

Министерство культуры Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВСЕРОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ КИНЕМАТОГРАФИИ  
ИМЕНИ С.А. ГЕРАСИМОВА» (ВГИК)  
Иркутский филиал ВГИК

УТВЕРЖДЕНО

Директор Иркутского филиала ВГИК

\_\_\_\_\_ А.В. Черных

## **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Физическая культура и спорт**

**Направления подготовки**

***52.03.06 Драматургия***

***Профиль***

***Кинодраматург***

**ОСНОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ –  
ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА**

**Форма обучения**

**Очная**

Иркутск 2024

# **СОДЕРЖАНИЕ**

## **РАЗДЕЛ 1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

- 1.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)
- 1.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
- 1.3. Общее количество заданий для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)
- 1.4. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)
- 1.5. Ключи к оцениванию теста
- 1.6. Оценивание тестового задания

## РАЗДЕЛ 1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

### 1.1. Форма промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю)

Контрольным мероприятием промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) является **зачет**.

### 1.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

|   |   |  |
|---|---|--|
| Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение) | <b>УК-7.</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <b>УК-7.1.</b> Знает виды, задачи, средства общей физической подготовки и способы их применения в процессе собственной жизнедеятельности;<br><b>УК-7.2.</b> Знает факторы и методы сохранения и укрепления здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;<br><b>УК-7.3.</b> Умеет применять методы и системы сохранения и укрепления здоровья для обеспечения собственной жизнедеятельности;<br><b>УК-7.4.</b> Умеет использовать навыки общей физической подготовки как инструмент здоровьесбережения;<br><b>УК-7.5.</b> Владеет нормами поведения, обеспечивающими здоровый образ жизни;<br><b>УК-7.6.</b> Владеет навыками самоконтроля за состоянием своего здоровья и поддержания его для обеспечения продуктивной жизнедеятельности. |
|---|---|--|

### 1.3. Общее количество заданий для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

| Код компетенции | Наименование компетенции   | Номера заданий |
|-----------------|--|----------------|
| УК -7           | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | 1 – 30         |
| Всего:          |  | 30             |

#### 1.4. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Код контролируемой компетенции: УК-7

1. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Что представляет собой понятие "культура"

- (1) степень раскрытия потенциальных возможностей личности в различных областях деятельности
- (2) материальные и духовные ценности, создаваемые человеком
- (3) носитель культурных ценностей, создающий новые ценности
- (4) социальная среда, в которой развивается личность

2. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Физическая культура — это:

- (1) занятия спортом
- (2) часть общей культуры, совокупность материальных и духовных ценностей в сфере двигательной деятельности человека
- (3) часть общей культуры, призванная развивать и совершенствовать физическое состояние человека
- (4) участие в соревнованиях

3. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Влияние физических упражнений на организм человека

- (1) положительное, если эти упражнения выполняются регулярно, в правильном темпе, в правильной последовательности, а занимающийся не имеет противопоказаний, исключающих данные занятия
- (2) положительное только в случае, если заниматься ими на пределе своих физических возможностей
- (3) положительное только в случае, если использовать естественные силы природы для восстановления организма

4. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок. **Что из перечисленного можно отнести к основным средствам физического воспитания**

- (1) физиотерапевтические процедуры
- (2) ритмические и силовые характеристики движений
- (3) естественные силы природы
- (4) витамины и минеральные добавки

5. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок. **Процесс воспитания физических качеств и формирования двигательных умений и навыков называется**

- (1) физической подготовкой
- (2) физическим воспитанием
- (3) физической подготовленностью
- (4) физической культурой

6. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в

кружок.

Способность выполнять движения с большой амплитудой называется:

- (1)эластичностью
- (2)гибкостью
- (3)растяжкой
- (4)разминкой

7. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Оздоровительные задачи физического воспитания направлены:

- (1) на подготовку с целью зачисления в группу спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине)
- (2) на формирование знаний о физической культуре и спорте и умений выполнять физические упражнения в избранном виде спорта
- (3)на охрану жизни и укрепление здоровья

8. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок. **Способность к продолжительной работе без снижения ее эффективности или способность противостоять утомлению называется:**

- (1)функциональной устойчивостью
- (2)биохимической экономизацией
- (3)тренированностью
- (4)выносливостью

9. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

К показателям физической подготовленности относятся:

- (1)вес, рост
- (2)артериальное давление и ЧСС
- (3)время задержки дыхания
- (4)сила, выносливость, скорость

10. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок. **Субъективные показатели работоспособности при занятиях физическими упражнениями**

- (1)физиологическая кривая
- (2)изменение частоты дыхания, потоотделение
- (3)температура кожной поверхности
- (4)потеря веса

11. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок. **Укажите, что не относится к методическим принципам физического воспитания:**

- (1)систематичность
- (2)сила воли и смелость
- (3)сознательность и активность
- (4)доступность и индивидуализация

12. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Физическое воспитание — это:

- (1) занятия физическими упражнениями
- (2) часть воспитания, результат развития физических и психических качеств личности
- (3) часть общего воспитания, процесс и результат развития двигательных способностей, формирования физических, психических и морально-эстетических качеств личности
- (4) участие в соревнованиях

13. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Физическая рекреация – это:

- (1) средство лечения и восстановление функций после травм или заболеваний
- (2) утренняя гимнастика
- (3) дозированный бег
- (4) двигательный активный отдых, туризм

14. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Что является главным источником энергии в организме

- (1) белки
- (2) углеводы
- (3) жиры
- (4) минеральные вещества

15. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок. **Студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья зачисляются в отделение:**

- (1) основное
- (2) медицинское
- (3) специальное
- (4) спортивное

16. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Базой, основой повышения работоспособности человека является

- (1) специальная подготовка
- (2) общая физическая подготовка
- (3) спортивная подготовка
- (4) прикладная подготовка

17. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Что означает слово "спорт"

- (1) физическая культура
- (2) зрелище
- (3) соревновательная деятельность
- (4) игра, развлечение

18. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Гиподинамия — это:

- (1) сниженная двигательная деятельность, следствием которой является нарушение функций организма
- (2) повышенная двигательная деятельность, следствием которой является нарушение функций организма
- (3) повышенное артериальное давление у человека
- (4) нарушение деструктивных функций систем органов у человека

19. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Самоконтроль — это:

- (1) регулярные наблюдения занимающихся за состоянием своего здоровья, функциональной и физической подготовленностью и их изменениями под влиянием занятий упражнениями и спортом
- (2) планомерный процесс получения информации о физическом состоянии занимающихся физической культурой
- (3) краткое заключение о состоянии здоровья, занимающегося физической культурой и спортом

20. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Какая физическая культура связана с использованием физических упражнений в качестве средства лечения заболеваний?

- (1) оздоровительно-реабилитационная физическая культура
- (2) педагогическая физическая культура
- (3) профессиональная физическая культура
- (4) физическая культура в детских дошкольных учреждениях

21. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок. **Что относится к функциональным показателям, характеризующим особенности физического развития человека:**

- (1) уровень развития общей выносливости, результаты прыжка с места
- (2) частота сердечных сокращений, сила основных мышечных групп
- (3) объем грудной клетки, форма осанки, длина и масса тела

22. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

В качестве теоретической подготовки не рассматривается:

- (1) система знаний, сконцентрированных в специализированных научных дисциплинах в сфере спорта, связанных с познанием и научным обеспечением спортивной практики
- (2) система интеллектуальных умений и навыков, обеспечивающих формирование убеждений и развитие познавательных способностей в процессе спортивной деятельности
- (3) система знаний, умений и навыков, позволяющих правильно строить тренировочный процесс и добиваться успехов на соревнованиях

23. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Что такое массовый спорт:

- (1) занятия физическими упражнениями в разнообразных соревновательных формах с целью активного отдыха, досуга
- (2) спорт высших достижений
- (3) профессиональный спорт
- (4) достиженческий спорт

24. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

Ловкость — это способность:

- (1) выполнять действие при обучении двигательного упражнения
- (2) перестраивать двигательную деятельность в соответствии с меняющейся ситуацией и быстро обучаться новым двигательным действиям
- (3) противодействовать внешним сопротивлениям
- (4) выполнять движения с наибольшей амплитудой

25. Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа, обведите в кружок.

В чем заключается особенность ритмической гимнастики:

- (1) деятельность, которая связана с длительным сохранением сидячей рабочей позы и точностью выполнения мелких механических операций
- (2) приводит организм в рабочее состояние после пробуждения, поддерживает высокий уровень работоспособности в течение трудового дня
- (3) темп движений и интенсивность выполнения упражнений задается ритмом музыкального сопровождения

26. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Обведите правильные ответы в кружок, запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов.

Факторы, влияющие на работоспособность:

- (1) физиологическое состояние
- (2) психическое состояние
- (3) физическое состояние

Ответ \_\_\_\_\_

27. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Обведите правильные ответы в кружок, запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов.

Что относится к средствам физической культуры:

- (1) физические упражнения
- (2) оздоровительные силы природы (солнце, воздух и вода)
- (3) гигиенические факторы

Ответ \_\_\_\_\_

28. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Обведите правильные ответы в кружок, запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов.



Методы строго-регламентированного упражнения,  
типичные для воспитания:

- (1) методы обучения двигательным действиям
- (2) круговой тренировки
- (3) методы развития физических качеств
- (4) наглядной демонстрации
- (5) вариативно-слитного упражнения

Ответ \_\_\_\_\_

29. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Обведите правильные ответы в кружок, запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов.

Перечислите средства развития быстроты:

- (1) соревновательные и специальные упражнения, выполняемые с максимальной скоростью
- (2) скоростно-силовые упражнения
- (3) ходьба, лыжи, плавание, коньки
- (4) упражнения с отягощениями, ведение 2-х мячей двумя руками, метание гранаты, кросс
- (5) подвижные и спортивные игры, эстафеты

Ответ \_\_\_\_\_

30. Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа. Обведите правильные ответы в кружок, запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов.

Двигательное умение — это:

- (1) способность правильно выполнить двигательное действие, доведенное до автоматизма
- (2) способность правильно выполнить двигательное действие, не доведенное до автоматизма
- (3) способность владения рациональной техникой двигательного действия
- (4) способность правильно выполнить двигательное действие на сознательном уровне

Ответ \_\_\_\_\_

### 1.5. Ключи к оцениванию теста

| Номер задания | Верный ответ | Оценивание задания   |
|---------------|--------------|--|
| 1.            | 2            | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов. |
| 2.            | 2            | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов. |
| 3.            | 1            | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов. |



|     |   |   |
|-----|---|---|
| 18. | 1   | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.  |
| 19. | 1   | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.  |
| 20. | 1   | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.  |
| 21. | 3   | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.  |
| 22. | 3   | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.  |
| 23. | 1   | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.  |
| 24. | 2   | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.  |
| 25. | 3   | Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов.  |
| 26. | 1, 2, 3<br>Работоспособность человека характеризуется как способность человека выполнять эффективные параметры производительности в определенное время, поэтому физиологическое, психическое и физическое состояние человека влияет на показатель работоспособности | Полное совпадение с верным ответом, дано обоснование оценивается 2 баллами; полное совпадение с верным ответом, не дано обоснование или обоснование не полное оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов. |
| 27. | 1, 2, 3<br>Все перечисленные варианты ответов являются верными, так как главное средство физического воспитания – это физические упражнения, а остальные являются вспомогательными средствами физического воспитания  | Полное совпадение с верным ответом, дано обоснование оценивается 2 баллами; полное совпадение с верным ответом, не дано обоснование или обоснование не полное оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов. |

|     |   |  |
|-----|---|--|
| 28. | 1, 3<br>Методы строго регламентированного упражнения — это основной метод в физическом воспитании, сущность которого заключается в том, что каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой. Подразделяется на 2 подгруппы:<br>а) методы обучения двигательным действиям;<br>б) методы развития физических качеств                              | Полное совпадение с верным ответом, дано обоснование оценивается 2 баллами;<br>полное совпадение с верным ответом, не дано обоснованиеили обоснование не полное оценивается 1 баллом;<br>неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов. |
| 29. | 1, 2, 5<br>Быстрота - способность человека выполнять большое количество движений с максимальной скоростью. Средствами развития быстроты являются соревновательные и специальные упражнения, выполняемые с максимальной скоростью, скоростно- силовые упражнения, подвижные и спортивные игры, эстафеты  | Полное совпадение с верным ответом, дано обоснование оценивается 2 баллами;<br>полное совпадение с верным ответом, не дано обоснованиеили обоснование не полное оценивается 1 баллом;<br>неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов. |
| 30. | 2, 4<br>Двигательное умение — это степень владения техникой действия, при котором повышена концентрация внимания на составные операции (части), наблюдается нестабильное решение двигательной задачи. Верные ответы - способность правильно выполнить двигательное действие, не доведенное до автоматизма; способность правильно выполнить двигательное действие на сознательном уровне | Полное совпадение с верным ответом, дано обоснование оценивается 2 баллами;<br>полное совпадение с верным ответом, не дано обоснованиеили обоснование не полное оценивается 1 баллом;<br>неверный ответ или его отсутствие - 0 баллов. |

#### 1.6. Оценивание тестового задания

| Количество набранных баллов в процентах от максимального количества баллов | Количество набранных баллов | Оценка/зачет |
|--|-----------------------------|--------------|
| 85,00-100%   | 30 – 35                     | зачет        |
| 75,00-84,99%   | 26 – 29                     | зачет        |
| 65,00-74,99%   | 23 – 25                     | зачет        |
| Менее 64,99 %  | 22 и меньше                 | незачет      |