

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

ПРЕДМЕТНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ

Управление параметрами физических нагрузок

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Л1 Теоретических основ физического воспитания		
Учебный план	44.03.05 Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка) (о, 2026).plx Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка) Выпускающие кафедры: Теоретических основ физического воспитания; Методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта; Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности; Педагогики		
Квалификация	Бакалавр		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:			
аудиторные занятия	0		
самостоятельная работа	30		
контактная работа во время промежуточной аттестации (ИКР)	0		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
Неделя	12 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Лабораторные	14	14	14	14
Практические	14	14	14	14
Контроль на промежуточную аттестацию (зачет)	0,33	0,33	0,33	0,33
В том числе в форме практ.подготовки	24	24	24	24
Итого ауд.	42	42	42	42
Контактная работа	42,33	42,33	42,33	42,33
Сам. работа	30	30	30	30
Часы на контроль	35,67	35,67	35,67	35,67
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

к.б.н., доцент, Трусей И.В. _____

Рабочая программа дисциплины

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)

Выпускающие кафедры:

Теоретических основ физического воспитания;

Методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта;

Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности;

Педагогики

утвержденного учёным советом вуза от 01.01.1754 протокол № .

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Протокол от 06.05.2026 г. № 15

Зав. кафедрой Ситничук С.С.

Согласовано с представителями работодателей на заседании НМС УГН(С), протокол №7 от 07.05.2026 г.

Председатель НМС УГН(С)

Казакевич Н.Н.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Формирование у обучающихся знаний, умений навыков в области физиолого-биохимических основ физической культуры и спорта для эффективной организации педагогического и спортивного контроля при планировании учебно-тренировочного процесса по базовым и новым видам спорта

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.02.ДВ.04
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Культура здоровья педагога	
2.1.2	Анатомия и биомеханика человека	
2.1.3	Физиология человека	
2.1.4	Теория и практика обучения	
2.1.5	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья	
2.1.6	Физиология физкультурно-спортивной деятельности	
2.1.7	Методика преподавания предмета «Физическая культура»	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Предметно-практический модуль	
2.2.2	Предметно-практический модуль	
2.2.3	Производственная практика	
2.2.4	Организация внеучебной деятельности по физической культуре в образовательных учреждениях	
2.2.5	Организация физкультурно-оздоровительной работы в рекреационных зонах	
2.2.6	Научно-исследовательская работа	
2.2.7	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

УК-6.1: Оценивает личностные ресурсы по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни

Знать:

Уровень 1	На продвинутом уровне знать особенности самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни
Уровень 2	На среднем уровне знать особенности самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни
Уровень 3	На базовом уровне знать особенности самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни

Уметь:

Уровень 1	На продвинутом уровне уметь применять методы самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни
Уровень 2	На среднем уровне уметь применять методы самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни
Уровень 3	На базовом уровне уметь применять методы самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни

Владеть:

Уровень 1	На продвинутом уровне уметь владеть методами самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни
Уровень 2	На среднем уровне уметь владеть методами самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни
Уровень 3	На базовом уровне уметь владеть методами самоконтроля по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни

		течение всей жизни
УК-6.2: Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития		
Знать:		
Уровень 1	На продвинутом уровне знать как оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
Уровень 2	На среднем уровне знать как оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
Уровень 3	На базовом уровне знать как оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
Уметь:		
Уровень 1	На продвинутом уровне применять методы оценки эффективности использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
Уровень 2	На среднем уровне применять методы оценки эффективности использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
Уровень 3	На базовом уровне применять методы оценки эффективности использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
Владеть:		
Уровень 1	На продвинутом уровне методами оценки эффективности использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
Уровень 2	На среднем уровне методами оценки эффективности использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
Уровень 3	На базовом уровне методами оценки эффективности использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития	
ПК-7: Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности		
ПК-7.1: Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе		
Знать:		
Уровень 1	На продвинутом уровне особенности профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе	
Уровень 2	На среднем уровне особенности профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе	
Уровень 3	На базовом уровне особенности профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе	
Уметь:		
Уровень 1	На продвинутом уровне осуществлять профилактику детского травматизма и использовать здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе	
Уровень 2	На среднем уровне осуществлять профилактику детского травматизма и использовать здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе	
Уровень 3	На пороговом уровне осуществлять профилактику детского травматизма и использовать здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе	
Владеть:		
Уровень 1	На продвинутом уровне методами профилактики детского травматизма и использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе	
Уровень 2	На среднем уровне методами профилактики детского травматизма и использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе	
Уровень 3	На базовом уровне методами профилактики детского травматизма и использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Механизмы энергообеспечения мышечного сокращения						
1.1	Строение и функции косо-мышечной системы /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1		
1.2	Анаэробные механизмы энергетического обеспечения мышечной работы /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 ПК-7.1	Л1.1 Л1.2Л2.1		

1.3	Аэробные механизмы энергообеспечения мышечного сокращения /Лек/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 ПК-7.1	Л1.1 Л1.2Л2.1		
1.4	Физиолого биохимические основы мышечного сокращения /Пр/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 ПК-7.1	Л1.1 Л1.2Л2.1		
1.5	Рефлекторная деятельность нервной системы. Прориорецепция. Виды рефлексов. /Пр/	7	4	УК-6.1	Л1.1 Л1.2Л2.1		
1.6	Механизм формирования двигательного навыка /Пр/	7	2	УК-6.1	Л1.1 Л1.2Л2.1		
1.7	Определение физической работоспособности организма /Лаб/	7	4	УК-6.1 УК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1		
1.8	Оценка функционального состояния организма с помощью расчетных методов /Лаб/	7	2	УК-6.1 УК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1		
1.9	Особенности пищеварения спортсменов /Лаб/	7	2	УК-6.1 УК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1		
	Раздел 2. Управление параметрами нагрузки при занятиях разными видами спорта						
2.1	Физическая нагрузка и ее составляющие /Лек/	7	4	УК-6.1 УК-6.2 ПК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1		
2.2	Особенности энергообеспечения при занятиях разными видами физических упражнений /Лек/	7	2	УК-6.1 УК-6.2 ПК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1		
2.3	Характеристика интенсивности физической нагрузки. Фазы интенсивности нагрузки /Пр/	7	4	УК-6.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1		
2.4	Оценка динамики показателей ССС при физической нагрузке /Лаб/	7	4	УК-6.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1		
2.5	Физическая работоспособность в избранном виде спорта /Ср/	7	30	УК-6.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1		
2.6	Промежуточная аттестация /Экзамен/	7	35,67	УК-6.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1		
2.7	Определение индивидуальных зон интенсивности /Лаб/	7	2	УК-6.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1		
2.8	Зачет /КРЗ/	7	0,33	УК-6.2	Л1.1 Л1.2Л2.1		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Примерные задания для текущего контроля:

Двигательное умение, Двигательные умения высшего порядка, Двигательный акт, Двигательный навык. Двигательное действие — это целенаправленный двигательный акт, состоящий из движений и поз.

2. Соотнесите характеристику с видом двигательного действия:

Двигательное умение А - управление движениями происходит неавтоматизированно Б - сознание загружено контролем каждого движения

В - высокая быстрота выполнения действия Г - отсутствие излишнего напряжения мышц

Д - действие выполняется неэкономно, при значительной степени утомления Е - автоматизированное управление движениями

Ё - относительная расчленённость движений и нестабильность действия Ж - слитность движений

З - непрочное запоминание действия

И - экономичность и точность движений К - высокая устойчивость действия

Л - сознание направлено, главным образом, на узловыe компоненты

действия, восприятие изменяющейся обстановки и конечные результаты действия.

Двигательный навык

3. Охарактеризуйте виды рефлексов (безусловный, условный, сенсорный и оперантный).

Нарисовать интеллект-карту.

4. Нарисуйте в тетради рефлекторную дугу, подпишите ее составные части (рабочий орган, эффектор, аффлектор, раздражитель, рецептор, аксон чувствительного (аффлекторного) нейрона, аксон моторного (эффекторного) нейрона)

5. Как происходит передача нервного импульса по нейронам?

Что такое потенциал покоя? Что такое потенциал действия? Зарисуйте схему ПП и ПД себе в тетрадь.

6. Изучим что такое рецептор.

Рецептор – специализированная клетка, эволюционно приспособленную к восприятию из внешней или внутренней среды определенного раздражителя и к преобразованию его энергии из физической или химической формы в форму нервного возбуждения. Рассмотрите схему, дайте ответ на вопросы? Сформулируйте свой вопрос!

Проприорецепторы – чувствительные нервные окончания, расположенные в мышечно-суставном аппарате (мышцах, связках, суставных сумках), помогают определить положение тела в пространстве. Раздражитель – растяжение мышц.

Проприорецепция – это ощущение положения тела в пространстве.

Виды проприорецепторов:

1. Суставные рецепторы — дают информацию об углах в каждом суставе и, следовательно, о положении конечностей, направлении и скорости их движения.
 2. Сухожильные органы Гольджи — рецепторы веретенообразной или цилиндрической формы, воспринимающие положение и движение тела и конечностей.
 3. Мышечные веретена (интрафузальные волокна) — вытянутая и расширенная посередине структура, расположенная в толще мышцы. Они передают информацию об изменениях натяжения мышцы, о скорости ее растяжения, а также о постоянном натяжении и положении мышц.
- Рис. 3. Основные виды проприорецепторов.

7. Механизм формирования ДН. Расставьте этапы формирования ДН в правильной последовательности с точки зрения методики ФВ.

Формирование знаний о сущности двигательного действия. Основные опорные точки М. М. Боген (1985) (ООТ) - элементы двигательного действия и особенности условий, требующие концентрации внимания для успешного выполнения действий.

Создание полноценного представления об изучаемом движении по каждой ООТ (рис. 4). Освоение изучаемого двигательного действия в целом.

Формирование у занимающихся положительной учебной мотивации.

2. Темы практических работ:

1. Особенности адаптации организма при выполнении различных по структуре физических упражнений.
2. Влияние на организм различных по интенсивности физических нагрузок.
3. Методика пульсометрии на уроке физической культуры (физиологическая кривая урока) и использование ее показателей для управления двигательным режимом.
4. Использование в управлении двигательным режимом детей и подростков различных проб и тестов (проба Руфье, коэффициент выносливости, индекс Кердо, индекс адаптационного потенциала сердечно-сосудистой системы Р.М. Баевского, средний и суммарный пульс, индекс напряженности физической нагрузки, индивидуальный тренировочный пульс).
5. Использование общей и моторной плотности урока физической культуры в управлении режимом двигательной деятельности учащихся.
6. Адаптация организма и динамика физической работоспособности в различные периоды двигательной деятельности.
7. Особенности взаимодействия следовых процессов при выполнении различных по характеру физических нагрузок в тренировочном процессе юных спортсменов.
8. Использование показателей протекания восстановительных процессов организма на тренировочном занятии для повышения физической работоспособности юных спортсменов.
9. Определение уровня тренированности спортсмена по показателям функционального состояния организма в покое.

1. Накопление избыточного количества ацетилхолина в нервно-мышечном синапсе скелетной мышцы приводит:

- А. К усилению мышечного сокращения; Б. К ослаблению мышечного сокращения;
- В. Мышечное сокращение станет максимальным; Г. Мышечное сокращение не изменится.

2. Автоматические сокращения гладких мышц обусловлены:

- А. Возникновением возбуждения в самой мышце;
- Б. Возникновением возбуждения в интрамуральных нервных структурах; В. Поступлением нервных импульсов из ЦНС;
- Г. Гуморальными влияниями.

3. При поступлении нервного импульса к синапсу в пресинаптической мембране происходит:

- А. Деполяризация пресинаптической мембраны;
 - Б. Гиперполяризация пресинаптической мембраны; В. Повышение проницаемости для хлора;
 - Г. Снижение проницаемости для кальция; Д. Повышение проницаемости для кальция
4. Прямым источником энергии для мышечного сокращения является: А. Креатинфосфат; Б. АТФ; В. Глюкоза; Г. Гликоген

5. Сокращение мышцы определяется:

- А. Взаимодействием актиновых и миозиновых протофибрилл; Б. Взаимодействием актомиозина с тропонином;
В. Взаимодействием мембраны клетки с актомиозином; Г. Скольжением протофибрилл друг относительно друга.

6. Представления о кольцевом механизме управления движениями были сформулированы: А. Павловым И.П.;

Б. Сеченовым И.М.;

В. Бернштейном Н.А.;

Г. Анохиным П.К.

7. Теория функциональных систем была создана:

А. Павловым И.П.; Б. Сеченовым И.М.;

В. Бернштейном Н.А.; Г. Анохиным П.К.

8. Укажите неправильный ответ.

Схема управления двигательной активностью человека состоит из блоков: А. Блок афферентного синтеза;

Б. Блок принятия решения;

В. Блок составления программы действия; Г. Блок исполнения и получения результата;

Д. Блок обратной связи, поставляющей информацию о результатах совершенного действия;

Е. Блок эфферентного синтеза.

9. Выпрямительные двигательные рефлексy мозгового ствола заключаются: А. В восстановлении естественной позы;

Б. В поддержании постоянного тонуса скелетных мышц; В. В изменении мышечного тонуса при вращении тела; Г. В поддержании положения тела в пространстве.

10. Благодаря статическим усилиям:

А. Осуществляется тактильная чувствительность; Б. Поддерживается поза тела;

В. Осуществляется сосудодвигательный рефлекс.

11. При статических усилиях быстрое развитие утомления происходит по причине: А. Развития запредельного торможения в нервных центрах;

Б. Уменьшения кровоснабжения работающих мышц; В. Резкого снижения уровня глюкозы в крови;

Г. Увеличения артериального давления.

12. В зависимости от объема работающих мышц выделяют нагрузки: А. Локальные;

Б. Регионарные; В. Глобальные; Г. Масштабные; Д. Узкие.

13. В соответствии с типом сокращения основных мышц, осуществляющих выполнение заданной работы, выделяют напряжения:

А. Статические; Б. Динамические; В. Позные;

Г. Движения.

14. Укажите ошибочный ответ.

По проявлению силы мощности сокращений мышц физические упражнения подразделяются на:

А. Силовые;

Б. Скоростно-силовые;

В. Упражнения на выносливость;

Г. Упражнения на тренированность; Д. Упражнения на устойчивость.

15. По мощности, развиваемой человеком во время выполнения различных видов спортивных упражнений, выделяют работу:

А. Максимальной мощности (предельное время такой работы 20-30с); Б. Субмаксимальной мощности (от 20-30с до 3-5 мин);

В. Большой мощности (от 3-5 мин до 30-40 мин);

Г. Относительно умеренной мощности (больше 30- 40 мин); Д. Сверх максимальной мощности (2-3с).

16. В зависимости от характера изменений структуры движений во времени все их виды делят на:

А. Циркулярные; Б. Циклические;

В. Повторяющиеся;

Г. Ациклические;

Д. Неповторяющиеся.

17. К циклическим упражнениям относят: А. Ходьба;

Б. Бег;

В. Плавание;

Г. Гимнастические упражнения; Д. Поднимание тяжести;

Е. Спортивные игры.

18. К ациклическим упражнениям относят: А. Ходьба;

Б. Бег;

В. Плавание;

Г. Гимнастические упражнения; Д. Поднимание тяжести;

Е. Спортивные игры.

19. Для циклической работы характерно:

А. Многократное повторение стереотипных движений при относительно постоянной силе и скорости сокращения;

Б. Изменение характера двигательной активности и мощность выполняемой работы; В. Все виды локомоций.

20. Для ациклической работы характерно:

А. Многократное повторение стереотипных движений при относительно постоянной силе и скорости сокращения;

Б. Изменение характера двигательной активности и мощность выполняемой работы; В. Все виды локомоций.

21. Мощность это:

- А. Физическая величина, зависящая от величины работы, выполняемой за определенный промежуток времени;
- Б. Комплекс мышечных движений, направленных на повышение функциональных возможностей органов и систем организма;
- В. Основная форма активности животных и человека, их взаимодействия с внешней средой.

22. Укажите ошибочный ответ.

По показателям энерготрат работу обычно подразделяют на:

- А. Легкую;
- Б. Умеренную; В. Тяжелую;
- Г. Изнуряющую; Д. Жесткую;
- Е. Очень тяжелую.

23. При физиологической систематизации мышечной работы в качестве классификационных признаков выделяют:

- А. Объем активной мышечной массы; Б. Тип мышечных сокращений;
- В. Силу и мощность сокращений мышц; Г. Энерготраты;
- Д. Изменение уровня адреналина в крови; Е. Потребность организма в воде;
- Ж. Количество выделившегося кальция с мочой.

24. Физические упражнения это:

- А. Физическая величина, зависящая от величины работы, выполняемой за определенный промежуток времени;
- Б. Комплекс мышечных движений, направленных на повышение функциональных возможностей органов и систем организма;
- В. Основная форма активности животных и человека, их взаимодействия с внешней средой.

25. При мышечной деятельности силового характера мышцы, участвующие в работе, развивают напряжение:

- А. В условиях большого внешнего сопротивления; Б. Большой силы и скорости;
- В. На протяжении от нескольких десятков минут до многих часов.

26. Для развития процессов адаптации после выполнении физической нагрузки она должна быть доведена до следующей стадии:

- А. Вработывание;
- Б. Стационарное состояние; В. Утомление;
- Г. Восстановление.

27. При спортивной тренировке развитие утомления:

- А. Является патологическим процессом;
- Б. Необходимо для последующего развития процесса адаптации; В. Является нежелательным;
- Г. Является сигналом необходимости прекратить работу.

28. Развитие утомления при выполнении интенсивной работы обусловлено: А. Нарушением передачи нервного импульса в нервно-мышечных синапсах; Б. Снижением в крови уровня глюкозы;

- В. Нарушением передачи нервного импульса в синапсах ЦНС; Г. Нарушением метаболизма в работающих скелетных мышцах.

29. Устойчивое состояние при беге с постоянной скоростью характеризуется: А. Постоянным ростом МОК;

- Б. Постоянным ростом МОД;
- В. Стабильным уровнем МОК и МОД; Г. Снижением МОК и МОД.

30. Период вработывания при начале выполнения физической нагрузки характеризуется: А. Увеличением МОК;

- Б. Постоянным ростом МОД;
- В. Стабильным уровнем МОК и МОД; Г. Снижением МОК и МОД.

31. Состояние восстановления после выполнения физической нагрузки характеризуется: А. Увеличением МОК;

- Б. Постоянным ростом МОД;
- В. Стабильным уровнем МОК и МОД; Г. Снижением МОК и МОД.

32. Появление утомления при выполнении физической нагрузки характеризуется: А. Увеличением МОК;

- Б. Постоянным ростом МОД;
- В. Стабильным уровнем МОК и МОД; Г. Снижением МОК и МОД.

Укажите неправильный ответ.

33. В основе выработки рабочего динамического стереотипа при обучении лежат следующие свойства ЦНС:

- А. Мотивационное возбуждение; Б. Иррадиация возбуждения;
- В. Образование временных связей; Г. Активное состояние ЦНС;
- Д. Действие посторонних раздражителей.

34. При развитии срочной адаптации усиливается:

- А. Пищеварение;
- Б. Частота сердечных сокращений; В. Дыхание;
- Г. Образование мочи; Д. Обмен энергии.

35. Укажите основной путь ресинтеза АТФ при интенсивных физических нагрузках: А. Гликолиз;

- Б. Аэробный ресинтез;
- В. Распад креатинфосфата; Г. Нет правильного ответа.

36. Укажите основной путь ресинтеза АТФ, обеспечивающий выполнение длительных физических нагрузок небольшой интенсивности:

- А. Гликолиз;
- Б. Аэробный ресинтез;
- В. Распад креатинфосфата; Г. Нет правильного ответа

37. Адаптация развивается при:

- А. Действию слишком сильного раздражителя;
 Б. Повреждении органа патологическим процессом;
 В. Более продолжительном или более частом влиянии обычного раздражителя; Г. Повышении функциональной активности.
38. Физиологическая стадия адаптации характеризуется:
 А. Использованием функциональных резервов;
 Б. Структурными перестройками в органах и системах;
 В. Нарушением взаимодействия между отдельными системами; Г. Улучшением взаимодействия между отдельными системами.
39. Морфологическая стадия адаптации характеризуется:
 А. Использованием функциональных резервов;
 Б. Структурными перестройками в органах и системах;
 В. Нарушением взаимодействия между отдельными системами; Г. Улучшением взаимодействия между отдельными системами.
40. Проявление физиологической стадии адаптации происходит в связи: А. С повышением тонуса парасимпатического отдела ВНС;
 Б. С повышением тонуса симпатического отдела ВНС; В. С возрастанием уровня адреналина в крови;
 Г. С увеличением уровня тироксина в крови.
41. «Плата за адаптацию» обусловлена:
 А. Общностью механизмов, определяющих ответ на действие различных раздражителей; Б. Одновременным влиянием на организм нескольких факторов;
 В. Невозможностью адекватного ответа при действии нескольких факторов; Г. Истощением резервов при развитии высокого уровня адаптации;
 Д. Прекращением действия факторов, вызывающих адаптацию.
42. Дезадаптация происходит в связи:
 А. С одновременным влиянием на организм нескольких факторов; Б. С невозможностью адекватного ответа при действии нескольких факторов;
 В. С истощением резервов при развитии высокого уровня адаптации; Г. Со слишком частой сменой процессов адаптации;
 Д. С прекращением действия фактора, вызвавшего адаптацию.
43. Спортивная тренировка это:
 А. Комплекс мышечных движений, направленных на повышение функциональных возможностей органов и систем организма;
 Б. Степень напряжения, которое способна развить мышца;
 В. Вновь образованные, доведенные до автоматизма движения;
 Г. Специализированный педагогический процесс, направленный как на повышение общей работоспособности организма, так и на улучшение спортивных результатов в избранном виде спорта.
44. Укажите ошибочный ответ.
 Тренировочный процесс должен отвечать следующим требованиям: А. Быть непрерывным;
 Б. Разносторонним;
 В. Направленным на повышение специальной работоспособности; Г. Прерываться на длительный период.
45. В тренировочном процессе можно выделить периоды, каждый из которых имеет свою цель и соответствующее ей содержание:
 А. Подготовительный; Б. Соревновательный; В. Переходный;
 Г. Правильного ответа нет.
46. Целью второго этапа подготовительного периода является:
 А. Общая физическая подготовка;
 Б. Развитие специальных двигательных навыков и физических качеств, необходимых для достижения высоких результатов в конкретном виде спорта;
 В. Правильного ответа нет.
47. Спортивная тренировка вызывает ряд морфологических изменений: А. Утолщение костей в местах прикрепления сухожилий мышц;
 Б. Гипертрофию мышц;
 В. Увеличение емкости коронарных сосудов; Г. Диаметр отверстий сердца;
 Д. Окружность грудной клетки;
 Е. Повышается количество и активность ферментов, ускоряющих протекание аэробных и анаэробных реакций.
48. Одним из основных признаков тренированности является:
 А. Брадикардия;
 Б. Тахикардия;
 В. Правильного ответа нет.
49. В состоянии покоя главной особенностью тренированного организма является: А. Снижение основного обмена на 10-15%;
 Б. Брадикардия; В. Тахикардия;
 Г. Урежение дыхания и снижения легочной вентиляции.
50. Укажите ошибочный ответ.
 Реакции всех функций организма на стандартные нагрузки у тренированных людей по сравнению с нетренированными характеризуются следующими особенностями:
 А. У них быстрее повышается уровень всех функций в начале работы; Б. Более экономно выполняется работа;
 В. Быстрее протекают восстановительные процессы; Г. Быстро истощаются энергетические запасы.
51. Перетренированность – это:
 А. Патологическое состояние, характеризующееся снижением спортивной работоспособности и ухудшением нервно-психического и физического состояния спортсмена;
 Б. Степень напряжения, которое способна развить мышца;

[illegible]

Составление конспекта лекций. Лекции имеют целью дать систематизированные основы научных знаний об вредных и опасных факторах школьной среды и их воздействии на организм обучающихся, о методах, технологиях здоровьесбережения. Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, предложенных

преподавателем схем (при их демонстрации), основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект должен быть выполнен в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной

- теме литературы;

- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД литературные источники и ЭОР.

- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств.

Самостоятельная работа магистра является неотъемлемой частью образовательного процесса и рассматривается как организационная форма обучения или система педагогических условий, обеспечивающих деятельность по освоению знаний

и умений научной работы без посторонней помощи. Часть изучаемого в дисциплине материала, в соответствии с учебным

планом, программой учебной дисциплины, выносится на самостоятельное изучение. Важное место в освоении материала по дисциплине отводится самостоятельной работе студентов во внеаудиторное время с материалом, изложенным в рекомендуемой литературе и интернет-источниках.

Самостоятельная работа заключается:

- ☐ в проработке рекомендуемой и лично выбранной литературы в процессе подготовки к учебным занятиям, дополнении информации, полученной на практических занятиях;

- ☐ в приобретении и совершенствовании практических навыков в выборе методов и критериев оценки различных состояний человека в онтогенезе;

- ☐ в выборе методов, средств и форм построения занятий по физической культуре в системе образования направленных на здоровьесбережение.

Рекомендации по работе с научной и учебной литературой. Работа с учебной и научной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к контрольным

работам, тестированию, зачету. Она включает проработку лекционного материала – изучение рекомендованных источников

и литературы по тематике лекций. Работу с литературой следует начинать с анализа РПД, в которой перечислены основная

и дополнительная литература, учебно-методические издания необходимые для изучения дисциплины и работы на практических занятиях.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны быть выполнены также аккуратно, содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать

лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным.

Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с учебной и научной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);

- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);

- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);

- создавать конспекты (развернутые тезисы, которые).

Выбрав нужный источник, следует найти интересующий раздел по оглавлению или алфавитному указателю, а также одноименный раздел конспекта лекций или учебного пособия. В случае возникших затруднений в понимании учебного материала следует обратиться к другим источникам, где изложение может оказаться более доступным. Необходимо отметить, что работа с литературой не только полезна как средство более глубокого изучения любой дисциплины, но и является неотъемлемой частью профессиональной деятельности будущего выпускника.

Подготовка доклада к занятию. Основные этапы подготовки доклада:

- выбор темы;

- консультация преподавателя;

- подготовка плана доклада;

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Кафедра теоретических основ физического воспитания

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
Протокол № 15
от «06» мая 2026 г.
Заведующий кафедрой
С.С. Ситничук

ОДОБРЕНО
на заседании научно-
методического совета
специальности (направления
подготовки) Протокол №7 от
«07» мая 2026 г.
Председатель НМСС (Н)
Н.Н. Казакевич

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля успеваемости
и промежуточной аттестации обучающихся
по дисциплине «Технологии формирования функциональной
грамотности (по профилю подготовки)»

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя
профилями подготовки), направленность (профиль) образовательной
программы Физическая культура и основы безопасности и защиты
Родины

Квалификация: бакалавр

Составители: Трусей И.В., кандидат биологических наук, доцент

1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. Целью создания ФОС дисциплины «Технологии формирования функциональной грамотности (по профилю подготовки)» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС дисциплины «Технологии формирования функциональной грамотности (по профилю подготовки)» решает задачи:

- контроль и управление процессом приобретения студентами необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;

- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников;

- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных методов обучения в образовательный процесс Университета.

1.3. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 125;

- образовательной программы Физическая культура с дополнительным образованием, очной формы обучения высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки);

- положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018.

2. Перечень компетенций подлежащих формированию в рамках дисциплины

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

УК-1: Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-3: Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

ОПК-6: Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

ОПК-7: Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ

ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов

2.2. Оценочные средства

Компетенции	Дисциплины, практики, участвующие в формировании данной компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМ	
			Номер	Форма
УК-1: УК-1.3	Коммуникативно-цифровой модуль: Технологии цифрового образования Модуль учебно-исследовательской и проектной деятельности: Методы исследовательской/проектной деятельности, Методы математической обработки данных, Учебная практика: научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы), Производственная практика: научно-исследовательская работа Модуль по формированию универсальных педагогических компетенций: Основы учебной и исследовательской деятельности	Текущий контроль успеваемости Промежуточная аттестация	2	Интеллект-карта
			3	Конспект
			5	Тестирование
			7	Таблица
			9	Зачёт
УК-2: УК-2.2	Модуль учебно-исследовательской и проектной деятельности: Методы исследовательской/проектной деятельности Модуль по формированию универсальных педагогических компетенций: Основы учебной и исследовательской деятельности	Текущий контроль успеваемости Промежуточная аттестация	1	Устный опрос
			3	Конспект
			8	Анализ статей
			9	Зачёт
УК-3: УК-3.1	Коммуникативно-цифровой модуль: Учебная практика, Учебная технологическая практика (проектно-технологическая практика) Психолого-педагогическая модуль: Общая и социальная психология, Психологические основы профессиональной деятельности, Психолого-педагогические технологии в обучении и развивающей деятельности Модуль воспитательной деятельности: Технология и организация воспитательных практик (классное руководство), Основы вожатской деятельности	Текущий контроль успеваемости Промежуточная аттестация	1	Устный опрос
			3	Конспект
			5	Тестирование
			6	Презентация
			9	Зачёт
ОПК-6: ОПК-6.2	Психолого-педагогическая модуль: Практикум по возрастной и педагогической психологии, Общая педагогика, Теория и практика обучения, Специальная психология и педагогика с практикумом по инклюзивному образованию, Психологические	Текущий контроль успеваемости Промежуточная аттестация	4	Банк заданий
			9	Зачёт

	основы профессиональной деятельности, Педагогическая диагностика метапредметных образовательных результатов, Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ, Психолого-педагогические технологии в обучении и развивающей деятельности Модуль воспитательной деятельности: Психология воспитательных практик, Технология и организация воспитательных практик (классное руководство), Производственная практика, Педагогическая практика (классное руководство, тьюторство, воспитательная работа в ОО и ДО), Педагогическая вожатская практика			
ОПК-7: ОПК-7.3	Коммуникативно-цифровой модуль: Учебная практика, Учебная технологическая практика (проектно-технологическая практика) Психолого-педагогическая модуль: Психология, Практикум по возрастной и педагогической психологии, Практикум по педагогической диагностике образовательных результатов, Психологические основы профессиональной деятельности, Педагогическая диагностика метапредметных образовательных результатов, Психолого-педагогические технологии в обучении и развивающей деятельности Модуль по формированию универсальных педагогических компетенций: Основы учебной и исследовательской деятельности	Текущий контроль успеваемости Промежуточная аттестация	4 9	Банк заданий Зачёт
ПК-3: ПК-3.2	Психолого-педагогическая модуль: Практикум по возрастной и педагогической психологии, Теория и практика обучения, Психологические основы профессиональной деятельности, Педагогическая диагностика метапредметных образовательных результатов, Психолого-педагогические технологии в обучении и развивающей деятельности Модуль учебно-исследовательской и проектной деятельности: Учебная практика: научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы), Производственная практика: научно-исследовательская работа	Текущий контроль успеваемости Промежуточная аттестация	4 9	Банк заданий Зачёт

3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: зачёт.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство: зачёт.

Критерии оценивания по оценочному средству 9 – зачёт.

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично	(73-86 баллов) хорошо	(60-72 балла) * удовлетворительно
УК-1, УК-1.3	Знает различные виды источников информации и алгоритмы их поиска, признаки их достоверности. Анализирует источники информации, самостоятельно выявляет и определяет противоречия, выражает собственное суждение, обосновывает его достоверность. Свободно осуществляет деятельность по поиску источников информации на основе выявленных противоречий и достоверности суждений.	Знает основные виды источников информации и алгоритмы их поиска. Анализирует источники информации, самостоятельно выявляет и определяет противоречия, выражает собственное суждение, обосновывает его достоверность, при этом испытывает небольшие затруднения. Осуществляет деятельность по поиску источников информации на основе выявленных противоречий и достоверности суждений, при этом испытывает некоторые затруднения.	Имеет представление о видах источников информации и алгоритмах их поиска. С посторонней помощью может анализировать источники информации, выявлять противоречия, определять достоверность источника. С посторонней помощью осуществляет деятельность по поиску источников информации.
УК-2, УК-2.2	Знает правовые нормы, вероятные риски и ограничения при использовании информационных источников. Самостоятельно определяет круг задач в рамках поставленной цели и выбирает оптимальные способы их решения, исходя из действующих	Знает некоторые правовые нормы, вероятные риски и ограничения при использовании информационных источников. Самостоятельно определяет круг задач в рамках поставленной цели и выбирает оптимальные способы их	Имеет представление о некоторых правовых нормах, вероятных рисках и ограничениях при использовании информационных источников. Определяет круг задач в рамках поставленной цели и выбирает оптимальные способы их решения,

	правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. Свободно владеет навыками по определению круга задач в рамках поставленной цели, выбора оптимальных способов их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов, оценки рисков и ограничений.	решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений, при этом испытывает затруднение. Владеет навыками по определению круга задач в рамках поставленной цели, выбора оптимальных способов их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов, оценки рисков и ограничений.	исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. Владеет некоторыми навыками по определению круга задач в рамках поставленной цели, выбора оптимальных способов их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов, оценки рисков и ограничений.
УК-3, УК-3.1	Знает этические нормы и правила поведения и коммуникации в команде, различные роли в командной работе. Умеет работать в команде и организовывать продуктивное взаимодействие его участников, способен к эффективной самоорганизации и ярко проявляет лидерские качества. Владеет различными способами, приемами управления командой.	Знает этические правила поведения и коммуникации в команде, различные роли в командной работе. Умеет работать в команде и, при необходимости, организует взаимодействие его участников, способен к самоорганизации и эпизодически проявляет лидерские качества. Владеет некоторыми способами, приемами управления командой.	Знает некоторые этические правила поведения и коммуникации в команде, имеет представление о ролях в командной работе. Умеет работать в команде и выполняет свою роль под контролем. Ситуативно способен к управлению командой.
ОПК-6, ОПК-6.2	Знает психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, структуру системы регуляции поведения и деятельности обучающихся. Самостоятельно может применять различные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с	Знает некоторые психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями. Самостоятельно может применять некоторые психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, использует готовую	Имеет представление о некоторых психолого-педагогических технологиях обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями. С посторонней помощью может применять некоторые психолого-педагогические технологии обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями. Имеет представления о способах реализации различных психолого-

	особыми образовательными потребностями, конструировать структуру системы регуляции поведения и деятельности обучающихся. Владеет алгоритмом реализации различных психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, конструирования структуры системы регуляции поведения и деятельности обучающихся.	структуру системы регуляции поведения и деятельности обучающихся, при этом испытывает небольшие затруднения. Владеет алгоритмом реализации некоторых психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, использования готовой структуры системы регуляции поведения и деятельности обучающихся.	педагогических технологий обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.
ОПК-7, ОПК-7.3	Знает различные способы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др. Умеет применять различные способы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др. Владеет различными способами взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, с представителями организаций	Знает некоторые способы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др. Умеет применять некоторые способы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др. Владеет некоторыми способами взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, с	Имеет представления о взаимодействии с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др. С посторонней помощью умеет применять некоторые способы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др. Имеет представления о том как, реализовывать некоторые способы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках

		представителями организаций	
--	--	-----------------------------	--

	образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.	образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.	реализации образовательных программ, с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.
--	---	---	--

ПК-3, ПК-3.2	Знает особые характеристики социокультурной среды региона, чтобы использовать в преподавании предмета по профилю, во внеурочной деятельности. Умеет формировать развивающую образовательную среду на основе особых характеристик социокультурной среды региона, чтобы использовать в преподавании предмета по профилю, во внеурочной деятельности. Владеет различными эффективными способами реализации образовательного потенциала социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности.	Знает основные характеристики социокультурной среды региона, чтобы использовать в преподавании предмета по профилю, во внеурочной деятельности. Умеет формировать развивающую образовательную среду на основе основных характеристик социокультурной среды региона, чтобы использовать в преподавании предмета по профилю, во внеурочной деятельности. Владеет некоторыми эффективными способами реализации образовательного потенциала социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности.	Знает некоторые характеристики социокультурной среды региона, чтобы использовать в преподавании предмета по профилю, во внеурочной деятельности. С посторонней помощью может формировать развивающую образовательную среду на основе некоторых характеристик социокультурной среды региона, чтобы использовать в преподавании предмета по профилю, во внеурочной деятельности. Имеет представления о том как, реализовывать образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности.
-------------------------	---	---	---

*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля

4.1. Фонды оценочных средств включают: устный опрос, интеллект-карта, конспект, банк заданий, тестирование, презентация, таблица, анализ статей.

4.2 Критерии оценивания см. в технологической карте рейтинга рабочей программы дисциплины

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 – устный опрос

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Грамотное использование педагогических терминов	3
Логичность и последовательность изложения материала	2
Умение отвечать на дополнительные вопросы	3
Максимальный балл	8

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – интеллект-карта

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Логика и ясность, лаконичность представления темы/объекта	4
Яркая центральная идея	4
Углубленность описания проблемы	4
Использование цвета, изображений, шрифтов и пространства листа (использование разных цветов: 1 ветвь – 1 цвет)	3
Иерархичность карты (правильная структура)	3
Максимальный балл	18

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 3 – конспект

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Письменное изложение проблемы в повествовательной или вопросно-ответной форме	6
Полнота раскрытия содержания проблемы	6
Соответствие изложения проблемы развитию личностных качеств обучающихся образовательной программы и информационной культуры	6
Максимальный балл	18

4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству 4 – банк заданий

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
---------------------	-------------------------------------

	рейтинг)
Количество заданий от 3 до 5	4
Соответствие уровня сложности заданий возрастным особенностям школьников	5
Валидность заданий	5
Вариативность, сложность и дифференцированность заданий	4
Максимальный балл	18

4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству 5 – тестирование

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
60-75% правильных ответов	10
76-90% правильных ответов	15
91-100% правильных ответов	20
Максимальный балл	20

4.2.6. Критерии оценивания по оценочному средству 6 – презентация

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Использование цвета, изображений, шрифтов	1
Включение схем, таблиц, фотографий, иллюстраций, видео- и других материалов, позволяющих более глубоко раскрыть предметное содержание темы	1
Отбор предметного содержания, раскрывающего суть проблемы и темы	1
Максимальный балл	3

4.2.7. Критерии оценивания по оценочному средству 7 –таблица

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Количество выделенных для сравнительного анализа изучаемых объектов (моделей, концепций, подходов и др.)	1
Адекватность и полнота определений для сравнительного анализа объектов (моделей, концепций, подходов и др.)	1
Соответствие устанавливаемых взаимосвязей между объектами и их признаками	1
Максимальный балл	3

4.2.8. Критерии оценивания по оценочному средству 8 – анализ статей

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
---------------------	-------------------------------------

	рейтинг)
Краткая информация об авторе	1
Характеристика источников, использованных для написания статьи, методология и методы исследования	1
Объект и предмет научной работы, основная проблема. Разъясняются заглавие статьи, тема	1
Содержание работы. Характеристика структуры статьи (насколько она позволяет успешно раскрыть выбранную проблематику)	1
Основные выводы автора	1
Максимальный балл	5

5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

ТЕСТИРОВАНИЕ

Тренировочный тест

(на некоторые вопросы может быть несколько правильных ответов)

№	Задание	Балл
1	<i>Выберите, как вы поступите скорее всего.</i> Ученики 3-го класса прочли «Маугли» Р. Киплинга. После этого между ребятами завязался спор: можно ли научиться говорить на языке животных, сможет ли Маугли овладеть речью людей? Ребята считают, что человек не понимает языка животных только потому, что этот вопрос до конца не исследован и у нас нет опыта общения на языке животных. Как вы разрешите этот спор? Выберите ответ: А. Предложу детям составить интеллект-карту «Говорят ли животные?»». Когда буду подводить итоги, обращу внимание на то, насколько хорошо ребята понимают отличия между речью людей и звуковыми сигналами животных; знают ли о сложностях, с которыми сталкиваются дети-маугли, когда пытаются освоить язык людей. Б. Покажу фрагмент учебного видеоролика о человеческой речи и звуках, которые издают животные. Организую дискуссию, чтобы сформировать у детей понимание, чем речь людей отличается от звуковых сигналов животных. Также обсудим сложности, с которыми сталкиваются дети-маугли, жившие в детские годы среди животных, когда пытаются освоить язык людей. В. Попрошу ребят еще раз прочитать параграф учебника «Речь человека и общение животных» и подготовить ответ на контрольный вопрос — обладают ли животные способностями к человеческой речи. Г. Расскажу о художественном приеме одушевления животных на примере других известных произведений. Зачитаю цитаты из сказок, рассказов и параллельно — высказывания известных ученых, чтобы сформировать у детей понимание: животные не обладают способностями к человеческой речи.	1
2	В вашем классе запланирован классный час по теме «Спасибо, я не курю». Ученикам нужно найти информацию о последствиях курения, статистику заболеваемости и смертности от курения в России и в мире. В каком формате ученики 8-го класса выполняют это задание? Выберите ответ:	1

	А. Дам ученикам ссылки на несколько электронных информационных ресурсов. Задача учеников — проанализировать, обобщить и сопоставить данные из нескольких источников. Б. Покажу ученикам изображения на пачках сигарет, предложу провести сбор данных о рисках возникновения этих заболеваний. В. Подготовлю два комплекта документов с информацией о курении. Первый комплект составлю на основе непроверенной информации, а второй — на основе достоверной. Распределю учеников на команды и предложу поработать с этими данными. При этом никто из учеников не будет знать, в каком комплекте какая информация. Задача учеников — проанализировать, проверить данные, а затем опровергнуть или подтвердить их. Г. Распечатаю подобранную информацию о курении и попрошу учеников — с помощью наводящих вопросов — выделить из текстов основную мысль и оформить тезисы.																											
3	Вы проектируете занятие по теме «Доход семьи» в 4-м классе — хотите научить детей правильно определять расходы и доходы в семейном бюджете, обязательные и необязательные расходы, оценивать стабильность доходов семьи. В качестве дидактического материала вы собираетесь использовать диаграмму дохода семьи за 2019 год. Ваша цель — научить школьников выявлять финансовую информацию. Какие формы работы вы запланируете? Доходы <table><caption>Данные диаграммы «Доходы»</caption><thead><tr><th>Месяц</th><th>Доход (оценочный)</th></tr></thead><tbody><tr><td>Январь</td><td>4.3</td></tr><tr><td>Февраль</td><td>2.5</td></tr><tr><td>Март</td><td>3.5</td></tr><tr><td>Апрель</td><td>4.5</td></tr><tr><td>Май</td><td>4.5</td></tr><tr><td>Июнь</td><td>4.8</td></tr><tr><td>Июль</td><td>4.9</td></tr><tr><td>Август</td><td>3.2</td></tr><tr><td>Сентябрь</td><td>4.2</td></tr><tr><td>Октябрь</td><td>4.3</td></tr><tr><td>Ноябрь</td><td>4.5</td></tr><tr><td>Декабрь</td><td>5.0</td></tr></tbody></table> А. Проанализирую вместе с учениками диаграмму с доходами семьи за год. Поясню, в каком месяце доход семьи был стабильным и нестабильным, высоким и низким. Объясню, почему могут происходить такие изменения. Б. Предложу ученикам разбиться на группы, чтобы вместе подготовить диаграммы «Доход семьи» и описание этих семей. После этого дети обменяются разработанными диаграммами. Организую работу в группах: дети будут определять стабильность доходов семьи, динамику роста и снижения доходов, попробуют спрогнозировать причины изменений. После этого предложу составить рекомендации для семей по разумному распределению доходов. В. Предложу ученикам по группам проанализировать диаграмму с доходами семьи в 2019 году. Расскажу историю этой семьи: сколько в ней человек, чем они занимаются, каким имуществом располагают, как любят проводить свободное время и отпуск. После анализа диаграммы дети определят, когда доход семьи был стабильным и нестабильным, в каком месяце оказался наиболее высоким и наиболее низким. Спрошу, какие причины могли привести к уменьшению доходов. Г. Предложу детям самостоятельно проанализировать	Месяц	Доход (оценочный)	Январь	4.3	Февраль	2.5	Март	3.5	Апрель	4.5	Май	4.5	Июнь	4.8	Июль	4.9	Август	3.2	Сентябрь	4.2	Октябрь	4.3	Ноябрь	4.5	Декабрь	5.0	1
Месяц	Доход (оценочный)																											
Январь	4.3																											
Февраль	2.5																											
Март	3.5																											
Апрель	4.5																											
Май	4.5																											
Июнь	4.8																											
Июль	4.9																											
Август	3.2																											
Сентябрь	4.2																											
Октябрь	4.3																											
Ноябрь	4.5																											
Декабрь	5.0																											

	диаграмму	
--	------------------	--

	доходов семьи в 2019 году и записать вывод: в каком месяце доход семьи был стабильным и нестабильным, высоким и низким.	
--	--	--

4	Один из ваших учеников рассказал смешную историю, связанную с покупкой шоколадок по акции. Увидев рекламу в магазине, он купил несколько шоколадок, чтобы получить одну в подарок. Лишь дома мальчик посчитал, насколько невыгодна была эта покупка. Как вы поступите в этой ситуации? А. Расскажу об акции на шоколадки и обсужу с ребятами, насколько выгодна такая покупка. Решим задачи, связанные с покупкой акционных товаров в магазине. Предложу ученикам придумать дома аналогичные задачи — будем решать их на следующем уроке. Б. Повторю с ребятами данную тему (или попрошу это сделать учителя математики). Расскажу о ситуации с шоколадками, не называя имени ученика, и в этом контексте объясню, почему необходимы математические знания и умения. В. Обсужу с ребятами необходимость изучения математики. Приведу примеры, когда в жизни необходимо применять математические знания. Предложу ребятам повторить тему умножения и решить задачи, подобные случаю с акционными шоколадками, в качестве закрепления. Г. Проведу имитационную игру «Магазин», суть которой — рассчитать стоимость покупки по акции и без акции. Ученики будут играть роли продавцов и покупателей. Они должны будут не только рассчитать количество потраченных денег, но и то, насколько выгодными оказывались покупки по акции.	1
5	Вы – классный руководитель 3-го класса. Ученики обратились к вам с просьбой разнообразить школьные перемены. Вы предложили коллегам, которые преподают в старших классах, объединиться и придумать, как это можно сделать. К обсуждению подключились другие классы, поступило множество предложений от учеников средней и старшей школы. Как вы с третьеклассниками отберете лучшие? А. Варианты школьников поступали в специальный ящик для предложений. На классном часе предложу ребятам разделить на группы и поработать с разными вариантами. Затем обсудим достоинства и недостатки каждого предложения, выберем лучшие. Б. Варианты школьников поступали в специальный ящик для предложений. Предложу классу отобрать и сгруппировать варианты переменок по одинаковым признакам, выделить достоинства, недостатки и самим доработать предложения. В. Варианты школьников поступали в специальный ящик для предложений. На классном часе мы с учениками зачитаем эти предложения и путем голосования выберем оптимальные варианты. Г. Варианты школьников поступали в специальный ящик для предложений. Отберу лучшие, по моему мнению, примеры переменок, согласую с учениками и запущу этот проект.	1
6	Вы — классный руководитель 4-го «В». В классе учится девочка из семьи ученых. Она способная, активная, трудолюбивая. В класс пришла недавно. С одноклассниками у нее никак не складываются отношения: девочка очень часто вступает с ними в противоборство. Причиной может стать игра на перемене, где мальчики, по словам девочки, неуважительно трогают одноклассниц, смотрят ролики аморального содержания. Развернулась настоящая борьба. Мальчики смеются и издеваются над девочкой, пачкают ее личные вещи, отнимают тетради. Камера наблюдения	1

	зафиксировала, как группа ребят преследует ее после уроков. К школьной администрации обратились родители девочки и потребовали навести порядок в классе. В разговоре с девочкой и ее родителями выяснилось, что важнейший аспект воспитания в этой семье — привить ребенку основы морали и нравственности. Родители также считают, что их дочь должна быть лидером и не отступать перед трудностями. В итоге родители говорят, что не доверяют школе и лично вам, потому что вы не защищаете их ребенка. Как вы поступите? А. Обращусь к школьному психологу, это в его компетенции. Если не получится, буду ходатайствовать о переводе девочки в другой класс. Б. Сделаю запрос в социально-психологическую службу школы — попрошу провести социометрическое исследование и мероприятия по профилактике буллинга в классе. Продумаю план воспитательных мероприятий — запланирую классные часы, проблемные конференции. Главное в этой ситуации — создать условия, в которых дети смогут сформировать навыки позитивного общения на основе взаимоуважения. В. Еще раз поговорю с девочкой и ее родителями: проясню их позицию, попрошу определить, какие меры со стороны школы и классного руководителя они считают необходимыми, чтобы защитить девочку и нормализовать ситуацию. В процессе обсуждения сформируем общий план дальнейших действий. Проведу в классе мероприятие «Круг сообщества» — в процессе дети смогут обсудить создавшуюся ситуацию, предложить пути ее разрешения, разработать план дальнейших действий. Г. Проведу беседу по поводу последнего инцидента со сторонами конфликта. Главная задача такой беседы — создать безопасную обстановку на основе принципов равенства и взаимоуважения, учитывая права сторон на отстаивание собственной точки зрения. По итогам беседы стороны должны будут прийти к соглашению. Спланирую и проведу в классе «Круг сообщества»: предложу детям обсудить историю из кинофильма «Чучело», проведу проблемную конференцию на тему «Ты прав — и я прав!». Во время конференции мы разработаем нравственный кодекс класса, правила поведения, взаимодействия и общения. Отдельно поговорю с родителями преследователей, обсудим правовую сторону поступка детей. Буду внимательно следить за взаимодействием в классе.	
7	В вашем 10-м регулярно возникают конфликты, в их центре — одна из учениц. Девочка утверждает, что одноклассники недисциплинированны, срывают уроки, ведут себя аморально — девочки одеваются и ведут себя нескромно, мальчики позволяют фривольные высказывания. Учителя, по мнению девочки, их покрывают. Сама она любит учиться, ей нужен хороший результат на ЕГЭ — соответственно, девочка считает, что одноклассники нарушают ее право на образование. Одноклассников не устраивает позиция девочки, поэтому они вступают с ней в противоборство, оскорбительно высказываются в ее сторону или показательно игнорируют. Девочка и ее мама пишут докладные на имя директора о давлении и угрозах. На одном из уроков ученики поспорили из-за открытого в классе окна. На требование девочки закрыть окно ребята ответили отказом, чудом удалось избежать применения физической силы со стороны одного из мальчиков. В конфликт все больше вовлекаются родители и учителя. Как вы поступите? А. Обсужу инцидент с окном на классном часе. Пусть ребята выскажут свою точку зрения. Девочке объясню, что она не может быть права всегда и	1

во всем. Ее одноклассники — хорошие ребята и с ними нужно наладить отношения.

Б. Обращусь к школьному психологу или в службу школьной медиации. Попрошу провести социометрическое исследование — это поможет выявить наиболее авторитетных ребят внутри класса. Они могут помочь в сложившейся ситуации. В будущем организую и проведу в классе несколько социально ориентированных тренингов, чтобы создать безопасную психологическую обстановку, развить навыки позитивного общения.

В. Сохраняя нейтральную позицию, организую и проведу беседу с участниками инцидента. Я создам безопасные условия для диалога, чтобы стороны могли смело высказать свою точку зрения, обменяться эмоциями и чувствами. Цель такой встречи — наладить позитивную коммуникацию, понять позицию каждого, помочь совладать с эмоциями и найти выход из конфликта.

Г. Постараюсь оценить ситуацию со стороны, безоценочно. Если замечу признаки буллинга, то приму необходимые меры: сообщу родителям, приглашу для консультации специалистов социально-психологической службы школы. Буду держать ситуацию на контроле: посещать уроки, наблюдать за учениками и проводить беседы между конфликтующими.

8 Вы готовите для учеников 9-го класса занятие по теме

1

«Потребительский кредит: за и против». На этом уроке вы хотите научить школьников грамотно принимать финансовые решения, вспомнить, что такое потребительский кредит, кредитная история, целевые и нецелевые кредиты, обсудить мотивы потребителя, который пользуется кредитом. Какие задания вы предложите?

А. Предложу работать в группах и заполнить недостающей информацией таблицу «Потребительские кредиты банка N». В таблице будут указаны сумма кредита, его срок и процентная ставка. Детям предстоит рассчитать, на какую сумму предстоит выплатить проценты и какова полная стоимость кредита. После предложу сравнить условия кредитования, определить плюсы и минусы каждого кредита.

Б. Дам текст «Потребительские кредиты» для самостоятельного изучения. Затем подробно разберу таблицу «Потребительские кредиты», составленную авторами текста. Отдельно остановлюсь на вопросе досрочного погашения кредита, расскажу о вариантах начисления процентов и графике платежей.

Размер кредита (руб.)	Годовая процентная ставка (%)	Срок кредита (год)	Проценты по кредиту за весь период (руб.)	Полная стоимость кредита (руб.)	Возможность досрочного погашения
500000	10,4	3	?	?	+
650000	11,9	1	?	?	+
1500000	9,8	5	?	?	не ранее 6 выплаченных платежей
1000000	1-й год — 8,6; 2-й год — 9,0; 3-й год — 9,8	1	?	?	+

В. Дам ученикам самостоятельно проанализировать текст и таблицу «Потребительские кредиты банка N», в которой указаны размер кредита, его срок, проценты по кредиту, полная стоимость кредита. Затем предложу

	определить, какие условия для потребителей имеют кредиты. Г. Предложу работать в группах: проанализировать текст «Образовательные кредиты» и составить таблицу. Разные группы будут изучать условия образовательных кредитов в разных банках. Ученикам предстоит сделать вывод, какой кредит выгоден, а какой — нет, заполнив столбцы таблицы: размер кредита, срок, проценты по кредиту, полная стоимость кредита. Затем я организую выступления групп в защиту своих решений. Предложу всем вместе определить, выгодно ли брать образовательный кредит, спрошу у школьников, какими кредитами они бы воспользовались, а какими — нет.	
9	В романе А. С. Пушкина «Евгений Онегин» есть следующие строки: «Татьяна пред окном стояла, На стекла хладные дыша, Задумавшись, моя душа, Прелестным пальчиком писала На отуманенном стекле Заветный вензель О да Е». Вы спросили учеников, благодаря какому физическому явлению Татьяна смогла нарисовать «заветный вензель». Ребята не смогли ответить на ваш вопрос. Как вы решите эту ситуацию? А. Объясню явление конденсации — превращения пара в жидкость. Для наглядности приведу примеры: расскажу про соответствующие природные явления, бытовые ситуации. Б. Покажу видеоролик «Превращение пара в воду». Обсудим с классом видеоролик и выведем объяснение физического явления, которое описано в романе. Попрошу учеников привести свои примеры, которые объясняются явлением конденсации. В. Организую дискуссию по теме «Испарение и конденсация в природе и в быту», в рамках которой мы и решим данную ситуационную задачу. Подберу аналогичные примеры, чтобы дополнительно разобрать их в классе. Г. Рекомендую повторить материал по физике из курса 8-го класса «Испарение и конденсат».	1
10	К празднованию Дня Победы вашему 4-му классу нужно подготовить выставку «Дети на войне». Задача учеников — проанализировать информацию из всевозможных источников (публицистика, художественная литература, мемуары, статистические данные) и подобрать необходимый для выставки материал. Как вы организуете эту работу? А. Попрошу каждого ученика найти информацию по заданной теме в любых доступных источниках. После обобщим информацию и подготовим на этой базе выставку. Б. Разделю учеников на несколько групп, каждой из которых достанется определенный вид источников: кому-то — статьи из газет и журналов, кому-то — статистические данные и т. д. Каждой группе выдам подборку материалов, из которых они должны будут самостоятельно извлечь необходимую информацию. Когда работа в группах закончится, организую презентацию и обсуждение результатов. В. Вместе с учениками разработаем четкие критерии, которым должна соответствовать найденная информация. После назначу каждому ученику поле деятельности — очерчу круг источников, в которых надо будет искать информацию. Итог работы — совместное обсуждение, в ходе которого мы составим окончательный комплект материалов для выставки. Г. Попрошу учеников коллегиально разработать критерии, которым	1

	должна отвечать искомая информация. После ученики разделятся на группы — каждая будет работать с источниками одного вида. Группы должны будут подобрать данные, ориентируясь на критерии, которые мы разработали. После проведем презентации и голосованием выберем материалы для выставки.	
Итого		10

ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ

1. Компоненты функциональной грамотности.
2. Технологии формирования функциональной грамотности обучающихся.
3. Понятие и исторические контексты функциональной грамотности.
4. Виды функциональной грамотности с краткой характеристикой. Уровневая система оценивания.
5. Читательская грамотность: особенности формирования у обучающихся разного возраста, примеры в контексте уроков физической культуры.
6. Естественно-научная грамотность: особенности формирования у обучающихся разного возраста, примеры в контексте уроков физической культуры.
7. Математическая грамотность: : особенности формирования у обучающихся разного возраста, примеры в контексте уроков физической культуры.
8. Особенности формирования критического мышления у обучающихся. Примеры в контексте физической культуры и спорта.
9. Особенности формирования глобальных компетенций. Примеры в контексте физической культуры и спорта.
10. Финансовая грамотность обучающихся. Примеры в контексте физической культуры и спорта.
11. Технологии формирования функциональной грамотности обучающихся.
12. Технология проектно-исследовательского обучения.
13. Технологии работы со сплошным текстом. Примеры с области ФК и спорта.
14. Технологии работы с несплошным текстом. Примеры с области ФК и спорта.
15. Формирование читательских умений с опорой на текст и внетекстовые знания.
16. Виды чтения: просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое. Привести примеры в контексте физической культуры и спорта.
17. Особенности формирования цифровой грамотности обучающихся.
18. Электронный текст как источник информации.
19. Сопоставление содержания текстов научного стиля. Образовательные ситуации в текстах.
20. Работа с текстом: как понимать информацию, содержащуюся в тексте?
21. Работа с текстом: как выделить главную мысль текста или его частей?
22. Работа с текстом: как преобразовывать текстовую информацию с учётом цели дальнейшего использования?
23. Работа с текстом: как применять информацию из текста в изменённой ситуации?
24. Работа с текстом: как критически оценивать степень достоверности

содержащейся в тексте информации?

25. Что такое вопрос? Виды вопросов.

26. Поиск ошибок в предложенном тексте.

27. Поиск комментариев, подтверждающих основную мысль текста, предложенного для анализа.

28. Определение основной темы и идеи в драматическом произведении.

Учебный текст как источник информации.

29. Сопоставление содержания текстов официально-делового стиля. Деловые ситуации в текстах.

30. Типы текстов: текст-повествование (рассказ, отчет, репортаж), текст-описание (художественное и техническое), текст-объяснение (объяснительное сочинение, резюме, толкование, определение), текст-инструкция (указания к выполнению работы, правила, уставы, законы), текст-аргументация (комментарий, научное обоснование).

31. Составление плана на основе исходного текста.

32. Работа со сплошным текстом.

33. Работа с несплошным текстом: таблицы и карты, информационные листы и объявления, графики и диаграммы, формы, анкеты, договоры (рубежная аттестация).

34. Типы задач на грамотность. интерпретационные задачи, позиционные задачи, информационные задачи.

35. Формирование читательских умений с опорой на текст и внетекстовые знания. Электронный текст как источник информации.

36. Сопоставление содержания текстов научного стиля. Образовательные ситуации в текстах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ			
	Форма работы	Количество баллов 100%	
		min	max
Текущая работа	Устный опрос	5	8
	Интеллект-карта	10	18
	Конспект	10	18
	Банк заданий	20	36
	Тестирование	15	20
Итого		60	100
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ			
Базовый раздел/ Тема	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
	Презентация	0	3
	Таблица	0	3
	Анализ статей	0	5
Итого		0	11
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех разделов, без учета дополнительного раздела)		min	max
		60	100

Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки

Общее количество набранных баллов	Академическая оценка
60 – 72	3 (удовлетворительно)
73 – 86	4 (хорошо)
87 – 100	5 (отлично)