

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 26.06.2026 11:09:14	МИНОБНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	
Уникальный идентификатор средства для промежуточной аттестации по дисциплине "Физическая культура и спорт" по направлению подготовки (специальности) "09.03.04 Программная инженерия" направленности (профилю) "Разработка программно-информационных систем ФГБОУ ВО «ЧелГУ»" 04c19ed8b109b1506c07a48807a078888521525		стр. 1

**Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине  
Физическая культура и спорт**

Направление подготовки (специальность)

09.03.04 Программная инженерия

Направленность (профиль)

Разработка программно-информационных систем

Присваиваемая квалификация (степень)

бакалавр

Форма обучения

очно-заочная форма обучения

Год(ы) набора 2026

Челябинск 2026 г.

**09.03.04 Программная инженерия профиль Разработка программно-информационных систем, дисциплина Физическая культура и спорт, 2026 год набора, очно-заочная форма обучения**

**Фонд оценочных средств дисциплины (модуля) одобрен и рекомендован:**

Проректор по учебной работе                      утверждено 27.02.2026                      А.А. Саламатов

Ученым советом института информационных технологий

Протокол заседания № 7 от 26.02.2026

Председатель Ученого совета  
института информационных  
технологий

согласовано

Ю.В. Петриченко

**Заседанием кафедры информационных технологий и экономической информатики**

Протокол заседания №7 от 26.02.2026

Заведующий кафедрой

согласовано

С.А. Скрипов

Автор (составитель)

С.А. Ярушин

**Структура фондов оценочных средств соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от 27 сентября 2022 № 573-1**



## Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств .....	3
2. Перечень формируемых компетенций .....	4
3. Содержание оценочных средств по дисциплине .....	5
3.1. Виды оценочных средств .....	5
3.2. Содержание оценочных средств .....	6
4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации .....	15
4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации .....	15
4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств .....	15
4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций .....	15



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт» по направлению подготовки 09.03.04 «Программная инженерия» направленности «Разработка программно-информационных систем» ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 3

## **1. Паспорт фонда оценочных средств**

Направление подготовки: 09.03.04 Программная инженерия

Направленность: Разработка программно-информационных систем

Дисциплина: Физическая культура и спорт

Семестры: 2

Форма промежуточной аттестации: зачёт

Для оценивания результатов обучения используется балльно-рейтинговая система.



## 2. Перечень формируемых компетенций

Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» направлено на формирование компетенций, приведённых в таблице 1.

Таблица 1. Результаты обучения по дисциплине.

Коды компетенции согласно ФГОС (ОПОП ВО)	Содержание компетенций согласно ФГОС (ОПОП ВО)	Индикаторы достижения компетенции согласно ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
1	2	3	4
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Обладает знаниями здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7.2. Демонстрирует умения поддержания должного уровня физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7.3. Имеет навыки поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности Владеть: навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности



### 3. Содержание оценочных средств по дисциплине

#### 3.1. Виды оценочных средств

Таблица 2. Виды оценочных средств.

№ п/п	Код компетенции/ планируемые результаты обучения	Контролируемые темы/ разделы	Наименование оценочного средства для текущего контроля	Наименование оценочного средства на промежуточной аттестации/№ задания
1	УК-7.1. Обладает знаниями здоровьесберегающих технологий для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	Тест	Задания теста № 1-79
2	УК-7.2. Демонстрирует умения поддержания должного уровня физической подготовленности и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	Тест	Задания теста № 1-79
3	УК-7.3. Имеет навыки поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Владеть: навыками поддержания должного уровня физической и функциональной подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	Тест	Задания теста № 1-79



Типовые задания, критерии и показатели оценивания в рамках текущего контроля представлены в рабочей программе дисциплины (модуля).

### 3.2. Содержание оценочных средств

#### База тестовых вопросов

№ п/п	Формулировка вопроса	Варианты ответов (полужирным шрифтом – верные варианты)
1.	Составная часть совокупной культуры общества как компонент социального образа жизни и процесс специфической деятельности, направленный на всестороннее гармоничное развитие человека, совершенствование социального общения и повышения эффективности общественно-полезной деятельности, в первую очередь, трудовой – это:	a. Физическое воспитание <b>b. Физическая культура</b> c. Физическая подготовка d. Социальная адаптация
2.	Объем движений, наиболее удовлетворяющий потребности организма, способствующий укреплению здоровья, гармоничному развитию, хорошему самочувствию, высокой работоспособности и жизненной активности – это:	a. Физические упражнения <b>b. Двигательная активность</b> c. Физическая культура d. Йога
3.	При занятиях физическими упражнениями, спортом принимать пищу следует за:	a. 0,5-1 час b. 1-1,5 часа <b>c. 2-2,5 часа</b> d. 3-3,5 часа
4.	Витамины делятся на:	<b>a. Водорастворимые (B1, B2, B6, B12, C, H, PP) и жирорастворимые (A, D, E, K)</b> b. Водорастворимые (A, D, E, K) и жирорастворимые (B1, B2, B6, B12, C, H, PP) c. Слаборастворимые (B1, B2, B6, B12, C, H, PP) и нерастворимые (A, D, E, K) d. Слаборастворимые (A, D, E, K) и нерастворимые (B1, B2, B6, B12, C, H, PP)
5.	Адекватная двигательная активность – это физические упражнения, соответствующие:	a. Возрасту, настроению, форме одежды <b>b. Полу, возрасту, состоянию здоровья</b> c. Полу, возрасту, погодным условиям d. Возрасту, физической форме, расписанию физкультурных занятий
6.	Для полноценного протекания ночного сна достаточно:	<b>a. 7-8 часов</b> b. 5-6 часов c. 10-12 часов d. 9-10 часов
7.	При каком % содержании алкоголя в крови человек впадает в состояние шока:	a. 0,04-0,05% b. 0,1% c. 0,15-0,2% <b>d. 0,4-0,5%</b>
8.	Как быстро никотин попадает в кровь и начинает активно действовать на центральную и	<b>a. 20 сек</b> b. 1 час



	периферическую нервную систему:	c. 20 мин d. 2-3 часа
9.	Вид деятельности человека, особенности которой определяются комплексом факторов, отличающих один вид деятельности от другого, связанного с наличием каких-либо климатических, производственных, физических, информационных и тому подобных факторов - это:	<b>a. Трудовая деятельность</b> b. Физический труд c. Умственный труд d. Умственная работа
10.	Совокупность реакций, обеспечивающих поддержание или восстановление относительно динамического постоянства внутренней среды и некоторых физиологических функций организма человека, называется:	a. Акселерацией <b>b. Гомеостазом</b> c. Онтогенезом d. Двигательной деятельностью
11.	Замедленное морфофункциональное развитие организма у детей и подростков - это:	a. Акселерация <b>b. Ретардация</b> c. Ретрансляция d. Реформация
12.	Особое состояние организма, обусловленное недостаточностью двигательной активности - это:	<b>a. Гипокинезия</b> b. Дефицит движений c. Гиподинамия d. Ослабление деятельности нервной системы
13.	Формы самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом:	a. Выступление на Олимпийских Играх, утренняя гимнастика, йога b. Выступление за сборную команду вуза, бег, утренняя гимнастика <b>c. Утренняя гигиеническая гимнастика, упражнения в течение учебного дня, самостоятельные тренировочные занятия</b> d. Занятия в спортивном клубе
14.	При различном состоянии здоровья людей можно выделить четыре двигательных режима:	a. Психологический, оздоровительный, тренировочный, реабилитационный <b>b. Поддержания спортивного долголетия, оздоровительный, тренировочный, реабилитационный</b> c. Щадящий, психологический, оздоровительный, тренировочный d. Развивающий, щадящий, тренировочный, реабилитационный
15.	В 20 лет максимальная ЧСС при занятиях физическими упражнениями должна быть не более:	<b>a. 200 уд/мин</b> b. 100 уд/мин c. 160-170 уд/мин d. 160 уд/мин
16.	Процесс, происходящий в организме после прекращения работы и заключающийся в постепенном переходе физиологических и биохимических функций к исходному состоянию - это:	a. Отдых b. Урегулирование физиологических процессов c. Устранение изменений и нарушений в системах нейрогуморального регулирования <b>d. Восстановление</b>
17.	Перечислите внутренние факторы, вызывающие	a. Нарушения в методике занятий; незнание и



	спортивные травмы:	несоблюдение мероприятий по самостраховке; плохая подготовка мест занятий b. Незнание и несоблюдение мероприятий по самостраховке; плохая подготовка мест занятий; занятия в состоянии утомления c. Наличие в организме хронических очагов инфекции; занятие спортом в состоянии алкогольного опьянения; плохая подготовка мест занятий <b>d. Занятия в состоянии утомления; наличие в организме хронических очагов инфекции; склонность к спазмам кровеносных сосудов и мышц и в других болезненных состояниях</b>
18.	Деятельность человека по преобразованию сформированной в его сознании концептуальной модели действительности путем создания новых понятий, суждений, умозаключений, а на их основе – гипотез и теорий - это:	a. Оперативное мышление <b>b. Умственный труд</b> c. Физическая работа d. Процесс мышления
19.	Педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически совершенного, социально активного подрастающего поколения – это:	a. Спортивное воспитание <b>b. Физическое воспитание</b> c. Физическая подготовка d. Физическое развитие
20.	Закономерный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств человеческого организма - это:	<b>a. Физическое развитие</b> b. Физическое воспитание c. Физическая подготовленность d. спорт
21.	Нормальное протекание процессов жизнедеятельности требует расщепления сложных органических веществ, к таким веществам относятся:	<b>a. Белки, жиры, углеводы</b> b. Жиры, простые углеводы, минералы c. Белки, аминокислоты, углеводы d. Углеводы, аминокислоты, глюкоза
22.	Неорганические компоненты питания человека подразделяются на:	a. Макроэлементы (суточная потребность 100 мг) <b>b. Макроэлементы (суточная потребность &gt;100 мг и микроэлементы (суточная потребность &lt;100 мг)</b> c. Аминокислоты и микроэлементы d. Жиры и минеральные вещества
23.	Научно обоснованное систематическое использование естественных факторов природы для повышения устойчивости организма к неблагоприятным агентам окружающей среды - это:	<b>a. Закаливание</b> b. Охлаждение c. Утренняя гимнастика d. Дыхательные упражнения
24.	Какое количество ядовитых химических веществ выделено из составных частей табачного дыма:	a. 5 b. 15 <b>c. 30</b> d. 20
25.	Развитие организма с момента зачатия и до ухода из жизни называется:	<b>a. Индивидуальным</b> b. Внутриутробным c. Внеутробным d. Морфофункциональным
26.	Высокоорганизованная биологическая система,	a. Антропогенез



	обладающая всей совокупностью основных жизненных свойств, характеризующаяся способностью к самоорганизации, самообучению, восприятию, передаче и хранению информации; совершенствованию механизмов управления биологическими процессами через социальные факторы - это:	b. Онтогенез. <b>c. Организм человека</b> d. Физиологические функции организма человека.
27.	Совокупность отрицательных морфофункциональных изменений в организме вследствие длительной гипокинезии - это:	a. Гипоксия b. Ухудшение физической и умственной работоспособности c. Нарушение обмена веществ <b>d. Гиподинамия</b>
28.	Функциональное состояние, временно возникающее под влиянием продолжительной и интенсивной работы и приводящее к снижению ее эффективности - это:	<b>a. Утомление</b> b. Истощение организма c. Перенапряжение d. Нервно-психическое и физическое напряжение
29.	Средство и метод укрепления здоровья и физического совершенствования людей, подготовки их к трудовой и общественной деятельности, развитие волевых качеств, нравственного и эстетического воспитания, расширения интернациональных связей, культурного сотрудничества, укрепления мира и дружбы между народами - это:	a. Физическая подготовка b. Физическое воспитание c. Физическая подготовленность <b>d. Спорт</b>
30.	Один стадий - это:	a. 123 кг <b>b. 192,27 м</b> c. 27 кг d. 200 м
31.	Идея возрождения Олимпийских игр принадлежит:	a. Эрнсту Курциусу <b>b. Пьеру де Кубертену</b> c. Королю Греции d. Мишелю Бреалю
32.	Спортсмены России впервые приняли участие:	a. в IV Олимпийских играх, которые прошли в 1908 г. в Лондоне <b>b. во II Олимпийских играх, которые прошли в 1900 г. в Париже</b> c. в III Олимпийских играх, которые прошли в 1904 г. в Сент-Луисе d. в XVII Олимпийских играх, которые прошли в 1980 г. в Москве
33.	Впервые Олимпийский огонь горел во время игр:	<b>a. 1928 года в Амстердаме</b> b. 1908 года в Лондоне c. 1900 года в Париже d. 1912 года в Хельсинки
34.	Состояние равновесия между адаптационными возможностями организма и условиями среды, постоянно меняющимися – это:	<b>a. Здоровье</b> b. Качество здоровья c. Уровень здоровья d. Физическое развитие
35.	Совокупность способностей индивида и	a. Здоровый образ жизни



	особенностей его поведения, по которым можно построить прогноз, определить предрасположенность к тому или иному заболеванию - это:	<b>b. Потенциал здоровья</b> c. Психологический аспект d. Физическое развитие
36.	Основные составляющие здорового образа жизни:	<b>a. Режим труда и отдыха; организация сна; режим питания; личная гигиена и основы закаливания; профилактика вредных привычек</b> b. Организация сна; профилактика вредных привычек; работа за компьютером; шопинг c. Личная гигиена и основы закаливания; режим труда и отдыха; употребление алкоголя; работа на свежем воздухе d. Профилактика вредных привычек; работа на свежем воздухе; шопинг; личная гигиена
37.	Система физических упражнений, развивающих силу, в сочетании с разносторонней физической подготовкой - это:	a. Ритмическая гимнастика b. Ходьба c. Плавание <b>d. Атлетическая гимнастика</b>
38.	Основные принципы оздоровительно-тренировочных занятий:	<b>a. Сознательности и активности; доступности индивидуальности; систематичности; всесторонности</b> b. Сознательности и активности; доступности индивидуальности; систематичности; закономерности c. Доступности индивидуальности; систематичности; закономерности; достоверности d. Систематичности; закономерности; достоверности; активности
39.	Любая психофизическая нагрузка имеет четыре фазы:	<b>a. Расходование энергии, восстановление, сверхвосстановление, возвращение к исходному уровню</b> b. Расходование энергии, восстановление, сверхвосстановление, отдых c. Расходование энергии, отдых, восстановление, работа d. Работа, расходование энергии, отдых, восстановление
40.	Усилия мышц, связанные с перемещением тела или его звеньев в пространстве - это:	a. Статистическая работа мышц b. Физическая работа мышц <b>c. Динамическая работа мышц</b> d. Сокращения мышц
41.	Привычная поза непринужденно стоящего человека - это:	a. Сколиоз b. Положение тела <b>c. Осанка</b> d. Поза
42.	В Олимпийских Играх древности могли принимать участие:	<b>a. Только мужчины и только греки</b> b. Мужчины и женщины c. Мужчины, женщины и вольноотпущенники d. Мужчины, женщины и вольноотпущенники и рабы



43.	Функциональные свойства организма, которые определяют двигательные возможности человека, принято называть:	<b>a. Физическими качествами</b> b. Выносливостью c. Силовыми способностями d. Возможностью организма
44.	Местом проведения Первых зимних Олимпийских Игр в 1924 г. стал:	a. Лондон b. Пекин c. Инсбрук <b>d. Шамони</b>
45.	Суммарная сила всех мышечных групп, участвующая в данном движении - это:	<b>a. Абсолютная сила</b> b. Выносливость c. Относительная сила d. Мышечная сила
46.	Способность противостоять утомлению - это:	a. Сила b. Терпение <b>c. Выносливость</b> d. Упорство
47.	Способность человека соединять движения отдельных типов в сложные специфические рисунки - это:	a. Выносливость к статическим усилиям b. Физические способности <b>c. Координационные способности</b> d. Силовые способности
48.	Процесс совершенствования двигательных физических качеств, направленных на всестороннее и гармоничное развитие человека - это:	a. Специальная физическая подготовка b. Начальная физическая подготовка c. Профессионально-прикладная физическая подготовка <b>d. Общая физическая подготовка</b>
49.	Регулярные наблюдения за состоянием своего здоровья, физическим развитием и физической подготовкой и их изменениями под влиянием регулярных занятий упражнениями и спортом - это:	<b>a. Самоконтроль</b> b. Самонаблюдение c. Режим d. Здоровый образ жизни
50.	Первой олимпиадой официально считается олимпиада, проведенная:	<b>a. 1 июля 776 года д.н.э.</b> b. 1 июля 394 года н.э. c. 1 июля 776 года н.э. d. 1 июля 522 года н.э.
51.	По сравнению с некурящими, курильщики живут в среднем на:	a. 1-2 года больше <b>b. 5-7 лет меньше</b> c. Одинаково d. 3-5 лет больше
52.	Для оценки сердечно-сосудистой системы используется:	a. Индекс Эрисмана b. Тест К. Купера c. Индекс Кетле <b>d. Индекс Рюффье</b>
53.	Оздоровительный эффект физических упражнений основан на тесной взаимосвязи работающих мышц с:	a. Нервной системой, обменом веществ, органами внутренних дел <b>b. Нервной системой, обменом веществ, внутренними органами</b> c. Нервной системой, обменом веществ, коллегами



		по работе d. Нервной системой, объемом упражнений, внутренними органами
54.	Совокупность реакций, обеспечивающих поддержание или восстановление относительного динамического постоянства внутренней среды и некоторых физиологических функций организма человека, называется:	a. Акселерацией b. Онтогенезом <b>с. Гомеостазом</b> d. Двигательной деятельностью
55.	Биологическая потребность организма, самый естественный регулятор и стимулятор жизнедеятельности - это:	a. Аппетит <b>b. Движение</b> c. Бездействие d. Курение
56.	Естественный вид движений, в котором участвует большинство мышц, связок, суставов - это:	a. Бег b. Прыжки <b>с. Ходьба</b> d. Плавание
57.	В программе первой древней олимпиады был один-единственный вид соревнований:	a. Борьба b. Гонки колесниц <b>с. Бег</b> d. Метание диска
58.	В программе древней олимпиады был один-единственный вид соревнований:	a. Борьба b. Гонки колесниц <b>с. Бег</b> d. Метание диска
59.	Пентатлон – это:	a. Бег b. Прыжки c. Борьба <b>d. Пятиборье</b>
60.	На Олимпийском флаге изображены переплетенные кольца, символизирующие собой единение Земных континентов, их число:	a. три b. четыре <b>с. пять</b> d. шесть
61.	Свойство организмов (в т.ч. и человека) повторять в ряду поколений признаки и особенности развития - это:	a. Здоровье <b>b. Наследственность</b> c. Характер d. Внешность
62.	Употребление наркотических средств приводит к:	<b>a. Угнетению функций организма и уменьшению продолжительности жизни</b> b. Повышению функций организма и уменьшению продолжительности жизни c. Повышению функций организма и повышению продолжительности жизни d. Угнетению функций организма и повышению продолжительности жизни
63.	Факторы, влияющие на здоровье:	<b>a. Экология, питание, уровень здравоохранения</b> b. Двигательная активность, экология, цвет глаз c. Наследственность, климат, государственный строй



		d. Режим труда и отдыха, закаливание, астрологический прогноз
64.	Игры XXII Олимпиады состоялись в Москве в:	a. 1976 г. <b>b. 1980 г.</b> c. 1984 г. d. 1988 г.
65.	Первые Олимпийские игры современности состоялись:	a. в Париже 6 апреля 1900 года b. в Сент-Луисе (США) в 1904 году <b>c. в Афинах 6 апреля 1896 года</b> d. в Лондоне в 1908 году
66.	Факторы, повышающие продуктивность умственного труда:	<b>a. Перерывы в работе, оптимальная температура воздуха (18-22°), проветривание помещения, отсутствие шума</b> b. Температура воздуха (25-27°), перерывы в работе, проветривание помещения, отсутствие шума c. Наличие шума в помещении 40-50 дБ, оптимальная температура воздуха (18-22°), проветривание помещения, перерывы в работе d. Контроль осанки, температура воздуха (25-27°), перерывы в работе, отсутствие шума
67.	Рост и развитие организма человека продолжается до:	<b>a. 20-25 лет</b> b. 30-35 лет c. 40-45 лет d. 50-55 лет
68.	Какая температура воздуха должна поддерживаться в помещении, где занимаются спортом:	a. +22°C <b>b. +15-18°C</b> c. +13-14°C d. +20°C
69.	Комплексы несложных общеразвивающих упражнений, которые выполняются, как правило, без пауз для отдыха, в быстром темпе, определяемом современной музыкой - это:	a. Ходьба <b>b. Ритмическая гимнастика</b> c. Танцы d. Атлетическая гимнастика
70.	Суточная потребность человека в воде в среднем составляет:	<b>a. 2,5 л</b> b. 1 л c. 1,5 л d. 4 л
71.	Впервые Олимпийский огонь зажгли во время игр:	<b>a. 1928 года в Амстердаме</b> b. 1908 года в Лондоне c. 1900 года в Париже d. 1912 года в Стокгольме
72.	В Олимпийских Играх современности принято выбирать «талисман Игр». На Играх в Сочи это был:	a. Медведь, Заяц, Дельфин b. Заяц, Леопард, Дельфин c. Дельфин, Леопард, Медведь <b>d. Леопард, Заяц, Медведь</b>
73.	Олимпийский флаг был утвержден МОК:	<b>a. в 1913 году</b> b. в 1914 году



		с. в 1920 году d. в 1896 году
74.	В процессе занятий физическими упражнениями и спортом энергозатраты организма:	a. Уменьшаются <b>b. Растут</b> c. Не меняются d. Варьируют
75.	Раннее морфофункциональное развитие организма у детей и подростков - это:	a. Эскалация <b>b. Акселерация</b> c. Ретрансляция d. Реформация
76.	По версии Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) молодыми следует считать людей в возрасте до:	a. 22 лет b. 35 лет <b>c. 42 лет</b> d. 52 лет
77.	Олимпийский девиз -	a. Самое важное в олимпийских играх – не победа, а участие <b>b. Быстрее, выше, сильнее</b> c. В жизни самое главное – не триумф, а борьба d. Мы победим
78.	Ученые выделяют три аспекта «качества здоровья»:	a. Физический, соматический, психологический b. Соматический, психологический, духовный <b>c. Соматический, психологический, социальный</b> d. Физический, психологический, духовный
79.	Деятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья, а также на организацию всей жизнедеятельности человека, способствующей совершенствованию его здоровья – это:	a. Потенциал здоровья b. Производственная активность c. Физическое развитие <b>d. Здоровый образ жизни</b>



#### 4. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации

##### 4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации

Зачёт проводится в виде тестирования. Студент должен ответить на вопросы закрытого типа, которые предполагают выбор вариантов ответа. Всего 20 тестовых вопросов. Продолжительность теста – 35 минут.

##### 4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств

Тест формируется в системе электронного обучения MOODLE.

Максимальный балл за тест — 100 баллов.

Оценка	Зачтено	Незачтено
Баллы	100-60 баллов	59-0 баллов
Уровень освоения проверяемых компетенций	высокий	низкий

##### 4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций

При подведении итогов учитываются результаты только промежуточной аттестации:

0-59 баллов – незачет;

60-100 баллов – зачет;

Особенности проведения процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обозначены в рабочей программе дисциплины (модуля).

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке зачтено:
  - предполагает формирование компетенций на высоком уровне;
  - знание теоретических разделов изучаемой дисциплины на уровне не ниже оценки удовлетворительно;
  - студент умеет применять на практике знания, полученные в рамках изучения дисциплины
  - формируются навыки использования теоретических и практических разделов дисциплины для решения задач профессиональной деятельности;
2. Низкий уровень соответствует оценке незачтено.