

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИННОВАЦИОННЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ПОАНО «НИК»

И.Б. Байсонгуров

Приказ № 134/1 от 08.05.2026

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОП. 03 Гигиенические основы физической культуры и спорта

для специальности

49.02.03 Спорт

Форма обучения: **очная**

Год начала подготовки: **2026**

Оценочные материалы дисциплины разработаны в соответствии Федеральным законом от 29.12.2012 ФЗ № 273-ФЗ «Об Образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт, утвержденного приказом Минпросвещения России от 21 апреля 2021 г. № 193, приказом Минпросвещения России от 14.04.2023 N 272 «Об утверждении аккредитационных показателей, методики расчета и применения аккредитационных показателей по образовательным программам среднего профессионального образования».

Организация-разработчик: ПОАНО «Национальный инновационный колледж».

1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1.	Гигиена – это наука	а) о закономерностях взаимоотношений окружающей среды и населения. б) о профилактике болезней. в) о закономерностях влияния окружающей среды на индивидуальное и общественное здоровье и условиях его сохранения. г) о закономерностях взаимоотношений человека и окружающей среды.
2	Первичная профилактика – это	а) укрепление здоровья здоровых и больных б) сохранение и укрепление здоровья здоровых в) предупреждение острых болезней г) увеличение продолжительности жизни
3	Вторичная профилактика – это ...	а) укрепление здоровья здоровых и больных б) сохранение и укрепление здоровья здоровых в) предупреждение острых болезней г) сохранение и укрепление здоровья больных
4	Какие способы решения задач по оптимизации физической нагрузки используются в спортивной физиологии?	а) Только увеличение объема тренировок б) Применение автоматизированных физиологических методик контроля и функционально-нагрузочных тестов в) Исключительно диетическое питание г) Только психологический настрой спортсмена
5	Какие методы решения задач по оценке функционального состояния спортсмена применяются в современной спортивной медицине?	а) Только измерение пульса в покое б) Определение характера восстановления сердечного ритма после нагрузки и анализ variability сердечного ритма в) Только врачебный осмотр г) Только самоконтроль спортсмена

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1.	Закаливание – это
2	Что является обязательным компонентом здорового образа жизни:

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

Тестовые задания

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Как называется совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека:	а) личная гигиена б) специальная гигиена в) общественная гигиена г) экологическая гигиена
2	Что обеспечивают гигиенические	а) защиту всех компонентов окружающей

	нормативы? (укажите все правильные ответы)	природной среды б) предупреждение отдаленных вредных эффектов в) отсутствие выраженных физиологических адаптационных реакций г) отсутствие вредных эффектов в последующих поколениях
3	Здоровье – это ...	а) состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. б) отсутствие болезней. в) состояние полного физического, психического и социального благополучия. г) отсутствие болезней, травм и физических дефектов
4	Какие современные методы анализа используются для оценки генетической предрасположенности спортсменов к травмам и их спортивных показателей?	а) Только традиционные биохимические тесты б) Анализ теломер и генотипирование в) Только эхокардиография г) Только метаболомика
5	Какой комплексный подход к анализу состояния спортсмена включает оценку метаболического статуса, психологического состояния и физиологических показателей?	а) Только анализ крови б) Интеграция омических и теломерных технологий с традиционными методами в) Только психологическое тестирование г) Только мониторинг физической активности

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Санитария – это
2	Под влиянием солнца происходит

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Высокая температура воздуха вызывает	а) солнечный удар б) нарушение суточных ритмов в) тепловой удар г) пересыхание слизистых
2	При физической работе в душном помещении или одежде, которая плохо пропускает воздух, может возникнуть:	а) тепловой удар б) перегревание в) солнечный удар г) переохлаждение
3	Суточная потребность человека в углеводах (в г.) в сутки:	а) 50-80 б) 150-200 в) 350-400 г) 500-700
4	Как влияет групповая тренировка на биохимические процессы в	а) Усиливает выработку эндорфинов и ускоряет метаболизм за счет социального

	организме спортсменов?	взаимодействия б) Ускоряет метаболизм только у лидеров группы в) Вызывает идентичные биохимические реакции у всех участников группы г) Не оказывает существенного влияния на биохимические процессы
5	Какой физиологический механизм обеспечивает синхронизацию работы команды при совместных тренировках?	а) Идентичная генетическая предрасположенность всех членов команды б) Гуморальная регуляция через обмен биологически активными веществами в) Нервно-рефлекторная регуляция через зрительный и слуховой анализаторы г) Случайное совпадение биоритмов участников

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1.	Фтор – это
2	Рыба – это

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Суточная потребность человека в жире (в г.) в сутки:	а) 30-40 б) 50-70 в) 10-20 г) 80-100
2	Какой вид излучения обладает самой высокой проникающей способностью?	а) α -излучение; б) β -излучение; в) рентгеновское излучение; г) α -излучение; β -излучение; рентгеновское излучение.
3	Какова гигиеническая норма КЕО в жилых помещениях?	а) не менее 1,5% б) не более 2% в) не менее 0,5% г) не более 5%
4	Какой из перечисленных механизмов обеспечивает быструю передачу информации между нейронами при устной коммуникации во время спортивных тренировок?	а) Диффузия углекислого газа б) Выделение нейромедиаторов в) Осмотический перенос ионов г) Пассивная диффузия
5	При написании спортивного отчета о тренировке какие биохимические процессы преимущественно задействованы в обеспечении когнитивной деятельности?	а) Анаэробный гликолиз б) β -окисление жирных кислот в) Аэробное окисление глюкозы г) Протеолиз мышечных белков

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1.	Творог является
2.	Какой процедурой следует заканчивать обливание ног зимой?

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Выберите фактор, который не относится к гигиеническим требованиям в одежде?	а) сохранение теплового комфорта; б) не затруднять движений человека; в) быть модной; г) легко очищаться от загрязнений.
2	Что подразумевает под собой гигиена как науки? (укажите все правильные ответы)	а) Наука о здоровье, изучающая влияние разнообразных факторов окружающей среды на организм человека б) Медицинская наука профилактического направления в) Наука, целью которой является сохранение окружающей человека среды, тем самым предупреждая вредное влияние на организм г) Гигиена изучает влияние всех факторов окружающей человека среды на здоровье здорового человека
3	Как называется совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека:	а) личная гигиена б) специальная гигиена в) общественная гигиена г) спортивная гигиена
4	Какой нормативный документ регламентирует санитарно-эпидемиологические требования к организации занятий физической культурой в образовательных учреждениях?	а) СанПиН 2.4.2.2821-10 б) ФЗ «Об образовании в РФ» в) Приказ Министерства образования № 1312 г) Положение о ВФСК «ГТО»
5	Каким документом определяются государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)?	а) Приказом Министерства образования б) Указом Президента РФ в) Приказом Министерства спорта РФ № 575 г) Постановлением Правительства РФ

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Лето – это время года, когда лучше всего начинать
2.	Какой процедурой следует заканчивать обливание ног летом?

ПК 1.1. Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном

виде

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Гигиеническая норма температуры воды в крытых бассейнах для взрослых и детей соответственно ...	а) +24...26°C не менее +26°C б) +28...30°C не менее +35°C в) +18...20°C не менее +23°C г) +20...23°C не менее +23°C
2	Перечислите факторы, которые относятся к гигиеническим требованиям в одежде:	а) отсутствие причинения дискомфорта б) не затруднять движений человека; в) быть модной; г) легко очищаться от загрязнений.
3	Что является государственной системой наблюдения за качеством окружающей среды и состоянием здоровья населения?	а) система санитарно-эпидемиологического нормирования б) гигиеническая диагностика в) социально-гигиенический мониторинг г) федеральная система гидрометеорологического мониторинга
4	При планировании тренировочного процесса, какой оптимальный уровень частоты сердечных сокращений (ЧСС) рекомендуется достигать при нагрузках согласно рекомендациям ВОЗ?	а) До 170 уд/мин б) До 150 уд/мин в) До 200 уд/мин г) До 120 уд/мин
5	Какой основной источник энергии используется при субмаксимальной мощности нагрузок в процессе тренировок?	а) Жиры б) Белки в) Углеводы, в частности мышечный гликоген г) Сочетание жиров и белков

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Режим дня – это
2	Стресс – это

ПК 1.2. Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Загрязнители почвы	а) пестициды б) промышленные предприятия в) сельскохозяйственные предприятия г) коммунально-бытовые объекты
2	Для строительного спортивного сооружения, выбирают участок с почвой	а) высокой воздухо- и водопроницаемостью; б) высокой влагоемкостью и гигроскопичностью; в) низкой воздухо- и водопроницаемостью. г) низкой влагоемкостью и гигроскопичностью;
3	Оперативное регулирование	а) тактической подготовки

	эмоционально-волевых проявлений в ходе состязаний или напряжённой тренировки - является одной из задач	б) технической подготовки в) психологической подготовки г) физической подготовки
4	Какой из перечисленных биохимических показателей является основным критерием для определения интенсивности тренировочной нагрузки?	а) Уровень молочной кислоты в крови б) Частота сердечных сокращений в) Количество потраченных калорий г) Уровень глюкозы в крови
5	В какой период после физической нагрузки наиболее эффективно употребление белков и углеводов для восстановления?	а) Сразу после тренировки б) Через 30-60 минут в) Через 2 часа г) Перед сном

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Повышенная жесткость воды способствует обострению
2	Достаточный уровень ультрафиолетовых лучей вызывает образование:

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Перечислите группы препаратов, относящихся к допинговым средствам	а) витамины б) психотропные стимуляторы в) наркотики и болеутоляющие г) микроэлементы
2	К циклическим упражнениям относятся	а) спортивные игры б) плавание в) езда на велосипеде г) прыжки в высоту
3	К ациклическим упражнениям относятся	а) бег б) единоборства в) водные лыжи г) гребля
4	Какие основные показатели учитываются при оценке интенсивности тренировочной нагрузки с точки зрения физиологии?	а) Скорость и мощность выполнения упражнений б) Количество тренировочных дней в) Общее время на тренировочную деятельность г) Количество выполненных километров
5	Что является основной задачей медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки?	а) Оценка психологической готовности спортсмена б) Подсчет количества выполненных технических действий в) Анализ тактической подготовленности г) Контроль за состоянием здоровья и основных функциональных систем

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Ночной сон спортсмена должен быть непрерывным и продолжительным. Не менее
2	Термограф – это

ПК 1.4. Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Для какой зоны мощности характерно: продолжительность упражнений от 40 сек до 3-5 мин, накопление молочной кислоты – 250-350 мг %	а) зоны максимальной мощности б) зоны субмаксимальной мощности в) зоны большой мощности г) зоны умеренной мощности
2	Длительность упражнений в зоне максимальной мощности колеблется	а) 20-30 сек б) от 40 сек до 3-5 мин в) от 40 мин до 3 часов г) 10-20 сек
3	Физическими качествами человека являются	а) сила б) внимательность в) ловкость г) уравновешенность
4	Какой из перечисленных показателей является ключевым при анализе работоспособности спортсмена в предстартовом состоянии?	а) Частота сердечных сокращений б) Температура мышц в) Время задержки дыхания г) Жизненный объем легких
5	Что является основной целью анализа физиологических процессов в тренированном организме?	а) Определение максимального объема нагрузки б) Оценка экономичности работы организма в) Измерение температуры мышц г) Подсчет частоты дыхания

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Часть солнечного спектра, оказывающее бактерицидное действие – это
2	Улучшение защитной функции кожи и состава крови происходит

ПК 1.5. Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	В связи с усилением синтеза структурных белков происходит рабочая гипертрофия, а именно	а) уменьшается число контактов между клеткой и сарколемой б) увеличивается количество миофибрил в) возрастает интенсивность процессов окислительного фосфорилирования г) возрастает риск переноса спортсменом «на ногах» какого-либо заболевания

2	Под влиянием тренировки содержание костного белка оссеина и минеральных веществ	а) увеличивается б) уменьшается в) остается неизменным г) усредняется
3	Причинами перетренированности являются	а) неправильная организация тренировочного процесса б) нерациональное питание в) неоправданное увеличение тренировочных нагрузок г) резкая смена климатических условий
4	Какое минимальное время должно пройти между предварительными и финальными соревнованиями в зоне большой мощности для полноценного восстановления спортсменов?	а) 12-24 часа б) 2-4 часа в) 48-72 часа г) 6-8 часов
5	Какой из перечисленных параметров необходимо контролировать в первую очередь при организации соревнований со статическими усилиями?	а) Температуру воздуха в помещении б) Артериальное давление участников в) Влажность воздуха г) Время удержания статического напряжения

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Отечность и кровоточивость десен связаны с
2	Авитаминоз – это ...

ПК 1.6. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую тренировочный процесс и соревновательную деятельность.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Под влиянием тренировки наибольшая гипертрофия мышц наблюдается при нагрузках	а) силовых б) скоростно-силовых в) аэробных г) смешанного характера
2	Рост тренированности сопровождается	а) понижением возбудимости и лабильности нервно-мышечного аппарата б) повышением возбудимости и лабильности нервно-мышечного аппарата в) понижением лабильности нервно-мышечного аппарата г) повышением возбудимости нервно-мышечного аппарата
3	Гипертрофия сердечной мышцы характеризуется	а) уменьшение общего объема сердца б) увеличение общего объема сердца в) увеличение емкости коронарных сосудов и увеличение емкости полостей сердца г) уменьшение емкости коронарных сосудов

4	Какая первичная документация используется при проведении углубленных медицинских обследований спортсменов?	а) Журнал учета УМО с указанием дат проведения, результатов и выводов б) Протоколы биохимических анализов и физиологических измерений в) Карты индивидуального контроля функционального состояния г) Журнал учета УМО с указанием дат проведения, результатов и выводов, протоколы биохимических анализов и физиологических измерений, карты индивидуального контроля функционального состояния
5	В какой документации фиксируются результаты текущих обследований спортсмена?	а) В журнале тренировочного процесса б) В протоколах ТО с ежедневной регистрацией показателей в) В дневнике самоконтроля спортсмена г) В отчете по соревновательной деятельности

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Вставьте пропущенные слова: «спортивная тренировка сопровождается
2	Особенности проведения подвижных игр на спортивных праздниках включают ...

ПК 1.7. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Основными физиологическими особенностями тренированного организма являются	а) медленная и равномерная активизация функций организма в начале работы б) рациональное использование ресурсов организма в) быстрая активизация функций организма в начале работы г) частичное использование ресурсов организма
2	Теоретическим обоснованием правомерности применения теста PWC является	а) зона максимального функционирования сердечно-сосудистой и респираторной систем в условиях, близких к минимальному потреблению кислорода б) зона оптимального функционирования сердечно-сосудистой и респираторной систем в условиях, близких к максимальному потреблению кислорода в) зона минимального функционирования сердечно-сосудистой и респираторной систем в условиях, близких к оптимальному потреблению кислорода г) зона минимального функционирования сердечно-сосудистой системы в

		условиях, близких к оптимальному потреблению кислорода
3	В зависимости от цели использования и конструкции технические средства и тренажёры подразделяются на	а) спортивные б) массовые в) оздоровительные г) индивидуальные
4	Какие морфофункциональные показатели являются ключевыми при первичном отборе спортсменов?	а) Только антропометрические данные б) Только уровень развития функциональных возможностей организма в) Антропометрические показатели и уровень развития функциональных возможностей организма г) Только показатели физической подготовки
5	Какие критерии относятся к медико-биологическим показателям при спортивном отборе?	а) Состояние здоровья и биологический возраст б) Только состояние функциональных систем в) Состояние здоровья, биологический возраст и морфофункциональные признаки г) Только психомоторные показатели

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Характеристика игр-аттракционов
2	Особенности проведения подвижных игр на местности, их характеристика

ПК 1.8. Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Абсолютными противопоказаниями к занятиям на тренажёрной технике являются	а) выраженная недостаточность кровообращения б) нарушение сердечного ритма в) недавние внутренние кровотечения г) ожирение 3-4 степени
2	Затрата энергии в килокалориях на суммарный объём тренировочной нагрузки называется	а) абсолютным показателем оптимального объёма нагрузки б) интегральным показателем оптимального объёма нагрузки в) относительным показателем оптимального объёма нагрузки г) индивидуальным показателем оптимального объёма нагрузки
3	Объективными и информативными критериями оценки физической нагрузки являются показатели	а) нервной системы б) мочевыделительной системы в) кардиореспираторной системы г) кровеносной системы
4	Как влияет применение допинга на	а) Ускоряет процессы гликолиза и

	метаболические процессы в организме спортсмена?	а) блокирует окислительное фосфорилирование б) Активирует только анаэробные пути энергообразования в) Нарушает гормональный баланс и искажает естественные метаболические пути г) Усиливает синтез белков и не влияет на энергетический обмен
5	Почему применение запрещенных субстанций в форме капель может привести к положительному допинг-тесту?	а) Потому что капли всегда содержат запрещенные вещества в высокой концентрации б) Из-за попадания запрещенных веществ через слизистые оболочки в системный кровоток в) Из-за неправильного хранения препаратов в форме капель г) Потому что капли нельзя использовать в спорте вообще

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Особенности проведения подвижных игр на воде, их характеристика
2	Характеристика народных игр

ПК 1.9. Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Основными составляющими расчета суточных энергозатрат являются	а) основной обмен, затраты на пищеварение б) основной обмен, затраты на мышечную деятельность в) основной обмен, затраты на мышечную деятельность, пищеварение, профессиональную деятельность г) основной обмен, затраты на мышечную деятельность, профессиональную деятельность
2	Оценка физического состояния по системе «Контрекс-1» включает	а) возраст б) масса тела в) электрокардиограмма г) артериальное давление
3	К основным гигиеническим средствам, обеспечивающим укрепление здоровья, восстановление и повышение общей и спортивной работоспособности относятся	а) правила личной гигиены б) психотерапия в) соблюдение рационального распорядка дня г) оптимальные санитарно-гигиенические условия быта
4	Какие основные факторы определяют совершенствование мышечной силы при регулярных	а) Только увеличение количества митохондрий б) Рост концентрации креатинфосфата и

	тренировках?	увеличение количества сократительных элементов в) Только повышение выносливости г) Улучшение координации движений
5	Какие биохимические изменения происходят в организме при долговременной адаптации к физическим нагрузкам?	а) Снижение энергетического потенциала б) Уменьшение количества миофибрилл в) Повышение скорости восстановительных процессов и увеличение содержания миофибрилл г) Снижение синтетической активности эндокринных желез

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Задачи проведения подвижных игр в игровых видах спорта.
2	Подвижные игры подготовительные к баскетболу.

ПК 1.10. Организовывать судейство спортивных соревнований в избранном виде спорта.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Вспомогательными гигиеническими средствами, обеспечивающими быстрое восстановление и стимуляцию общей, профессиональной и спортивной работоспособности являются	а) питание б) воздействие ионизированным воздухом в) биологически активные добавки г) бани
2	Тонизирующее воздействие на организм человека оказывают следующие гидропроцедуры	а) шотландский душ б) жемчужная ванна в) хлоридно-натриевая ванна г) щелочная ванна
3	Наиболее оптимальными условиями в сауне являются	а) температура воздуха 80-90°C и относительная влажность воздуха 5- 10% б) температура воздуха 90-100°C и относительная влажность воздуха 5- 10% в) температура воздуха 100-110°C и относительная влажность воздуха 10- 15%
4	Какие критерии спортивных результатов относятся к объективным?	а) Выраженные в безразмерных величинах (очки, баллы, ранги) б) Выраженные в физических единицах измерения (метры, секунды, килограммы) в) Сочетающие в себе объективные и субъективные оценки г) Основанные на впечатлениях судей
5	В каких видах спорта используется смешанная система оценки результатов?	а) Спортивная гимнастика и фигурное катание б) Прыжки на лыжах с трамплина и игровые виды спорта в) Бег на короткие дистанции и тяжелая атлетика г) Плавание и стрельба

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Подвижные игры подготовительные к волейболу.
2	Подвижные игры подготовительные к футболу.

ПК 2.1. Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Искусственное ультрафиолетовое облучение рекомендуется проводить с учётом светоклиматических особенностей местности в течение	а) зимнего периода б) весеннего периода в) осеннего периода г) осенне-зимнего периода
2	Искусственное насыщение воздуха отрицательными ионами - это	а) аэропоника б) аэроионизация в) аэрозольтерапия г) аэрография
3	На первом этапе дозировка воздушных ванн осуществляется за счёт	а) постепенного снижения атмосферного давления б) снижения температуры воздуха при постоянной длительности процедуры в) увеличения длительности процедуры при постоянной температуре г) постепенного снижения атмосферного давления, температуры воздуха при постоянной длительности процедуры
4	При планировании занятий по дополнительным дисциплинам, какой из перечисленных факторов является определяющим при выборе интенсивности физических нагрузок?	а) Время года и погодные условия б) Возрастные особенности и функциональное состояние организма занимающихся в) Личные предпочтения преподавателя г) Наличие спортивного инвентаря
5	Какие биохимические показатели необходимо учитывать при составлении плана тренировок для развития выносливости?	а) Уровень гемоглобина и количество лейкоцитов б) Содержание витаминов группы В в организме в) Скорость восстановления аденозинтрифосфата (АТФ) и интенсивность гликолиза г) Тип нервной системы и темперамент спортсмена

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
---	--------

1	Подвижные игры подготовительные к гандболу.
2	Образовательные задачи проведения подвижных игр с элементами легкой атлетики.

ПК 2.2. Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Водные процедуры необходимо проводить в следующей последовательности	а) растирание снегом, обливание, купание в открытом водоёме, душ, влажное обтирание; моржевание б) влажное обтирание, обливание, душ, купание в открытом водоёме, растирание снегом, моржевание в) влажное обтирание, душ, обливание, растирание снегом, купание в открытом водоёме, моржевание г) влажное обтирание, душ, обливание
2	Улучшение защитной функции кожи, активизация деятельности желез внутренней секреции, улучшение обмена веществ и состава крови, образование витамин Д происходит под влиянием	а) солнца б) воздуха в) воды г) отдыха
3	Массаж и самомассаж способствуют	а) улучшению защитных функций кожи б) увеличению эластичности и прочности сухожилий и связок в) активизации деятельности желез внутренней секреции г) увеличению прочности сухожилий
4	При анализе дополнительных занятий по физической культуре для студентов колледжа, какие физиологические показатели необходимо измерять для оценки эффективности занятий?	а) Только частоту сердечных сокращений до и после занятия б) Артериальное давление, частоту сердечных сокращений и показатели работоспособности в) Только результаты выполнения контрольных упражнений г) Только время, затраченное на выполнение заданий
5	Какой метод анализа дополнительных занятий по физической культуре позволяет наиболее точно определить адаптацию организма студента к физическим нагрузкам?	а) Подсчет количества выполненных упражнений б) Измерение только времени восстановления после нагрузки в) Оценка субъективных ощущений занимающихся г) Комплексный анализ биохимических показателей крови и физиологических характеристик

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Какие задачи решают подвижные игры:
2	Какие существуют формы организации подвижных игр?

ПК 2.3. Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Массаж следует выполнять в следующей последовательности	а) растирание, поглаживание, вибрация, ударные приёмы, разминание, выжимание б) поглаживание, выжимание, ударные приёмы, растирание, разминание, вибрация в) поглаживание, растирание, выжимание, разминание, ударные приёмы, вибрация г) поглаживание, растирание, разминание, выжимание, ударные приёмы, вибрация
2	Массажные движения выполняются:	а) от периферии к центру б) от центра к периферии в) в зависимости от локализации массируемого участка г) от позвоночника в разные стороны
3	Относительными противопоказаниями к проведению общего массажа являются	а) сахарный диабет б) пиелонефрит в) кровотечения г) гастрит
4	Как влияет активная досуговая деятельность на выработку нейромедиаторов в организме человека?	а) Увеличивает выработку серотонина и дофамина б) Снижает уровень норадреналина в) Блокирует выработку эндорфинов г) Не оказывает никакого влияния на нейромедиаторы
5	Какой физиологический процесс происходит в организме человека во время длительного пассивного досуга (например, при просмотре телевизора более 2 часов)?	а) Ускорение метаболизма б) Повышение мышечного тонуса в) Снижение скорости кровотока и гиподинамия г) Активизация работы щитовидной железы

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Сила как физическое качество – это ...
2	Средства развития силы и силовых способностей

ПК 2.4. Проводить набор и отбор в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Абсолютным	а) гастрит

	противопоказанием к применению точечного массажа является	к) б) чрезмерное возбуждение в) онкологическое заболевание г) ларингит
2	Противопоказанием к занятиям аутогенной тренировкой является	к) а) неврозы б) бронхиальная астма в начальной стадии в) острые соматические приступы и вегетативные кризы г) расстройства сна
3	Допинг это	а) фармакологический препарат, искусственно повышающий работоспособность и спортивный результат б) фармакологический препарат, искусственно повышающий работоспособность, укрепляющий иммунную систему и способствующий быстрому восстановлению организма после больших физических нагрузок в) фармакологический препарат, искусственно укрепляющий иммунную систему и способствующий быстрому восстановлению организма после больших физических нагрузок г) фармакологический препарат, искусственно повышающий спортивный результат
4	Какие критерии относятся к медико-биологическим показателям при спортивном отборе?	к) а) Состояние здоровья и биологический возраст б) Уровень развития физических качеств в) Техничко-тактическая подготовленность г) Психическая надежность в соревнованиях
5	На каком этапе спортивного отбора происходит массовый просмотр детей для определения их предрасположенности к конкретным видам спорта?	а) На первом этапе б) На втором этапе в) На третьем этапе г) На четвертом этапе

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Методы контроля за развитием силовых способностей.
2	Назовите упражнения сопряжённого действия

ПК 2.5. Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Побочными эффектами, возникающими в печени при длительном применении допинга, являются	а) нарушение выделительной функции печени б) гепатоцитоз в) закупорка желчных путей г) развитие гепатита, цирроз печени
2	Побочными эффектами, возникающими в мочеполовой системе у мужчин, вызванных	а) увеличение размеров и подвижности сперматозоидов б) резкое уменьшение продукции спермы

	применением анаболических гормонов угнетающих секрецию гипофиза и тестостерона являются	в) развитие гинекомастии г) развитие импотенции
3	Патологиями у женщин при приёме анаболических стероидов, вызывающих быстрое развитие явлений вирилизации являются	а) рост волос на подбородке и верхней губе б) развитие псевдогермафродитизма в) увеличение молочных желёз г) у беременных ускорение роста эмбриона
4	Какие физиологические процессы происходят в мышцах во время качественной разминки перед тренировкой?	а) Снижение эластичности мышечной ткани б) Активация метаболизма и мобилизация регионарного кровотока в) Уменьшение притока кислорода к тканям г) Снижение температуры мышечных волокон
5	Какое влияние оказывают умеренные физические нагрузки с использованием тейпов в первые дни восстановительного лечения на процессы в организме?	а) Замедляют процессы адаптации к физическим нагрузкам б) Усиливают мышечный кровоток и увеличивают доставку кислорода к тканям в) Способствуют развитию гиподинамии г) Снижают эластичность мышечной ткани

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Что включает контроль за развитием быстроты
2	Ловкость — это....

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Альтернативными допингами являются вещества	а) стимуляторы деятельности центральной нервной системы б) анаболизирующие средства растительного происхождения в) психотропные стимуляторы г) симпатомиметические амины
2	При первом выявлении приема симпатомиметиков спортсмен подвергается	а) дисквалификации до 6 месяцев б) дисквалификации до 2 лет в) дисквалификации пожизненно г) штрафом в размере 1 000 000 \$
3	По каким анализам, в соответствии с правилами МОК, определяют наличие допинга в организме	а) кровь б) моча в) кал г) слюна
4	Что является основной задачей научно-методического обеспечения	а) Проведение только медицинских обследований спортсменов

	в спортивной подготовке?	б) Получение точной и объективной информации о функциональном состоянии спортсменов и уровне их подготовленности в) Организация тренировочного процесса г) Разработка спортивного инвентаря
5	Какие специалисты должны входить в состав комплексных научных групп для полноценного научно-методического обеспечения?	а) Только тренеры и спортивные менеджеры б) Педагоги, физиологи, врачи и другие специалисты в) Только спортивные врачи г) Только физиологи и биохимики

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Переменный метод развития быстроты включает
2	Выносливость — это

ПК 3.2. Измерять и оценивать физическую и функциональную подготовленность занимающихся в циклах тренировки.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	При первом выявлении употребления допинговых средств спортсмен подвергается	а) дисквалификации на 2 года б) дисквалификации на 4 года в) дисквалификации пожизненно г) штрафом в размере 1 000 000 \$
2	При повторном выявлении употребления допинговых средств спортсмен подвергается	а) дисквалификации на 2 года б) дисквалификации на 8 лет в) дисквалификации пожизненно г) штрафом в размере 10 000 000\$
3	Массажные приёмы, воздействуя на лимфо- и кровотоки, вызывают	а) воздействие на местный лимфоток б) приток крови к массируемому участку в) замедление лимфообразования и лимфоотока г) расширение капилляров
4	Какой из перечисленных показателей НЕ относится к физиологическим методам оценки функционального состояния спортсмена?	а) Измерение частоты сердечных сокращений б) Анализ уровня лактата в крови в) Оценка стрессоустойчивости г) Измерение артериального давления
5	Что является ключевым показателем тренированности спортсмена?	а) Спортивный результат б) Уровень гемоглобина в крови в) Количество тренировочных часов г) Психоэмоциональное состояние

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Методы развития выносливости
2	Методы контроля за развитием выносливости.

ПК 3.3. Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы

на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Результат воздействия массажа на организм человека зависит от	а) половой принадлежности массируемого б) продолжительности массажа в) особенностей жиросложений массируемого г) преобладания процессов возбуждения или торможения в центральной нервной системе
2	Гуморальный фактор физиологического механизма воздействия массажа на организм проявляется в виде	а) образования в коже и поступления в кровь тканевых гормонов б) растягивания, смещения, давления, приводящих к усилению циркуляции лимфы, крови, межтканевой жидкости в) растягивания, смещения г) смещения, давления
3	Механический фактор физиологического механизма воздействия массажа на организм проявляется в виде	а) образования в коже и поступления в кровь тканевых гормонов б) растягивания, смещения, давления, приводящие к усилению циркуляции лимфы, крови, межтканевой жидкости в) растягивания, смещения г) смещения, давления
4	Что является основной задачей спортивной физиологии при систематизации передового опыта физкультурно-спортивной работы?	а) Изучение анатомического строения спортсменов б) Сравнительное изучение функционального состояния организма человека до, во время и после двигательной активности в) Исследование психологических аспектов спортивной деятельности г) Анализ биохимического состава крови во время тренировок
5	Какие основные направления включает в себя частная спортивная физиология при систематизации передового опыта?	а) Только физиологическую классификацию физических упражнений б) Только механизмы формирования двигательных навыков в) Физиологическую классификацию физических упражнений, механизмы формирования двигательных качеств, особенности тренировки женщин и детей, основы оздоровительной физической культуры г) Только особенности тренировки профессиональных спортсменов

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Гибкость — это

2	Средства развития гибкости
---	----------------------------

ПК 3.4. Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Тонизирующее действие массажа выражается	а) в ускорении тока крови и лимфы, что способствует улучшению доставки клеткам тканей кислорода и других питательных веществ б) в торможении деятельности центральной нервной системы, вызванное умеренным, ритмичным и продолжительным раздражением экстеро- и проприорецепторов в) в усилении процессов возбуждения в центральной нервной системе г) в активизации биоэнергетики мышц, повышении образования ацетилхолина, что ведет к ускорению передачи нервного возбуждения на мышечные волокна
2	Трофическое действие массажа выражается	а) в ускорении тока крови и лимфы, что способствует улучшению доставки клеткам тканей кислорода и других питательных веществ б) в торможении деятельности центральной нервной системы, вызванное умеренным, ритмичным и продолжительным раздражением экстеро- и проприорецепторов в) в усилении процессов возбуждения в центральной нервной системе г) в активизации биоэнергетики мышц, повышении образования ацетилхолина, что ведет к ускорению передачи нервного возбуждения на мышечные волокна
3	Успокаивающее действие массажа проявляется	а) в ускорении тока крови и лимфы, что способствует улучшению доставки клеткам тканей кислорода и других питательных веществ б) в торможении деятельности центральной нервной системы, вызванное умеренным, ритмичным и продолжительным раздражением экстеро- и проприорецепторов в) в усилении процессов возбуждения в центральной нервной системе г) в активизации биоэнергетики мышц, повышении образования ацетилхолина, что ведет к ускорению передачи нервного возбуждения на мышечные волокна
4	Какие основные разделы включает в себя спортивная физиология при составлении	а) Общая и частная физиология б) Физиология упражнений и биохимия в) Анатомия и физиология г) Спортивная медицина и педагогика

	методических материалов?	
5	Какие экспресс-методы используются для оценки функционального состояния спортсмена в процессе тренировок согласно методическим материалам?	а) Велоэргометр и тредбан б) Только лабораторные анализы в) Опрос и визуальное наблюдение г) Психологические тесты

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	В чем заключается визуальный контроль за развитием гибкости
2	Функциональная подготовленность — это

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физической культуры и спорта.

Задания закрытого типа

№ задания	Формулировка задания	Варианты заданий
1	Энерготропное действие массажа проявляется	а) в ускорении тока крови и лимфы, что способствует улучшению доставки клеткам тканей кислорода и других питательных веществ б) в торможении деятельности центральной нервной системы, вызванное умеренным, ритмичным и продолжительным раздражением экстеро- и проприорецепторов в) в усилении процессов возбуждения в центральной нервной системе г) в активизации биоэнергетики мышц, повышении образования ацетилхолина, что ведет к ускорению передачи нервного возбуждения на мышечные волокна
2	Целью предварительного (мобилизационного) массажа является	а) восстановление функционального состояния спортсмена, повышение физической работоспособности, снятие общего утомления б) функциональное лечение и восстановление физической работоспособности спортсмена после длительных перерывов в тренировках в) подготовка нервно-мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, ускорение процесса вработываемости, предупреждение травм опорно-двигательного аппарата г) подготовка нервно-мышечного аппарата
3	Перкуссионный массаж применяется	а) при уходе за нормальной кожей, для предупреждения ее старения б) при возникновении тяжелых травм, при которых может остановиться сердце, прекратиться дыхание в) при бронхитах и пневмониях для улучшения крово-, лимфообращения, улучшения легочной вентиляции г) при бронхитах и пневмониях для улучшения крово-

		лимфообращения
4	Какой из перечисленных методов исследования НЕ относится к методам сбора данных при проведении проектно-исследовательской работы в области физической культуры?	а) Спектроскопия тканей б) Анкетирование в) Физические тесты г) Наблюдение
5	Что является первым этапом при организации проектно-исследовательской деятельности на уроках физкультуры?	а) Постановка гипотезы б) Выбор методов исследования в) Сбор статистических данных г) Определение интересов и потребностей учащихся

Задания с развёрнутым ответом

№	Вопрос
1	Методы оценки функционального состояния человека на занятиях физической культурой и спортом.
2	Самоконтроль в физической культуре и спорте — это

Критерии оценки экзамена

Оценки «отлично» заслуживает обучающийся, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой, продемонстрировавший умение применять теоретические сведения для решения практических задач, умеющий находить необходимую информацию и использовать ее.

Оценки «хорошо» заслуживает обучающийся, обнаруживший полное знание учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе. Оценка "хорошо" выставляется обучающимся, показавшим систематический характер знаний по учебной дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Оценки «удовлетворительно» заслуживает обучающийся, обнаруживший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой. Оценка "удовлетворительно" выставляется обучающимся, допустившим погрешности в устном ответе и при выполнении заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

Критерии оценки зачета

Оценка «зачтено» выставляется, если обучающийся исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно излагает материал по вопросам изученного материала, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с решением практических задач и способен обосновать принятые решения, не допускает существенных неточностей при ответах

Оценка «не зачтено» выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания.

Критерии оценки практических заданий

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он свободно справляется с практическими заданиями, причем не затрудняется с ответом, правильно обосновывает принятое нестандартное решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических заданий.

Оценка «хорошо» ставится обучающемуся, если он правильно применяет теоретические положения при решении практических заданий, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения, а также имеет достаточно полное представление о значимости знаний, умений по дисциплине.

Оценка «удовлетворительно» ставится обучающемуся, если он допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает сложности при выполнении практических заданий и затрудняется связать теорию вопроса с практикой.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает серьезные ошибки, не имеет представлений по методике выполнения практических заданий. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по данной дисциплине.

Критерии оценки тестовых заданий

Для оценки результатов тестирования предусмотрена следующая система оценивания учебных достижений студентов: за каждый правильный ответ ставится 1 балл, за неправильный ответ – 0 баллов.

«отлично» - от 85% до 100% правильных ответов

«хорошо» - от 70 % до 84% правильных ответов

«удовлетворительно» - от 51% до 69% правильных ответов
«неудовлетворительно» - менее 50 % правильных ответов

Критерии оценки контрольных вопросов

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с вопросами, причем не затрудняется с ответом при видоизменении вопроса.

Оценка «хорошо» ставится обучающемуся, 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 вопросов, а также имеет достаточно полное представление о значимости знаний по дисциплине.

Оценка «удовлетворительно» ставится обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, неуверенно отвечает, допускает серьезные ошибки, как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по данной дисциплине.

Критерии оценки разноуровневых задач и заданий

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он свободно справляется с разноуровневыми задачами и заданиями, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятое нестандартное решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения разноуровневых задач и заданий по формированию компетенций.

Оценка «хорошо» ставится обучающемуся, если он правильно применяет теоретические положения при решении разноуровневых задач и заданий владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения, а также имеет достаточно полное представление о значимости знаний, умений по дисциплине.

Оценка «удовлетворительно» ставится обучающемуся, если он допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает сложности при выполнении разноуровневых задач и заданий и затрудняется связать теорию вопроса с практикой.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает серьезные ошибки, не имеет представлений по методике выполнения практической работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение без

дополнительных занятий по данной дисциплине.

Критерии и шкала оценивания уровня освоения компетенции

Шкала оценивания		Уровень освоения компетенции	Критерии оценивания
отлично	зачтено	высокий	студент, овладел элементами компетенции «знать», «уметь» и «владеть», проявил всесторонние и глубокие знания программного материала по дисциплине, освоил основную и дополнительную литературу, обнаружил творческие способности в понимании. изложении и практическом использовании усвоенных знаний.
хорошо		достаточный	студент овладел элементами компетенции «знать» и «уметь», проявил полное знание программного материала по дисциплине, освоил основную рекомендованную литературу. обнаружил стабильный характер знаний и умений и проявил способности к их самостоятельному применению и обновлению в ходе последующего обучения и практической деятельности.
удовлетворительно		базовый	студент овладел элементами компетенции «знать», проявил знания основного программного материала по дисциплине в объеме, необходимом для последующего обучения и предстоящей практической деятельности, изучил основную рекомендованную литературу, допустил неточности в ответе на экзамене, но в основном обладает необходимыми знаниями для их устранения при корректировке со стороны экзаменатора.
неудовлетворительно	не зачтено	Компетенция не сформирована	студент не овладел ни одним из элементов компетенции, обнаружил существенные пробелы в знании основного программного материала по дисциплине, допустил принципиальные ошибки при

			применении теоретических знаний, которые не позволяют ему продолжить обучение или приступить к практической деятельности без дополнительной подготовки по данной дисциплине.
--	--	--	--

Процедура оценивания знаний и умений, навыков характеризующих этапы и уровни формирования компетенций

Разноуровневые задания и задачи позволяют оценить уровень знаний студентами практического материала по дисциплине. Осуществляется на бумажных носителях по вариантам. Количество вопросов в каждом варианте не менее 20. Отведенное аудиторное время на подготовку - 60 мин.

Тестовые задания - стандартный способ проверки знаний через ответы на вопросы с вариантами ответов. Тестовые задания могут включать вопросы теоретического и практического материала. Осуществляется на бумажных носителях в нескольких вариантах. Количество вопросов в каждом варианте не менее 20. Отведенное время на подготовку - 60 мин.

Практические задания - позволяют оценивать знания, умения, применять полученные знания и умения для решения практических задач по теме или разделу учебного материала. Количество вопросов в каждом задании - не более 5. Отведенное время на подготовку – до 35 мин.

Контрольные задания - позволяют оценить уровень знаний студентами практического материала по дисциплине. Осуществляется на бумажных носителях по вариантам. Количество вопросов в каждом варианте - 3. Отведенное аудиторное время на подготовку – до 45 мин.

Контрольные вопросы - средство, позволяющее оценивать знания и умения изученного материала, правильно использовать понятия в рамках определенного раздела дисциплины. Количество вопросов - не более 5. На подготовку ответа на одного студента отводится до 15 мин.

Зачет является формой промежуточной аттестации по дисциплине и проводится в установленные сроки проведения промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом. Зачет проходит в устной форме в виде собеседования по вопросам итогового контроля. При выставлении результата по зачету учитывается уровень приобретенных знаний и умений обучающегося. Аудиторное время, отведенное студенту на подготовку, составляет 15-20 мин.

Дифференцированный зачет является формой промежуточной аттестации по дисциплине и проводится в установленные сроки проведения промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом. Аудиторное время, отведенное студенту на подготовку - 15-20 мин.

Экзамен является формой промежуточной аттестации и проводится в установленные сроки проведения промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом. Экзамен проводится по экзаменационным билетам в

устной или письменной форме преподавателем, которые вели данную дисциплину в течение учебного года (семестра). На подготовку и сдачу экзамена на одного студента отводится до 30 мин.