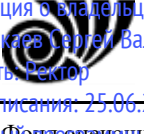


| | |
|---|--|
| Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 25.06.2026 13:02:32 |  МИНОБНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный 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»" | 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

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, 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 | 17 |
| 4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации | 17 |
| 4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств | 17 |
| 4.3. Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций | 17 |



1. Паспорт фонда оценочных средств

Направление подготовки: 09.03.04 Программная инженерия

Направленность: Разработка программно-информационных систем

Дисциплина: Физическая культура и спорт

Курс (курсы) изучения: 1

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 1.

Таблица 1. Результаты обучения по дисциплине.

| Коды компетенции согласно ФГОС (ОП ОП 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 промежуточно й 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 (полуужирным 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. Физическая культура 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. Двигательная активность 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 c. 2-2,5 часа d. 3-3,5 часа |
| 4. | Витамины делятся на: | a. Водорастворимые (B1, B2, B6, B12, C, H, PP) и жирорастворимые (A, D, E, K) 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. Полу, возрасту, состоянию здоровья c. Полу, возрасту, погодным условиям d. Возрасту, физической форме, расписанию физкультурных занятий |
| 6. | Для полноценного протекания ночного сна достаточно: | a. 7-8 часов 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% d. 0,4-0,5% |
| 8. | Как быстро никотин попадает в кровь и начинает активно действовать на центральную и периферическую нервные системы: | a. 20 сек b. 1 час 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: | a. Трудовая деятельность 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. Гомеостазом c. Онтогенезом d. Двигательной деятельностью |
| 11. | Замедленное морфофункциональное развитие организма у детей и подростков - это: | a. Акселерация b. Ретардация c. Ретрансляция d. Реформация |
| 12. | Особое состояние организма, обусловленное недостаточностью двигательной активности - это: | a. Гипокинезия 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 c. Утренняя гигиеническая гимнастика, упражнения в течение учебного дня, самостоятельные тренировочные занятия d. Занятия в спортивном клубе |
| 14. | При различном состоянии здоровья людей можно выделить четыре двигательных режима: | a. Психологический, оздоровительный, тренировочный, реабилитационный b. Поддержания спортивного долголетия, оздоровительный, тренировочный, реабилитационный c. Щадящий, психологический, |



| | | |
|-----|--|--|
| | | оздоровительный, тренировочный d. Развивающий, щадящий, тренировочный, реабилитационный |
| 15. | В 20 лет максимальная ЧСС при занятиях физическими упражнениями должна быть не более: | a. 200 уд/мин 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 d. Восстановление |
| 17. | Перечислите внутренние факторы, вызывающие спортивные травмы: | a. Нарушения в методике занятий; незнание и 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 d. Занятия в состоянии утомления; наличие в организме хронических очагов инфекции; склонность к спазмам кровеносных сосудов и мышц и в других болезненных состояниях |
| 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. Умственный труд c. Физическая работа d. Процесс мышления |
| 19. | Педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически совершенного, социально активного подрастающего поколения – это: | a. Спортивное воспитание b. Физическое воспитание c. Физическая подготовка d. Физическое развитие |



| | | |
|-----|---|---|
| 20. | Закономерный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств человеческого организма - это: | a. Физическое развитие b. Физическое воспитание c. Физическая подготовленность d. спорт |
| 21. | Нормальное протекание процессов жизнедеятельности требует расщепления сложных органических веществ, к таким веществам относятся: | a. Белки, жиры, углеводы 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. Макроэлементы (суточная потребность >100 мг и микроэлементы (суточная потребность <100 мг) 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: | a. Закаливание b. Охлаждение c. Утренняя гимнастика d. Дыхательные упражнения |
| 24. | Какое количество ядовитых химических веществ выделено из составных частей табачного дыма: | a. 5 b. 15 c. 30 d. 20 |
| 25. | Развитие организма с момента зачатия и до ухода из жизни называется: | a. Индивидуальным b. Внутритробрным c. Внеутробрным d. Морфофункциональным |
| 26. | Высокоорганизованная биологическая система, 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: | a. Антропогенез b. Онтогенез. c. Организм человека 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 d. Гиподинамия |



| | | |
|-----|---|--|
| 28. | Функциональное состояние, временно возникающее под влиянием продолжительной и интенсивной работы и приводящее к снижению ее эффективности - это: | a. Утомление 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 d. Спорт |
| 30. | Один стадий - это: | a. 123 кг b. 192,27 м c. 27 кг d. 200 м |
| 31. | Идея возрождения Олимпийских игр принадлежит: | a. Эрнсту Курциусу b. Пьеру де Кубертену 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. во II Олимпийских играх, которые прошли в 1900 г. в Париже 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: | a. 1928 года в Амстердаме 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: | a. Здоровье b. Качество здоровья c. Уровень здоровья d. Физическое развитие |
| 35. | Совокупность способностей индивида и особенностей его поведения, по которым можно построить прогноз, определить предрасположенность к тому или иному заболеванию - это: | a. Здоровый образ жизни b. Потенциал здоровья c. Психологический аспект d. Физическое развитие |
| 36. | Основные составляющие здорового образа жизни: | a. Режим труда и отдыха; организация сна; режим питания; личная гигиена и основы закаливания; профилактика вредных привычек |



| | | |
|-----|---|--|
| | | <p>b. Организация сна; профилактика вредных привычек; работа за компьютером; шопинг</p> <p>c. Личная гигиена и основы закаливания; режим труда и отдыха; употребление алкоголя; работа на свежем воздухе</p> <p>d. Профилактика вредных привычек; работа на свежем воздухе; шопинг; личная гигиена</p> |
| 37. | Система физических упражнений, развивающих силу, в сочетании с разносторонней физической подготовкой - это: | <p>a. Ритмическая гимнастика</p> <p>b. Ходьба</p> <p>c. Плавание</p> <p>d. Атлетическая гимнастика</p> |
| 38. | Основные принципы оздоровительно-тренировочных занятий: | <p>a. Сознательности и активности; доступности индивидуальности; систематичности; всесторонности</p> <p>b. Сознательности и активности; доступности индивидуальности; систематичности; закономерности</p> <p>c. Доступности индивидуальности; систематичности; закономерности; достоверности</p> <p>d. Систематичности; закономерности; достоверности; активности</p> |
| 39. | Любая психофизическая нагрузка имеет четыре фазы: | <p>a. Расходование энергии, восстановление, сверхвосстановление, возвращение к исходному уровню</p> <p>b. Расходование энергии, восстановление, сверхвосстановление, отдых</p> <p>c. Расходование энергии, отдых, восстановление, работа</p> <p>d. Работа, расходование энергии, отдых, восстановление</p> |
| 40. | Усилия мышц, связанные с перемещением тела или его звеньев в пространстве - это: | <p>a. Статистическая работа мышц</p> <p>b. Физическая работа мышц</p> |



| | | |
|-----|--|--|
| | | с. Динамическая работа мышц d. Сокращения мышц |
| 41. | Привычная поза непринужденно стоящего человека - это: | a. Сколиоз b. Положение тела с. Осанка d. Поза |
| 42. | В Олимпийских Играх древности могли принимать участие: | a. Только мужчины и только греки 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: | a. Физическими качествами 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 d. Шамони |
| 45. | Суммарная сила всех мышечных групп, участвующая в данном движении - это: | a. Абсолютная сила b. Выносливость c. Относительная сила d. Мышечная сила |
| 46. | Способность противостоять утомлению - это: | a. Сила b. Терпение с. Выносливость d. Упорство |
| 47. | Способность человека соединять движения отдельных типов в сложные специфические рисунки - это: | a. Выносливость к статическим усилиям b. Физические способности с. Координационные способности 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 d. Общая физическая подготовка |
| 49. | Регулярные наблюдения за состоянием своего здоровья, | a. Самоконтроль |



| | | |
|-----|---|--|
| | физическим развитием и физической подготовкой и их изменениями под влиянием регулярных занятий упражнениями и спортом - это: | b. Самонаблюдение c. Режим d. Здоровый образ жизни |
| 50. | Первой олимпиадой официально считается олимпиада, проведенная: | a. 1 июля 776 года д.н.э. 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. 5-7 лет меньше c. Одинаково d. 3-5 лет больше |
| 52. | Для оценки сердечно-сосудистой системы используется: | a. Индекс Эрисмана b. Тест К. Купера c. Индекс Кетле d. Индекс Рюффье |
| 53. | Оздоровительный эффект физических упражнений основан на тесной взаимосвязи работающих мышц с: | a. Нервной системой, обменом веществ, органами внутренних дел b. Нервной системой, обменом веществ, внутренними органами 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 c. Гомеостазом d. Двигательной деятельностью |
| 55. | Биологическая потребность организма, самый естественный регулятор и стимулятор жизнедеятельности - это: | a. Аппетит b. Движение c. Бездействие d. Курение |
| 56. | Естественный вид движений, в котором участвует большинство мышц, связок, суставов - это: | a. Бег b. Прыжки c. Ходьба d. Плавание |
| 57. | В программе первой древней олимпиады был один-единственный вид соревнований: | a. Борьба b. Гонки колесниц c. Бег d. Метание диска |
| 58. | В программе древней олимпиады был один-единственный вид соревнований: | a. Борьба b. Гонки колесниц c. Бег |



| | | |
|-----|--|---|
| | | d. Метание диска |
| 59. | Пентатлон – это: | a. Бег b. Прыжки c. Борьба d. Пятиборье |
| 60. | На Олимпийском флаге изображены переплетенные кольца, символизирующие собой единение Земных континентов, их число: | a. три b. четыре c. пять d. шесть |
| 61. | Свойство организмов (в т.ч. и человека) повторять в ряду поколений признаки и особенности развития - это: | a. Здоровье b. Наследственность c. Характер d. Внешность |
| 62. | Употребление наркотических средств приводит к: | a. Угнетению функций организма и уменьшению продолжительности жизни 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: | a. Экология, питание, уровень здравоохранения 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. 1980 г. 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 c. в Афинах 6 апреля 1896 года d. в Лондоне в 1908 году |
| 66. | Факторы, повышающие продуктивность умственного труда: | a. Перерывы в работе, оптимальная температура |



| | | |
|-----|---|---|
| | | воздуха (18-22°), проветривание помещения, отсутствие шума 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: | a. 20-25 лет 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. +15-18°C 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. Ритмическая гимнастика c. Танцы d. Атлетическая гимнастика |
| 70. | Суточная потребность человека в воде в среднем составляет: | a. 2,5 л b. 1 л c. 1,5 л d. 4 л |
| 71. | Впервые Олимпийский огонь зажгли во время игр: | a. 1928 года в Амстердаме 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 d. Леопард, Заяц, Медведь |
| 73. | Олимпийский флаг был утвержден МОК: | a. в 1913 году b. в 1914 году c. в 1920 году d. в 1896 году |



| | | |
|-----|---|---|
| 74. | В процессе занятий физическими упражнениями и спортом энергозатраты организма: | a. Уменьшаются b. Растут c. Не меняются d. Варьируют |
| 75. | Раннее морфофункциональное развитие организма у детей и подростков - это: | a. Эскалация b. Акселерация c. Ретрансляция d. Реформация |
| 76. | По версии Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) молодыми следует считать людей в возрасте до: | a. 22 лет b. 35 лет c. 42 лет d. 52 лет |
| 77. | Олимпийский девиз - | a. Самое важное в олимпийских играх – не победа, а участие b. Быстрее, выше, сильнее 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 c. Соматический, психологический, социальный 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 d. Здоровый образ жизни |



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.