

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Минцаев Мухамед Шаваршевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 22.03.2024 14:18:36

Уникальный программный ключ:

236bcc35c296f119d6aafdc22836b21db52dbc07971a88865a5825191a4304cc

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**

**УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА»**

### **Кафедра «Физвоспитание»**

УТВЕРЖДЕН

на заседании кафедры  
«\_29\_»\_\_08\_\_2020\_\_ г., протокол №\_1\_\_

Заведующий кафедрой



\_\_\_\_\_ А.Х. Мамадиев

### **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**«Прикладная физическая культура»**

**Направление подготовки**

*38.03.01 Экономика*

**Профиль**

*«Экономика предприятий и организаций (в нефтяной и газовой промышленности)»*

**Квалификация**

*Бакалавр*



Составитель: \_\_\_\_\_/Г.И.Зулаева/

**Грозный – 2020**

## ПАСПОРТ

### ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

«Физическая культура»

<b>№ п/п</b>	<b>Контролируемые разделы (темы) дисциплины*</b>	<b>Код контролируемой компетенции (или ее части)</b>	<b>Наименование оценочного средства</b>
1.	Лекция 1 «Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов»	ОК-8	Коллоквиум, собеседование
2.	Лекция 2 «Основы здорового образа жизни»	ОК-8	Коллоквиум, собеседование
3.	Методико-практическое занятие 1 «Методы оценки физического развития, функционального состояния организма»	ОК-8	Кейс - задача
4.	Методико-практическое занятие 2 «Методики оценки работоспособности, усталости, утомления, перенапряжения и применения средств, для их направленной коррекции»	ОК-8	Кейс - задача
5.	Итоговая аттестация	ОК-8	Зачет

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование оценочного средства</b>	<b>Краткая характеристика оценочного средства</b>	<b>Представление оценочного средства в фонде</b>
1.	Коллоквиум, собеседование	Выявление уровня знаний по пройденному учебному материалу	Вопросы по лекционному материалу
2.	Кейс - задача	Практическое индивидуальное или групповое задание, для закрепления навыков оценки физической подготовки, признаков утомления. С учетом методик здоровьесберегающих технологий	Темы кейс-задач
3.	Зачет	Итоговая проверка знаний	Билеты к зачету (33 билета по 2 вопроса)

## 1. КОЛЛОКВИУМ, СОБЕСЕДОВАНИЕ

### Вопросы по лекционному материалу:

1. История развития физической культуры.
2. Цель и задачи физического воспитания в вузе.
3. Понятия физическая культура, физическое воспитание, физическое развитие, физическое образование, физическое совершенство.
4. Понятия физическая подготовка, физическая подготовленность, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка.
5. Какими показателями характеризуется процесс физического развития?
6. Перечислите законы, которыми определяется и которым подчиняется процесс физического развития человека.
7. Что является результатом физической подготовки?
8. Перечислите важнейшие показатели физически совершенного человека современности.
9. Назовите основные виды физической культуры.
10. Перечислите отличительные признаки базовой физической культуры.
11. Понятие спорт как компонент физической культуры.
12. Раскройте понятие оздоровительно-реабилитационной физической культуры и профессионально-прикладной физической культуры.
13. Средства формирования физической культуры студентов.
14. На что направлено содержание фоновой физической культуры?.
15. Раскройте понятие физическое упражнение.
16. Социальная роль, функции физической культуры и спорта.
17. Распределение студентов по учебным отделениям для практических занятий.
18. Зачетные требования по учебной дисциплине «Физическая культура».
19. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
20. Понятие «здоровье» и основные его компоненты
21. Факторы, определяющие здоровье человека.
22. Здоровый образ жизни и его составляющие.
23. Разумное чередование труда и отдыха, как компонент ЗОЖ.
24. Рациональное питание и ЗОЖ.
25. Отказ от вредных привычек и соблюдение правил личной и общественной гигиены.
26. Двигательная активность — как компонент ЗОЖ.
27. Выполнение мероприятий по закаливанию организма.
27. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие реализации мероприятий ЗОЖ.

28. Дайте определения понятиям: работоспособность, утомление, переутомление, усталость
29. Понятия: самочувствие, рекреация, релаксация
30. Психологические характеристики интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
31. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы её определяющие.
32. Основные причины изменения психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно - эмоционального и психофизического утомления.
33. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервноэмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда.
34. Что принято называть физическими качествами?
35. Основные физические качества.
36. Употребление терминов «развитие» и «воспитание» применительно к динамике изменения показателей физических качеств.
37. Раскройте термин «физические (движительные) способности».
38. Сила. Средства и методы развития.
39. Быстрота. Средства и методы развития.
40. Выносливость. Средства и методы развития.
41. Гибкость. Средства и методы развития.
42. Ловкость. Средства и методы развития ловкости.

### **Критерии оценки:**

- (5 баллов) Студент правильно ответил на теоретических вопрос. Показал отличные знания в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы;

-(4 баллов) Студент ответил на теоретический вопрос с небольшими неточностями. Показал хорошие знания в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов;

– (3 баллов) Студент ответил на теоретический вопрос с существенными неточностями. Показал удовлетворительные знания в рамках усвоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы было допущено много неточностей;

–(2 баллов) При ответе на теоретический вопрос студент продемонстрировал недостаточный уровень знаний. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов;

## 2. КЕЙС-ЗАДАЧА

### **Задания:**

- Оценка физического развития, функционального состояния организма.
- Оценка усталости, утомления, перенапряжения.

### **Критерии оценки:**

- (5 баллов) Студент правильно выполнил методико-практическое задание. Показал отличные умения в рамках освоенного учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы.
- (4 балла) Студент выполнил методико-практическое задание с небольшими неточностями. Показал хорошие умения в рамках освоенного учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов;
- (3 балла) Студент выполнил методико-практическое задание с существенными неточностями. Показал удовлетворительные умения в рамках освоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы было допущено много неточностей;
- (2 балла) При выполнении методико-практического задания студент продемонстрировал недостаточный уровень умений. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов.

### 3. ЗАЧЕТ

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №1 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Быстрота, гибкость. Средства и методы развития.
2. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №2 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Факторы, определяющие здоровье человека.
2. Гигиена самостоятельных занятий.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ № 3 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Здоровый образ жизни и его составляющие.
2. Формы, содержание, организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №4 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Цель и задачи физического воспитания в вузе.
2. Субъективные показатели самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №5 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Понятия физическая культура, физическое воспитание, физическое развитие, физическое образование, физическое совершенство.
2. Субъективные показатели самоконтроля при занятиях физическими упражнениями

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №6 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Разумное чередование труда и отдыха, как компонент ЗОЖ.
2. Особенности самостоятельных занятий для женщин.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №7 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Факторы, определяющие здоровье человека.
2. Гигиена самостоятельных занятий.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №8 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Рациональное питание и ЗОЖ.
2. Объективные показатели самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №9 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Какими показателями характеризуется процесс физического развития?
2. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №10 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Что такое спорт и чем он отличается от физической культуры?
2. Двигательная активность — как компонент ЗОЖ.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №11 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Гигиена питания, питьевого режима, уход за кожей. Закаливание.
2. Перечислите законы, которыми определяется и которым подчиняется процесс физического развития человека.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №12 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Перечислите мероприятия по закаливанию организма.
2. Перечислите особенности спорта.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ 13 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Что является результатом физической подготовки?
2. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №14 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. На какие пять групп можно разделить виды спорта?

Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие реализации мероприятий ЗОЖ «УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №15 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Перечислите важнейшие показатели физически совершенного человека современности.
2. Какие существуют формы самостоятельных занятий физической культурой?

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №16 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Назовите сферы спортивного движения.
2. Дайте определения понятиям: работоспособность, утомление, переутомление, усталость.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №17 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Назовите основные виды физической культуры.  
Характеристика утренней гигиенической гимнастики

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №18 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. В чем заключается особенность студенческого спорта?
2. Понятия: самочувствие, рекреация, релаксация.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №19 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Перечислите отличительные признаки базовой физической культуры.
2. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №20 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Охарактеризуйте современные виды спорта.
2. Психологические характеристики интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №21 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Понятие спорт как компонент физической культуры.
2. Как определить оптимальную интенсивность ходьбы?

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №22 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Каковы мотивы, побуждающие учащихся заниматься спортом?
2. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы её определяющие.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №23 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Сила, ловкость. Средства и методы развития.
2. Охарактеризуйте зоны тренировки при занятиях оздоровительным бегом.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №24 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Основные причины изменения психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно - эмоционального и психофизического утомления.
2. Какие психологические качества присущи спортсменам?

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №25 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Средства формирования физической культуры студентов.
2. Методика самостоятельных занятий оздоровительным плаванием

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №26 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Охарактеризуйте виды спорта, развивающие выносливость.
2. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервноэмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №27 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. На что направлено содержание фоновой физической культуры?
2. Методика самостоятельных занятий силовыми упражнениями.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №28 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. На что направлено содержание фоновой физической культуры?
2. Методика самостоятельных занятий силовыми упражнениями.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №29 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. На что направлено содержание фоновой физической культуры?
2. Методика самостоятельных занятий силовыми упражнениями.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №30 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. На что направлено содержание фоновой физической культуры?
2. Методика самостоятельных занятий силовыми упражнениями.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №31 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Охарактеризуйте виды спорта, развивающие скоростно-силовые качества.
2. Употребление терминов «развитие» и «воспитание» применительно к динамике изменения показателей физических качеств.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №32 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
2. Факторы, учитываемые при дозировании физических нагрузок.

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

**ГРОЗНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЯНОЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М.Д.МИЛЛИОНЩИКОВА  
БИЛЕТ №33 к Зачету**

**Дисциплина Физическое воспитание**

**Институт ИТПиЦЭ группа ЗБД семестр 1**

1. Роль физической культуры в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста.
2. Раскройте термин «физические (двигательные) способности»

«УТВЕРЖДАЮ»

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

### **Критерии оценки:**

**-оценка «зачтено»** (\_\_\_баллов) Студент правильно ответил на теоретический вопрос билета. Показал отличные знания в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы;

**- оценка «не зачтено»** (\_\_\_баллов) При ответе на теоретические вопросы билета, студент продемонстрировал недостаточный уровень знаний. При ответах на дополнительные вопросы было допущено множество неправильных ответов;