Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение

высшего образования

**«Финансовый университет при Правительстве**

**Российской Федерации»**

**(Финансовый университет)**

**Липецкий филиал Финуниверситета**

**Кафедра «Менеджмент и общегуманитарные дисциплины»**

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора

по учебно-методической работе

Липецкого филиала Финуниверситета

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Н. Левчегов

«*24*» сентября 20*24* г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**по дисциплине**

**ОГСЭ.04 «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

для проведения процедуры контроля остаточных знаний и диагностических работ по направлению подготовки 10.02.04 Обеспечение информационной безопасности телекоммуникационных систем

**Составитель:** Мельников В.В., к.п.н., доцент, доцент кафедры «Менеджмент и общегуманитарные дисциплины»

*Рекомендовано Ученым советом Липецкого филиала,*

*протокол № 19 от 24 сентября 2024 года*

*Одобрено кафедрой «Менеджмент и общегуманитарные дисциплины»*

*протокол № 1 от 27 августа 2024 года*

# Липецк 2024

1. **Кодификатор фонда оценочных средств**

Наименование учебной дисциплины: «Адаптивная физическая культура»

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код  ПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 04  Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде | Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами. | Роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.  Видов активности и методы её использования для приобретения социальных качеств таких как: терпимость, готовность прийти на помощь, способность к сотрудничеству, умения общаться в коллективе и вести себя в конфликтных ситуациях.  О коллективных спортивных играх, для умения строить отношения с другими людьми, отстаивать свои позиции, признавать собственные ошибки |
| ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности | Использовать физкультурно- оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для  данной специальности | Условий профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности.  Основ здорового образа жизни. Эффективных средств, профилактики перенапряжения, утомляемости в трудовом процессе.  Рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности. |

**2****. Оценочные материалы**

1*.* Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Составная часть культуры, используемая в целях физического развития человека, укрепление его здоровья и совершенствование его физической активности называется \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.*

2. Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Деятельность человека, в основе которой лежит соревновательный аспект, выявляющая победителей и определяющая спортивные достижения, называется \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.*

3.Выберите один верный ответ.

*Гипокинезия — это:*А) Укрепление мышц человека

Б) Нарушение функций организма при ограничении двигательной активности

В) Медленная ходьба

4.Выберите один верный ответ.

*Врачебный контроль — это:*

А) Система контроля за состоянием здоровья занимающихся

Б) Ведение дневника самоконтроля

В) Чтение литературы о здоровье человека

5. Выберите один верный ответ.

*Пространственные характеристики техники движений включают в себя:*

А) скорость, темп, ритм

Б) ускорение, длительность, силы трения

В) положение тела и его частей, траекторию движений

6. Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Способность человека выполнять действия длительное время, без снижения эффективности, характеризующаяся противостоянием организма человека к утомлению это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.*

7. Выберите один верный ответ.

*Какое из этих упражнений подходит для развития быстроты?*

А) Кросс 10км

Б) Отжимания

В) Ускорение 30м

*8.* Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Вид спорта, которого не существует в Олимпийской программе по легкой атлетике – это метание \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.*

*9.* Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Укажите цифрой сколько очков дается за забитый мяч со штрафной линии.*

*10.* Выберите один верный ответ.

*Кто придумал баскетбол как игру:*А) Д. Формен

Б) Д. Фрейзер

В) Д. Нейсмит

*11.* Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Укажите цифрой из скольких партий состоит игра в волейбол.*

*12.* Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Сколько времени (секунд) отводится игроку для выполнения подачи в волейболе? Укажите ответ цифрой.*

*13.* Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Назовите снаряд, который толкают в легкой атлетике.*

*14.* Ознакомьтесь с вопросом, продумайте логику и полноту ответа, затем запишите его чёткими формулировками.

*Как называется спортивный бег на дистанцию 42 км 195 м?*

*15.* Выберите один верный ответ.

*В спринте применяется старт:*

А) средний (полунизкий)

Б) низкий

В) высокий

**3.Критерии оценки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Объем выполнения** | **Оценка** | **Критерии оценки** |
| от 61 до 70 | зачет | *-* теоретическое содержание дисциплины освоено полностью, сформированы необходимые практические навыки и  умения, выполнены все задания. |
| от 49 до 60 | теоретическое содержание дисциплины освоено полностью, сформированы необходимые практические навыки и умения не в полном объеме, выполнены все задания, при выполнении которых были обнаружены ошибки и недочеты. |
| от 35 до 48 | теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, сформированы в основном необходимые практические навыки и умения, выполнено большинство заданий, при  выполнении которых были обнаружены ошибки  и недочеты**.** |
| от 0 до 50 | незачет | теоретическое содержание дисциплины не освоено, не сформированы необходимые практические навыки и умения, выполненные учебные задания содержат ошибки и недочеты*.* |

**4. Ключ (правильные ответы)**

1. Ответ: физическая культура

2. Ответ: спорт

3. Ответ: Б

4. Ответ: А

5. Ответ: В

6. Ответ: выносливость

7. Ответ: В

8. Ответ: мяча

9. Ответ: 1

10. Ответ: В

11. Ответ: 5

12. Ответ: 8

13. Ответ: ядро

14. Ответ: марафон

15. Ответ: Б