиенические требования предъявляются к почве при планировании и строительстве спортивных сооружений?	ОПК -7
18.		Что такое закаливание? Укажите физиологические основы закаливания.	ОПК -7
19.		Гигиеническое значение закаливания. Основные принципы закаливания. Виды закаливания	ОПК -7
20.		Как нормируется закаливание воздухом?	ОПК -7
21.		Как нормируется закаливание водой?	ОПК -7
22.		В чем сущность закаливания солнечными лучами? Как нормируется закаливание солнечными лучами?	ОПК -7
23.		Укажите основные гигиенические требования к пище. 2. Что такое достаточное и	ОПК -7

		сбалансированное питание?	
24.		Укажите основные гигиенические требования к пище, характеристика сбалансированного питания?	ОПК -7
25.		Гигиеническое значение белков. Потребность организма в белках, занимающегося и не занимающегося физической культурой и спортом.	ОПК -7
26.		Гигиеническое значение и нормы углеводов в питании человека, занимающегося и не занимающегося физической культурой и спортом	ОПК -7
27.		Гигиеническое значение и нормы жиров в питании человека, занимающегося и не занимающегося физической культурой и спортом	ОПК -7
28.		Гигиеническое значение минеральных веществ и витаминов	ОПК -7
29.		Какова физиологическая роль минеральных веществ и их гигиеническое значение?	ОПК -7
30.		Каковы основные гигиенические требования ко всем спортивным сооружениям?	ОПК -7
31.		Перечислите основные гигиенические требования к расположению, ориентации и планировке спортивных сооружений.	ОПК -7
32.		Гигиенические требования к местам занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе	ОПК -7
33.		Назовите основные методы изучения и оценки двигательной активности.	ОПК -7
34.		Как нормируются физические нагрузки для лиц зрелого и пожилого возраста?	ОПК -7
35.		Гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в школе: продолжительность уроков, санитарно-гигиенические нормативы общей учебной нагрузки, гигиенические требования к расписанию	ОПК -7
36.		Характеристика гигиенического обеспечения занятий оздоровительными физическими упражнениями (структура, содержание, нормирование нагрузок)	ОПК -7
37.		Перечислите, каковы основные гигиенические требования к спортивной одежде	ОПК -7
38.		Перечислите, каковы основные гигиенические требования к спортивной обуви	ОПК -7
39.		Характеристика основных гигиенических требований предъявляемых к спортивному инвентарю	ОПК -7
40.		Травмы, заболевания и отрицательные реакции организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, их профилактика.	ОПК -7
41.		Информационные технологии в физической культуре и спорте	ОПК-16
42.		В чем заключается информатизация физкультурного образования?	ОПК-16

2. Описание шкалы оценивания

В рамках рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Рейтинговая система оценки знаний студентов основана на использовании совокупности контрольных мероприятий по проверке пройденного материала (контрольных точек), оптимально расположенных на всем временном интервале изучения дисциплины. Принципы рейтинговой системы оценки знаний студентов основываются на требованиях, описанных в Положении об организации образовательного процесса на основе рейтинговой системы оценки знаний студентов в ФГАОУ ВО «СКФУ».

Рейтинговая система оценки не предусмотрено для студентов, обучающихся на образовательных программах уровня высшего образования магистратуры, для обучающихся на образовательных программах уровня высшего образования бакалавриата заочной и очно-заочной формы обучения.

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

3. Критерии оценивания компетенций

Критерии оценивания компетенций при выполнении тестовых заданий

Оценка «отлично» выставляется студенту, выполнившему 88-100% от всех предложенных тестовых заданий, разных типов, самостоятельно и последовательно ориентируется в тестовых заданиях.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он выполнил правильно 87-72% предложенных тестовых заданий, ориентируется в тестовых заданиях.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он выполнил правильно 71-53 % предложенных тестовых заданий, фрагментарно ориентируется в заданиях.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он выполнил менее 52% из предложенных тестовых заданий, слабо ориентируется в заданиях.

3. Критерии оценивания компетенций

Критерии оценивания компетенций при выполнении тестовых заданий

Оценка «отлично» выставляется студенту, выполнившему 88-100% от всех предложенных тестовых заданий, разных типов, самостоятельно и последовательно ориентируется в тестовых заданиях.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он выполнил правильно 87-72% предложенных тестовых заданий, ориентируется в тестовых заданиях.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он выполнил правильно 71-53 % предложенных тестовых заданий, фрагментарно ориентируется в заданиях.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он выполнил менее 52% из предложенных тестовых заданий, слабо ориентируется в заданиях.

Критерии оценивания компетенций при собеседовании

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он в полном объеме демонстрирует знания духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности, техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности, возможности современных информационных технологий и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности. В полном объеме сформированы умения отбора диагностических средств для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся, обеспечивать подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта, обоснованно выбирает современные информационные технологии, ориентируясь на

задачи профессиональной деятельности. В полном объеме сформированы применения средств и методов профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта, демонстрирует владение проведением инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях, владеет навыками применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.

Оценка **«хорошо»** выставляется студенту, если он имеет базовые знания духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности, техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности, возможности современных информационных технологий и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности. В целом сформированы умения отбора диагностических средств для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся, обеспечивать подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта, обоснованно выбирает современные информационные технологии, ориентируясь на задачи профессиональной деятельности. В целом сформированы применения средств и методов профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта, демонстрирует владение проведением инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях, владеет навыками применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется студенту, если он имеет общие представления о духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности, техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности, возможности современных информационных технологий и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности. Частично сформированы умения отбора диагностических средств для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся, обеспечивать подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта, обоснованно выбирает современные информационные технологии, ориентируясь на задачи профессиональной деятельности. Частично сформированы применения средств и методов профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта, демонстрирует владение проведением инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях, владеет навыками применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он имеет фрагментарные знания духовно-нравственных и социальных ценностей, норм поведения в профессиональной деятельности, техники безопасности, санитарно-гигиенических требований, средств и методов профилактики травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности, возможности современных информационных технологий и понимает принципы их работы в профессиональной деятельности. Слабо сформированы умения отбора диагностических средств для определения уровня сформированности духовно-нравственных и социально-значимых ценностей занимающихся, обеспечивать подготовку мест занятий и безопасность занимающихся на учебно-тренировочных

занятиях и соревнованиях по избранному и базовым видам спорта, обоснованно выбирает современные информационные технологии, ориентируясь на задачи профессиональной деятельности. Слабо сформированы применения средств и методов профилактики негативного социального поведения в различных видах учебной и внеучебной деятельности в области физической культуры и спорта, демонстрирует владение проведением инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях, владеет навыками применения современных информационных технологий для решения задач профессиональной деятельности.

Критерии оценивания компетенций на экзамене

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он в полном объеме, глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при ответе.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями отвечает на вопросы.