Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 16.06.2026 12:42:22
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
для промежуточной аттестации по дисциплине

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Код, направление подготовки	38.05.01 Экономическая безопасность
Направленность (профиль)	Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности
Форма обучения	Очная
Кафедра разработчик	Кафедра физической культуры
Выпускающая кафедра	Экономики, учета и финансов

Промежуточная аттестация проходит в виде зачета. Для подведения итогов применяется СТО-2.12.20 «Положение о балльно-рейтинговой системе оценки качества учебной работы студентов по дисциплине «Физическая культура и спорт» (далее – БРСОК). Одним из компонентов БРСОК является проверка уровня освоения теоретических знаний.

Типовые вопросы по проверке уровня теоретической подготовленности

1. Физическая культура и спорт в системе высшего образования. Структурные элементы физической культуры как вида культуры.
2. Физическая культура личности: определение, основные составляющие.
3. Основы здорового и безопасного образа жизни. Основные компоненты здорового образа жизни.
4. Физкультурно-спортивная и рекреационно-оздоровительная деятельности.
5. Эргономические требования к обеспечению рабочего места студента. Рациональный режим труда и отдыха обучающегося.
6. Основные положения самоконтроля физического развития, критерии оценки относительно нормативных показателей.
7. Методы самоконтроля и оценки функционального состояния кардиореспираторной системы. Критерии оценки относительно нормативных показателей.
8. Методы самооценки физической работоспособности.
9. Современные виды двигательной активности в повседневной жизнедеятельности студента. Отличительные характеристики и специфика использования физических упражнений.
10. Физические упражнения, их значение для поддержания высокого уровня умственной и физической работоспособности.
11. Классификация физических упражнений. Методика составления комплексов физических упражнений.
12. Определение работоспособности, ее виды. Средства физической культуры в коррекции умственной работоспособности.
13. Разновидности нарушений осанки. Основные причины нарушений осанки.
14. Профилактика нарушений осанки. Упражнения для формирования правильной осанки.
15. Болезни глаз, нарушение зрения. Различные методы сохранения зрения.
16. Спорт как социокультурное явление. Классификация видов спорта.
17. Студенческий спорт: особенности и специфика.
18. Организационные аспекты самостоятельной двигательной активности различной целевой направленности. Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях.
19. Значение профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Формы производственной гимнастики (физкультурная пауза, физкультурная минута, микропауза активного отдыха).

20. Формы ППФП: самостоятельные и самодеятельные занятия, массовые оздоровительные физкультурные и спортивные мероприятия.