

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 25.06.2025 13:48:25
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdfc836

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

для промежуточной аттестации по дисциплине

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Код, направление подготовки	09.03.04. ПРОГРАММНАЯ ИНЖЕНЕРИЯ
Направленность (профиль)	Программное обеспечение компьютерных систем
Форма обучения	Очная
Кафедра разработчик	Кафедра физической культуры
Выпускающая кафедра	Кафедра автоматики и компьютерных систем

Промежуточная аттестация проходит в виде зачета, для подведения итогов которого применяется СТО-2.12.15 «Положение о балльно-рейтинговой системе оценки качества учебной работы студентов при освоении элективных дисциплин по физической культуре и спорту» (БРСОК). Одним из компонентов БРСОК является проверка уровня освоения теоретических знаний.

Типовые вопросы по проверке уровня теоретической подготовленности

1. Понимание спорта в узком и широком смысле отличается тем, что?
2. Основным документом, регламентирующим деятельность в области физической культуры и спорта в РФ является?
3. По количеству участников и особенностям взаимодействия выделяют следующие виды спорта?
4. К циклическим видам спорта относят ...?
5. К видам спорта, развивающим выносливость относят...?
6. Виды спорта, развивающие силу и скоростно-силовые качества?
7. К военно-прикладным видам спорта относят ...?
8. Виды спорта, результат соревнований в которых зависит от согласованности и синхронности действий спортсменов?
9. Основные вехи истории возникновения и современное состояние развития выбранного вида спорта (плавание, дзюдо, легкая атлетика, северная ходьба).
10. Обозначьте ключевые особенности технических действий, осуществляемых спортсменами в процессе индивидуальных действий в выбранном виде спорта?
11. Что понимается под термином «интегральная подготовка» спортсмена?
12. Назовите основные формы организации обучения и тренировки в выбранном виде спорта?
13. Назовите основные части занятия, правила нормирования нагрузки?
14. Какие правила техники безопасности, основы личной гигиены необходимо соблюдать при организации и проведении занятий по индивидуальным видам спорта?
15. Обозначьте основные положения правил в выбранном виде спорта?
16. Физическая нагрузка во время занятий в выбранном виде спорта, объем и интенсивность, как они определяются?
17. Контроль и самоконтроль во время проведения организованных и самостоятельных занятий в выбранном виде спорта?
18. Какие показатели могут фиксироваться в дневнике самоконтроля?
19. Какие существуют правила в организации питания до и после тренировочного занятия?
20. К основным принципам построения самостоятельного тренировочного процесса относят ...?