

Федеральное агентство морского и речного транспорта

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Государственный университет морского и речного флота имени адмирала С.О. Макарова» Воронежский филиал ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова»

Кафедра гуманитарных и социальных наук

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (приложение к рабочей программе дисциплины)

Направление подготовки	09.03.02 Информационные системы и технологи
Направленность (профиль) _	Информационные системы на транспорте
Уровень высшего образован	ия <u>бакалавриат</u>
Форма обучения	очная, заочная
Промежуточная аттестация	зачет

1. Перечень компетенций и этапы их формирования в процессеосвоения дисциплины

Рабочей программой дисциплины <u>Физическая культура и спорт</u> предусмотрено формирование следующих компетенций.

Таблица 1 Перечень компетенций и этапы их формирования в процессе освоения дисциплины

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК – 7 Способен под- держать данный уровень физиче- ской подготов- ленности для обеспечения пол- ноценной и про- фессиональной деятельности	УК - 7.1 Выбор здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	Знать:здоровосберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма Уметь: выбирать здоровьесберегающие технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма Владеть: навыками здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма
	УК -7.2 Обеспечение работо- способности на осно- ве оптимального со- четания физической и умственной нагрузки	Знать: обеспечение работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Уметь: обеспечивать работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Владеть: навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки
	УК- 7.3 Соблюдение норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	Знать:правила соблюдения норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности Уметь: соблюдать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности Владеть: навыками соблюдения норм здорового образа жизни в различных жизненных си-

	туациях и в профессиональной деятельности

2. Паспорт фонда оценочных средств для проведения текущей ипромежуточной аттестации обучающихся

Таблица 2 Оценочные средства для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Формируемая компетен- ция	Наименование оценочного средства
1	Тема 1. Легкая атлетика	УК-7.1	практическое зада- ние зачет
2	Тема 2. Спортивные игры	УК-7.2	практическое зада- ние зачет
3	Тема 3 Силовая подготов- ка	<i>УК-7.3</i>	практическое зада- ние зачет

Таблица 3 Критерии оценивания результата обучения по дисциплине и шкала оценивания по дисциплине

Результат обуче-	Критерии оценивания результата обучения по дисциплине и шкала оцени-					
РИН		вания по дис	сциплине		Процедура	
по дисциплине	2	3	4	5	оценивания	
	Не зачтено		Зачтено			
УК-7.1	Отсутствие или	Неполные пред-	Сформирован-	Сформиро-	зачет	
Знать: Выбор здо-	фрагментарные	ставления о	ные, но содер-	ванные сис-		
ровьесберегаю-	представления о	выборе здо-	жащие отдель-	тематические		
щих технологий	выборе здоровь-	ровьесбере-	ные пробелы	представления		
для поддержания	есберегающих	гающих техно-	представления	о выборе		
здорового образа	технологий для	логий для под-	о выборе здо-	здоровьесбе-		
жизни с учетом	поддержания	держания здо-	ровьесбере-	регающих		
физиологических	здорового образа	рового образа	гающих техно-	технологий		
особенностей ор-	жизни с учетом	жизни с учетом	жизни с учетом погий для под- для поддер-			
ганизма	физиологических	физиологиче- держания здо- жания здоро-				
	особенностей	ских особенно- рового образа вого образа		вого образа		
	организма	стей организма жизни с учетом жизни с уче-				
			физиологиче-	том физиоло-		
			ских особенно-	гических осо-		
			стей организма	бенностей ор-		
				ганизма		
УК-7.1	Отсутствие уме-	В целом удов-	В целом удовле-	Сформиро-	зачет	
Уметь: выбирать	ний или фраг-	летворитель-	творительные,	ванные уме-		
здоровьесбере-	ментарные	ные, но не сис-	но содержащие	ния выбирать		
гающие техноло-	умения выбирать	тематизирован-	отдельные про-	здоровьесбе-		
гий для поддер-	здоровьесбере-	ные умения	белы умения	регающие		
жания здорового	гающие техноло-	выбирать здо-	выбирать здо-	технологий		
образа жизни с	гий для поддер-	ровьесбере-	ровьесбере-	для поддер-	2	

ук-7.1 УК-7.1 Валадаты: павыка- магизоровсебере- пастей организма Отсутствие ван- паким допровсебере- пакина учетом фагизоровсебере- пакина и учетом фагизоровсебере- пакина учетом фагизоровсебере- пакина и учетом фагизоровсебере- пакина учетом фагизоровсебере- пакина и учетом фагизоровсебере						
образа жизни сучетом финологических сосбенностей организма дорового образа жизние сучетом финологических сосбенностий для поддержания зарового образа жизние сучетом финологических сосбенностий организма и дорового образа жизние сучетом финологических сосбенностей организма сосбенностий организма подрового образа жизние сучетом финологических сосбенностий организма поставления поставления поставления поставления поставления пработосносовое оптимального сочетания финогической и уметленной и трузки и трузки и трузки практической и уметленной и трузки	учетом физиоло-	жания здорового	гающие техно-	гающие техно-	жания здоро-	
В негом удования подпетентации постей организма на поддержащия учетом физикологической пуметом пости па основе оптим дизикологи пости па основе оптим пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пости па основе оптим пработоспособнения пости па основе оптим пработоспособнения пработоспособнения пости па основе оптим пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пости па основе оптимального сочетания физической и уметами и уметами пработоспособнения пости па основе оптимального сочетания физической и уметами побеспечения пработоспособнения пости па основе оптимального сочетания физической и уметами и уметами постания обеспечения пработоспособнения пости па основе оптимального сочетания физической и уметами и умета	гических особен-	образа жизни с	логий для под-	логий для под-		
В негом удования подпетентации постей организма на поддержащия учетом физикологической пуметом пости па основе оптим дизикологи пости па основе оптим пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пости па основе оптим пработоспособнения пости па основе оптим пработоспособнения пработоспособнения пости па основе оптим пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пработоспособнения пости па основе оптимального сочетания физической и уметами и уметами пработоспособнения пости па основе оптимального сочетания физической и уметами побеспечения пработоспособнения пости па основе оптимального сочетания физической и уметами и уметами постания обеспечения пработоспособнения пости па основе оптимального сочетания физической и уметами и умета	ностей организма	учетом физиоло-	держания здо-	держания здо-	жизни с уче-	
Венностей организма Отсутствие какана доворовьее Серетающих техного образа жизние учетом фратментарные постей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма дособенностей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма дособенностей организма дособенностей организма дособенностей организма Отсутствие какана дового образа жизние учетом фратментарные постей организма дособенностей организать дособенностей организма дособенностей организма дособенностей организма дособенностей организма дособенностей организма дособенностей организма дособенностей организать дособенностей организма дособенностей организать дособенн		· ·	-	_		
		бенностей орга-			-	
		-			бенностей ор-	
МК-7.1 Владеть: навыкам дорновесберет агровнее оберега жания с учегом физиколтчических особенностей организма обеспечении работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной натружки 1938 и достемния физической и умственной натружки 1938 и достемния физической и умственной натружки 1938 и достемня физической и умственной натружки 1938 и достемное обеспечения физической и умственной натружки 1938 и достемные физической и умственной натружки 1938 и достемные физической и умственной натружки 1938 и достемное обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной натружки 1938 и достемное оптимального сочетания физической и умственной натружки 1938 и достемные обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной натружки 1938 и достемное оптимального сочетания физической и умственной натружки 1938 и достемное			*		•	
Внадени: павыкам дорового образа жизи с учетом физиологических особенностей организма постоя образа жизи с учетом физиологических особенностей организма обеспечении работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной пагрузки обеспечения работоспособного особенсной и умственной пагрузки обеспечения работоспособного особенносте и муственной пагрузки обеспечения работоспособного особенностей и умственной пагрузки обеспечения работоспособного особенностей и умственной пагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального особенностей и умственной пагрузки обеспечения физической и умственной пагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального особенностей потимального особенностей потимального особенностей и умственной пагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального особенностей и умственной пагрузки обеспечения работоспособность на основе оптимального особенностей и умственной пагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального особенностей и умственной пагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального особенностей и умственной пагрузки обеспечения работоспособности и основе оптимального особенствия физической и умственной						
Вивыена вывыками удо- риме задровьеебеер- гающих технологий для поддержания удо- ровьееберетаю- для поддержания удо- ровьеебере- тающих техно- догической собенностей организма физикологических особенно- стей организма Виние вывъясь навыками здо- ровьеебере- тающих техно- догическое образа жизии с учетом физикологиче- физикологиче- ских особенно- стей организма Отсутствие или фрагментарные праставления работоспо- собности на осное оптимального очета- ини фрагментарные поте очетания физической и умственной на- трузки УК-7.2 Отсутствие уме- попо сочетания физической и умственной на- трузки Отсутствие вал- дайний кли фраг- ментарные физической и умственной на- трузки Отсутствие вал- дайний кли фраг- ментарные физической и умственной на- трузки Отсутствие вал- дайний кли фраг- ментарные физической и умственной на- трузки Отсутствие вал- дайний кли фраг- ментарные физической и умственной на- трузки Отсутствие вал- дайний кли фраг- ментарные физической и умственной на- трузки Отсутствие вал- дайний кли фраг- ментарные физической и умственной на- трузки Отсутствие вал- дайний кли фраг- ментарные физической и умственной на- трузки Отсутствива физической и умственной на- тематизирован- физиками здо- физиками здо- физиками здо- физиками здо- физиками зд	VK-7 1	Отсутствие впа-	*	•	Сформиро-	зачет
ями здоровьесберетающих техного- пий для поддержащия здорового образа жазни с учетом физиологических сосбенностей организма обеспечения работоспо- собисти на основе оптимального сочетания физической и уметвенной на- грузки УК-7.2 Отсутствие уме- пий или фраты практической и уметвенной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителния физической и уметвенной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителния физической и уметвенной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителния физической и уметвенной на- грузки УК-7.2 Владеть: навыками здо- ровьесбере- ганощих технологий два подщих техно- держания здо- рового образа жизии с учетом физической и уметвенной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителния физической и ум- ственной на- грузки Отсутствие вда- физической и уметвенной на- грузки УК-7.2 Владеть: навыками здо- рового образа жизии с учетом физической и уметвенной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителные дрежания здо- рового образа жизии с учетом физической и ум- ственной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителные дрежания здо- рового образа жизии с учетом физической и ум- ственной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителные дрежания здо- рового образа жизии с учетом физической и ум- ственной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителныя физической и ум- ственной на- грузки Отсутствие уме- ний или фраты посителные дрежания здо- рового образа жизии с учетом физической и ум- ственной на- грузки Отсутствие или намымами здо- рового образа жизии с учетом физической и ум- ственной на- гружки Отсутствие уме- мащие отсенорования прат		•	•	_		54 161
танецих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физикалогических особенностей организма организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма обеспечения организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма обеспечения организма обеспечения организма обеспечения организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма		, ,	-	-		
ровьесберетающих техно- тических особенностей организма мини с учетом физиологических особенностей организма мини с учетом физиологических особенно- тической пумительный райогоспособного состатив физической и умстенной на- тружи Тук. 7.2 УК. 7.2 Отсутствие вили Фаранизания Отсутствие вили Фаранизания Отсутствие Отсутствие Отсутствие Отсутствие Отсутствие Отсутствие Отсутствие				-		
явлия здорового обряза жизни с учетом физиологических особенностей организма могетей организма организма особенностей организма обеспечении работоспособ- особенности па основе оптимального особенности па основе оптимального особенности па основе оптимального особенной нагрузки обеспечения работоспособ- пости на основе оптимального особенности па основе оптимального особенной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального особенечиния работоспособности на основе оптимального особенечения работоспособности на основе оптим	· ·		_			
ук-7.2 Отсутствие менарые учетом физиологический сособенностей организма собеспечении работоснособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагружи Пружи Отсутствие уменарые учетом физиологический собеспечении работоснособности на основе оптимального сочетания физической и умственной пагружи Отсутствие выпараторанностойности на основе оптимального сочетания физической и умственной пагружи Отсутствие выпараторанизма обеспечения работоснособности на основе оптимального сочетания физической и умственной пагружи Отсутствие выпараторанизма на физической и умственной пагружи В пеном удовнения физической и умственной пагружи Отсутствие выпараторанизма на физической и умственной пагружи В пеном удовнения физической и умственной пагружи Отсутствие выпараторанизма на физической и умственной пагружи В пеном удовнения постовнения работоснособноствина физической и умственной пагружи В пеном удовнения постанна физической и умственной пагружи В пеном удовненный паственной пагружи пработоснособноствина физической и умственной пагружи Отсутствие выпараторам на физической и умственной пагружи В пеном удовнения постанна физической и умственной пагружи В пеном удовненный пагружи пработоснособненный пагружи От	-				•	
уметом физиологических особенностей организма собеспечения работоспособности на основе отнимального сочетания физической и умственной нагрузки пружи воспетивального собетечности на основе отнимального сочетания физической и умственной нагрузки пружи в туруки пружи в туруки пружи в туруки поститимального сочетания физической и умственной нагрузки пружи в туруки протособности на основе отнимального сочетания физической и умственной нагрузки постительные по сочетания физической и умственной нагрузки постительное сочетания физ						
жизни с учетом физиологических особенностей организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма особенностей организма физиологических особенностей организма жизни с учетом физиологических особенностей организма жизни с учетом физиологических особенностей организма жизни с учетом физиологических особенностей организма мизин с учетом физиологических особенностей и ососорельний обеспечении работоспособности на основе оптимального сочетания физической и уметателной измеской и уметателной изтрузки УК-7.2 Отсутствие уметателной метателной измеской и уметателной измеской и умета	_	-				
физиопогических особенностей организма робого образа жизни с учетом физиопогических особенностей организма учетом физиопогических особенностей организма учетом физиопогических особенностей организма него организма него организма него организма него организма него организма работоспо- обеспечении физической и умственной нагрузки обеспечении работоспо- обеспечении физической и умственной нагрузки обеспечении работоспо- обеспечении физической и умственной нагрузки обеспечении работоспо-						
Особенностей организма рового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма обеспечении работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной натрузки ук.7.2 ук.7.3 ук.7.4 ук					-	
Организма жизни с учетом физиологических особенностей организма жизни с учетом физиологических особенностей организма Неполные прастоем объеспечении работосно- объес	ностеи организма	1 1				
УК-7.2 Отсутствие или фатментарные представления ообеспечении работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения варычиственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения ана работоспо-собность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения физической и умственной нагрузки Отсутствие валадения навыками обеспечения фазической и умственной нагрузки Отсутствие валадения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие валадения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие валадения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутственной нагрузки О						
VK-7.2 Отсутствие или фрагментарные представления доботоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки VK-7.2		организма				
УК-7.2 Отсутствие ум- Паработоспособно- Отсутствие ум- В целом удов- Тематизирован- Отсутствие ум- Отсутствие ум-						
УК-7.2 Отсутствие или фрагментарные пи работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие ументарные пработоспособности на основе оптимального сочетания физической и ментарные иумственной нагрузки Отсутствие владейть: навыками обеспечения работоспособност на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и на сенове оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и настоя основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и настоя основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и настоя основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и настоя основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и настоя основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и на сенове оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и на сенове оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владей и на сенове оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствия физической и умс					-	
Знать: обеспечение работоспо- собности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ТУК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умения обеспечения физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения физической и умственной нагрузки Отсутствие владения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной настрание на основе оптимального сочетания физической и умственной настрание на основе оптимального сочетания физической и умственной на основе оптимального сочетания физической и умственной натрузки Отсутствина физической и умственной натрузки Отсутствина физической и умственной на трузки Отсутствина физической и умственной натрузки Отсутствина физической и умственной на трузки Отсу			*			
обеспечении работоспо- собности на основе опти- мального сочетания физи- ческой и умственной на- грузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умения обеспечения прузки Отсутствие умения обеспечения физической и умственной на- грузки Отсутствие умения обеспечения обеспечения обеспечения умственной на- грузки Отсутствие умения обеспечения обеспечения обеспечения умственной на- грузки Отсутствие умения обеспечения обеспечения работоспособ- белы умения обеспечения работоспособ- белы умения обеспечения работоспособ- нове оптимального сочетания фи- умственной на- грузки Отсутствие вла- дения или фрагметарные мысети на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутствие вла- дения или фрагметарные мысети на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутствие вла- дения или фрагметарные мысети на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутствие вла- дения или фрагметарные мысети на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутствие вла- дения или фрагметарные мысетия основания настимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутствие вла- дения праставления ообеспечении работоспособ- ностна основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутственной на- грузки Отсутственной на- грузки Отсутственной на- грузки Отсутственной на- грузки Отственной на- грузки Отсутственной на- грузки Отсутственной на- грузки Отственной на-			*			зачет
обеспечении равотоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе представления обеспечения паческой и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагризации на основе оптимального осочетания физической и умственной нагрузки				-		
ве оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Отсутствие умения обеспечения физической и умственной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки Обеспечения физической и умственной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умения обеспечения физической и умственной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки Обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умения обеспечения физической и умственной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие мения обеспеченния работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособнос	ние работоспо-			жащие отдель-	тематические	
обеспечении работоспо- собность на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки ТРУК-7.2 УК-7.2 Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие владения навыками физической и ум- ственной на- грузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального	собности на осно-	ообеспечении ра-	работоспособ-	ные пробелы	представления	
мального сочетания физической и умственной натрузки УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие уменья обеспечня ния работоспособность на основе оптимального сочетания работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Отсутствие умения обеспечення работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Отсутствие умения обеспечення работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие валадения навыкалии обеспечения работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Отсутствие владения навыкалии обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыкалии обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыкалии обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыкалии обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыкали обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыкали обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыкали обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения физической и умственной нагрузки Отсутствие владения физиченной нагрузки Отсутствие владения физической и умственной нагрузки Отсутствия физиченной нагрузки Отсутствия физиченна пработоспособного оптимального сочетания физической	ве оптимального	ботоспособности	ности на основе	представления	ообеспечении	
ной нагрузки пия физической и умственной нагрузки пружи пработоспособ- ук-7.2 пружи пружи пружи пружи пружи пружи пружи протособенной нагружи пработоспособности на основе оптимального пружи	сочетания физи-	на основе опти-	оптимального	ообеспечении	работоспо-	
УК-7.2 Отсутствие умения обеспечния авто работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Грузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 В пелом удовния обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 В пелом удовния обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 В пелом удовния обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 В пелом удовначенной нагрузки В пелом удовначенной нагрузки В пелом удовленной нагрузки Отсутствие владения или фрагментарные владения физической и умственной нагрузки В пелом удовленной нагрузки Отсраные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки В пелом удовленной нагрузки В пелом удовленной нагрузки В пелом удовленной нагрузки Обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки В пелом удовления физиченной обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки В пелом удовления физиченной обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки В пелом удовления пробоспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки В пелом удовления физиченной нагрузки В пелом удовления физиченной обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки В пелом удовленной нагрузки В пелом удовленной нагрузки В пелом удовленной нагрузки В пелом удовленной на средния работоспособности на основе оптимального с	ческой и умствен-	мального сочета-	сочетания фи-	работоспособ-	собности на	
УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умений или фрагнарыне умения обеспечин и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умений или фрагнарыне умения обеспечения работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умения обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствительные, но сиси на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствительные постовном нагрозком и умств	ной нагрузки	ния физической и	зической и ум-	ности на основе	основе опти-	
УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умений или фрагнатирые умения обеспечения работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие умений обеспечения работоспособность на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Отсутствие умения обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие уметна такорительные, но содержащие обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие уметна такорованные про сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие умения обеспечения обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствити за основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствити за основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие уметна такорованные про обеспечения обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствити за основе оптимально	1.			оптимального	мального со-	
УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фаяментарные работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физиче- ской и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физиче- ской и умственной нагрузки УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие вла- дения или фаяментарные владения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физиче- ской и умственной нагрузки Тематизирован- ныс ин основе оптимального осочетания ные владения навыками обеспечения работоспособно- сти на основе оп- тимального отрузки Зачет Зачет Зачет Заческой и ум- ственной на- грузки В целом удовле- творительные, но с одержащие отдельные про- обеспечения работоспособно- сти на основе отдельные про- осочетания фи- зической и ум- твенной на- рузки Зачет заческой и ум- ственной на- грузки Отсутствивые, но содержащие отдельные про- ности на основе отденный работоспо- собности на основе оп- тимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутствиные, но содержащие отдельные про- обеспечения работоспо- собности на основе оттимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Отсутственной на основе оттимального обеспечения работоспо- собности на основе оттимального отдельные п			грузки	сочетания фи-	четания фи-	
УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспо- собности на работоспособ- ноги на основе оптимального сочетания физической и умственной на грузки УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и фрагментарные ные, но не сис- тематизирован- ные владения навыками обеспечения работоспособ- сочетания физиче- сочетания физиче- сочетания физиче- ской и умствен- ной нагрузки ственной на- трузки В целом удовле- летворительные про- ности на основе оптимального обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физиче- ской и умствен- ной нагрузки ственной на- трузки В целом удовле- летворительные, но содержащие отдельные про- ности на основе отдельные про- белы навыко- ванные вла- ности на основе оптимального собности на обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания физиче- ской и умствен- ной нагрузки ственной на- грузки В целом удовле- летворитель- ности на основе отдельные про- ности на основе отдельные про- петмального сочетания фи- зической и ум- темения обеспечения работоспособ- ности на основе отдельные про- петмального обеспечения работоспособ- ности на основе оттимального обеспечения работоспособ- ности на основе оттимального обеспечения работоспособ- ности на основе отдельные про- петмального осчетания фи- зической и ум- ственной на- грузки В целом удовле- теметизирован- ности на основе отдельные про- петмального осчетания фи- зической и ум- ственной на прузки В целом удовле- теметизирован- ности на основе оттималь			1,			
УК-7.2 Уметь: обеспечивать работоспо- собность на ос- нове оптималь- ного сочетания физической и умственной на- грузки УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 УК-7.2 Отсутствие вла- дения или работоспособносто на основе оптимального соти на основе оптимального соти на основе оптимального соти на основе оптимального сочетания физической и умственной на- грузки УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фрагментарные владения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фрагментарные владения навыка- птимального сочетания фрагментарные владения навыками обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фрагментарные владения навыками обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фрагментарные владения навыками обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фрагментарные владения навыками обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные владения навыками обеспечения работоспособ- ньые, но не систематизированные владения навыками обеспечения работоспособ- ньые владения физиче- собности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные оптимального отдельные про- белы умения обеспечения осочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные оптимального отдельные про- белы уметвенной нагрузки В целом удовле- творительные, но сосретания физической и умственной нагрузки Тематизированного отдетания физической и умственной нагрузки Тематизированные оптимального отдетания физической и умственной нагрузки Тематизированные оптимального отдельные про- белы умения обеспечения осочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные обеспечения отдельные про- белы умения обеспечения осочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные оптимального отдельные про- белы умения осочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные оптимального отдельные про- бе					vмственной	
УК-7.2 Уметь: обеспечивать работоспособность на основе оптимального сочетания работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Владеть: навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечния раб					•	
Уметь: обеспечивать работоспо- собность на ос- нове оптималь- ного сочетания физической и умственной на- грузки УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспо- собносто на основе оптимального сочетания работоспособно- сти на основе оптимального сочетания работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фрагментарные впадения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фрагментарные впадения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фрагментарные впадения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Теменой нагрузки Отсутствие владения или фрагментарные впадения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыками обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствиной нагрузки Отсутствие владения физической и умственной нагрузки Отсутствиной нагрузки Отсутствиной нагрузки В целом удова- творительные, но сочетания физической и умственной потрасные про- белы уметвенной обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального обеспечения обеспечения обеспечения обеспечения обеспечения обеспечения обеспечения обеспечения обеспеч	УК-7.2	Отсутствие уме-	В нелом улов-			зачет
вать работоспо- собность на ос- нове оптималь- ного сочетания физической и умственной на- грузки УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспо- собносто на основе оптимального сочетания фагментарные владения на выка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фагментарные владения на выка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фызической и умственной на- грузки УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фызической и умственной на- грузки УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания фызической и умственной нагрузки УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутственной нагрузки В целом удов- тематизирован- нье умения обеспечения работоспособ- ности на основе оптамального сочетания физической и умственной нагрузки Ния обеспечения на основе оптимального сочетания физической и ум- ственной нагрузки Ния обеспечения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Ности на основе оптимального сочетания физической и ум- обеспечения обеспечения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Ния обеспечения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Ния обеспечения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Ности на основе оптимального обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Ности на основе оптимального обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Ности на основе оптимального обеспечения работоспособности на основе оптимального основн						3
тематизированные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Владеть: навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной наработоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные умения обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные владения навыками вобеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные прообеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные прообеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные прообеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные прообеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные прообеспечения работоспособнособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные прообеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тематизированные прообеспечения работоспособнособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки			_	_		
нове оптимального сочетания работоспо- собности на ос- физической и умственной на- грузки	-			-		
ного сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Владеть: навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания фрагментарные впадения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тимального сочетания физической и умственной нагрузки УК-7.2 Владеть: навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Тимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения или фрагментарные владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения или фрагментарные владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения или фрагментарные владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения изической и умственной нагрузки Отсутствие владения ина основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствие владения физической и умственной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки В целом удовлетвенной нагрузки В целом удовлетвенной на стремацие отдельные прообеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки Отсутствия основе оптимального оптимального сочетания физической и умственной нагрузки			-	_		
работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки — ук. 7.2 Владеть: навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной на основе оптимального сочетания физической и умственной на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки — отсутствие владения или фрагментарные владения навыками работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки — отсутствие владения или фрагментарные владения навыками работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки — отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки — отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки — отсутственной насти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки — отсутственной нагрузки — отсутствие владения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки — отсутственной нагрузки						
умственной нагрузки ного сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособносочетания физической и умственной нагрузки обеспечения ной нагрузки обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспеченой нагрузки						
трузки физической и умственной нагрузки оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения набыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки			-	-		
умственной нагрузки отдельные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки умственной нагрузки отдельные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки умственной нагрузки в целом удов- творительные, но содержащие отдельные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки умственной нагрузки в целом удов- творительные, но содержащие отдельные пробеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и ум- ственной нагрузки осочетания физической и ум- ственной нагрузки					-	
Трузки зической и ум- ственной на- грузки работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки работоспособ- венной нагрузки работоспособ- сочетания физической и умственной нагрузки нагрузки нагрузки зической и умственной нагрузки зической и умственной нагрузки зической и умственной нагрузки зической и умственной на-	трузки					
УК-7.2 Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки работоспособи нагрузки ственной нагрузки В целом удов- летворитель- ные, но не сис- тематизирован- ные владения навыками работоспособно- сочетания физической и умственной нагрузки сти на основе оп зачет В целом удовле- творительные, но содержащие отдельные про- ности на основе оп- тематизированные владения ные владения но содержащие отдельные про- беспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- зической и ум- ственной на- грузки Сформиро- ванные вла- но содержащие отдельные, но содержащие отдельные, но содержащие отдельные про- обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- зической и ум- ственной на- грузки		•		_	-	
УК-7.2 Отсутствие владения или дения или обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения ной нагрузки нагрузки нагрузки отсувки и умственной нагрузки обеспечения ной нагрузки обеспечения навыками обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки обеспечения ной нагрузки обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и ум- ственной на- грузки нагрузки нагрузки		трузки		-	нагрузки	
УК-7.2 Отсутствие вла- дения или В целом удов- летворитель- ные, но не сис- тематизирован- оптимального сочетания физиче- венной нагрузки В целом удов- дения или В целом удов- летворитель- ные, но не сис- тематизирован- ные, но не сис- тематизирован- ные владения ные владения ные владения ные владения ные владения навыками В целом удов- но содержащие отдельные про- белы навыко- вобеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- ной нагрузки Сформиро- ванные вла- дения навыками зачет В целом удов- ностовные про- беспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Сформиро- ванные вла- дения навыками зачет Отсутствие вла- дения или фанные, но не сис- тематизирован- ные владения ванные вла- на содержащие обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки Сформиро- ванные вла- навыками обеспечения работоспо- собности на основе опти- мального со- четания фи- зической и ум- ственной на- грузки						
Владеть: навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физи- ческой и умст- венной нагрузки Ванные вла- ные, но не сис- тематизирован- ные владения навыка- ные владения белы навыко- обеспечения работоспособ- ности на основе оп- тания физиче- ской и умствен- ной нагрузки дения или фрагментарные владения навыка- ные владения белы навыко- вобеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки летворитель- ные, но не сис- тематизирован- ные владения белы навыко- вобеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки ванные вла- навыками обеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки нагрузки	VIC 7.0	0	1.0		C1	
ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения работоспособно- сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения владения ные владения ные владения ные владения навыками обеспечения работоспособно- собности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ные, но не систематизированные пробеспечения работоспособно- собности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ные, но не систематизированной работоспособно- собности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки навыками обеспечения работоспособно- собности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки по содержащие отдельные пробеспечения работоспособно- собности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки		•	•			зачет
работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физиче- венной нагрузки владения навыка- ми обеспечения работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физиче- ской и умствен- ной нагрузки ственной на- тотимального сочетания физиче- ской и умствен- ной нагрузки тематизирован- ные владения навыками белы навыко- вобеспечения работоспособ- ности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки навыками обеспечения работоспо- собности на основе оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- грузки нагрузки		_	_			
тимального сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ми обеспечения работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки пработоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки					, ,	
оптимального сочетания физической и умственной нагрузки работоспособно- сти на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ной нагрузки ственной на- ственной на- ственной на- ственной на- сти на основе оптимального сочетания физической и ум- ственной на- грузки работоспособности на основе оптимального сочетания физической и ум- ственной на- грузки работоспособности на основе оптимального сочетания физической и ум- ственной на- грузки нагрузки	-		*			
сочетания физической и умственной нагрузки ственной нагрузки ственной нагрузки работоспособности на основе оптимального сочетания физической и умственной нагрузки ственной нагрузки						
тания физиче- ской и умствен- ной нагрузки тания физиче- оптимального сочетания фи- зической и ум- ственной на- ственной на-		•				
венной нагрузки тания физиче- ской и умствен- ной нагрузки сочетания фи- зической и ум- ственной на- ственной на-	-			-	собности на	
ской и умствен- ной нагрузки сочетания фи- зической и ум- ственной на- ственной на-	_	тимального соче-	работоспособ-	ности на основе	основе опти-	
ной нагрузки сочетания фи- зической и ум- зической и ум- ственной на- ственной на- грузки нагрузки	венной нагрузки		ности на основе	оптимального	мального со-	
зической и ум- ственной на- умственной ственной на- грузки нагрузки		ской и умствен-	оптимального	сочетания фи-	четания фи-	
ственной на- грузки нагрузки		ной нагрузки	сочетания фи-	зической и ум-	зической и	
ственной на- грузки нагрузки				ственной на-	умственной	
			ственной на-	грузки	-	
1 2			грузки			

УК-7.3	Отсутствие или	Неполные пред-	Сформирован-	Сформиро-	зачет
Знать: правила	фрагментарные	ставления о	ные, но содер-	ванные сис-	Ja-101
соблюдения норм	представления о	правилах со-	жащие отдель-	тематические	
здорового образа	представления о правилах соблю-	блюдения норм	ные пробелы		
				представления	
жизни в различ-	дения норм здо-	здорового об-	представления	о правилах	
ных жизненных	рового образа	раза жизни в	о правилах со-	соблюдения	
ситуациях и в	жизни в различ-	различных	блюдения норм	норм здоро-	
профессиональ-	ных жизненных	жизненных си-	здорового об-	вого образа	
ной деятельности	ситуациях и в	туациях и в	раза жизни в	жизни в раз-	
	профессиональ-	профессио-	различных	личных жиз-	
	ной деятельности	нальной дея-	жизненных си-	ненных си-	
		тельности	туациях и в	туациях и в	
			профессио-	профессио-	
			нальной дея-	нальной дея-	
			тельности	тельности	
УК-7.3	Отсутствие уме-	В целом удов-	В целом удовле-	Сформиро-	зачет
Уметь: соблю-	ний или фраг-	летворитель-	творительные,	ванные уме-	
дать нормы здо-	ментарные	ные, но не сис-	но содержащие	ния соблю-	
рового образа	умения соблю-	тематизирован-	отдельные про-	дать нормы	
жизни в различ-	дать нормы здо-	ные умения со-	белы умения	здорового об-	
ных жизненных	рового образа	блюдать нормы	соблюдать	раза жизни в	
ситуациях и в	жизни в различ-	здорового об-	нормы здоро-	различных	
профессиональ-	ных жизненных	раза жизни в	вого образа	жизненных	
ной деятельности	ситуациях и в	различных	жизни в раз-	ситуациях и в	
	профессиональ-	жизненных си-	личных жиз-	профессио-	
	ной деятельности	туациях и в	ненных ситуа-	нальной дея-	
		профессио-	циях и в про-	тельности	
		нальной дея-	фессиональной		
		тельности	деятельности		
УК-7.3	Отсутствие вла-	В целом удов-	В целом удовле-	Сформиро-	зачет
Владеть: навыка-	дения или	летворитель-	творительные,	ванные вла-	
ми соблюдения	фрагментарные	ные, но не сис-	но содержащие	дения	
норм здорового	владения метода-	тематизирован-	отдельные про-	методами со-	
образа жизни в	ми соблюдения	ные владения	белы владения	блюдения	
различных жиз-	норм здорового	методами со-	соблюдения	норм здоро-	
ненных ситуаци-	образа жизни в	блюдения норм	норм здорового	вого образа	
ях и в профес-	различных жиз-	здорового об-	образа жизни в	жизни в раз-	
сиональной дея-	ненных ситуаци-	раза жизни в	различных	личных жиз-	
тельности	ях и в профес-	различных	жизненных си-	ненных си-	
	сиональной дея-	жизненных си-	туациях и в	туациях и в	
	тельности	туациях и в	профессио-	профессио-	
		профессио-	нальной дея-	нальной дея-	
		нальной дея-	тельности	тельности	
		тельности			
			2		

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности обучающихся основного учебного отделений

Таблица 4

Тесты		Оц	енка в оч	ках	
	5	4	3	2	1
Женщины 1. Прыжки через скакалку 1 мин.	150	120	110	100	90
2. Прыжки в длину с места (см)	190	180	168	160	150

3. Бег 3000 м (мин.)	19.00	20.15	21.00	22.00	22.30
4. Прыжки в длину с разбега (см)	365	350	325	300	280
5. Подтягивание в висе лежа (перекладина на высоте 90 см) (раз)	20	16	10	6	4
Мужчины 1. Бег 5000 м (мин.)					
	21.30	22.30	23.30	24.50	25.40
2. Прыжки в длину с места (см)	250	240	230	220	215
3Прыжки в длину с разбега (см)	480	460	435	410	390
4 Сгибание рук в упоре на брусьях (раз)	15	12	9	7	5
5.Подтягивание на перекладине	15	12	10	8	6

Составитель: Старший преподаватель Чеснокова Н П

Зав. кафедрой: д. и. н., профессор Плаксин В.Н.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры <u>гуманитарных и социальных наук</u> и утверждена на 2022/2023 учебный год Протокол № _10__ от _21_июня_ 2022 г.

Лист актуализации фонда оценочных средств «_Б1.О.36 Элективные курсы по физической культуре и спорту_» шифр по учебному плану, наименование

для подготовки бакалавров
Направление: (шифр – название) <u>09.03.02 Информационные системы и</u>
технологии
Профиль: Информационные системы на транспорте
Форма обучения _заочная
Год начала подготовки:_2022_
Kypc <u>2</u>
Семестр <u>3, 4</u>
а) в фонд оценочных средств не вносятся изменения. ФОС актуализирован на
2023 / 2024 г. учебный год.
б) в фонд оценочных средств вносятся следующие изменения:
1);
2);
3)
Разработчик (и): <u>ст. преподаватель</u> <u>Чеснокова Н П</u> (ФИО, ученая степень, ученое звание)
Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры правовых
<u>и гуманитарных наук</u> протокол № <u>10</u> от «30» <u>июня</u> 2023 г.
Заведующий кафедрой: Горбунова Я. П., к. ю. н., доцент / (ФИО, ученая степень, ученое звание) (подпись)