Автономная некоммерческая образовательная организация
высшего образования
«Воронежский экономико-правовой институт»
(АНОО ВО «ВЭПИ»)

АНОО ВО "ВОРОНЕЖСКИЙ ЭКОНОМИКО-ПРАВОВОЙ ИНСТИТУТ", АНОО ВО "ВЭПИ", ВЭПИ

Подписано цифровой подписью: АНОО ВО "ВОРОНЕЖСКИЙ ЭКОНОМИКО-ПРАВОВОЙ ИНСТИТУТ", АНОО ВО "ВЭПИ", ВЭПИ
Дата: 31.08.2023 17:47:15 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по учебно-методической работе
А.Ю. Жильников
«19» августа 2020 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

ЭДФ.ДВ.01.04 Шахматы
(наименование дисциплины (модуля))

37.03.01 Психология
(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) Психолог в сфере образования
(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника Бакалавр
(наименование квалификации)

Форма обучения очная
(очная, очно-заочная, заочная)

Рекомендован к использованию филиалами АНОО ВО «ВЭПИ»

Воронеж 2020

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) рассмотрен и одобрен на заседании кафедры психологии.

Протокол от «15» апреля 2020 г. № 3

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) согласован со следующими представителями работодателей или их объединений, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности, к которой готовятся обучающиеся:

Директор Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №102»
Фактор А.М.
(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Директор Автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации «Региональный экономико-правовой колледж»
Чернусских Ю.Л.
(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Заведующий кафедрой Л.В. Абдалина

Разработчики:

Доцент В.С. Шелестов

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО

Целью проведения дисциплины ЭДФ.ДВ.01.04 «Шахматы» является достижение следующих результатов обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В формировании данных компетенций также участвуют следующие дисциплины (модули), практики образовательной программы (по семестрам (курсам) их изучения):

- для очной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения							
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	7 сем.	8 сем.
Физическая культура и спорт	УК-7							
Психология здоровья субъектов образовательного процесса			УК-7					
Общая физическая подготовка	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7		
Здоровый образ жизни и здоровьесбережение	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7		
Настольный теннис	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7		
Производственная практика (преддипломная практика)								УК-7

Этап дисциплины (модуля) ЭДФ.ДВ.01.04 «Шахматы» в формировании компетенций соответствует:

- для очной формы обучения – 1,2,3,4,5,6 семестру.

2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, шкалы оценивания

Показателями оценивания компетенций являются следующие результаты обучения:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-7	ИУК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности регулярными занятиями физической культурой	Знать: роль и значение физической культуры и спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности Уметь: управлять своим физическим здоровьем, самостоятельно заниматься различными упражнениями и видами спорта Владеть: навыками поддержания физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности регулярными занятиями физической культурой
	ИУК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации социальной и профессиональной деятельности	Знать: основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии Уметь: использовать основы физической культуры для выбора здоровьесберегающих технологий Владеть: навыками выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации социальной и профессиональной деятельности

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины (модуля):

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Критерии оценивания	Оценочные средства текущего контроля успеваемости	Шкала оценивания
1	Краткая история шахмат	УК-7 ИУК-7.1.	Знать рождение шахмат, чемпионов мира по шахматам, шахматные правила FIDE, этику шахматной борьбы Уметь применять шахматные правила Владеть шахматными правилами, этикой шахматной борьбы	устный опрос, реферат	«Зачтено», «Не зачтено»
2	Шахматная доска	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	Знать шахматную доску, белые и черные поля, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр шахматной доски. Уметь различать поля, горизонталь и вертикаль, центр шахматной доски Владеть навыками ориентации на шахматной доске	устный опрос, реферат, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»
3	Шахматные фигуры	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	Знать белые и черные фигуры, ладью, слона, ферзя, коня, пешку, короля, сравнительную	устный опрос, реферат, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»

			силу и ценность фигур Уметь различать шахматные фигуры, их силу и ценность Владеть навыками различия фигур, их силы и ценности		
4	Начальная расстановка фигур	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	Знать начальное положение, расположение каждой из фигур в начальном положении Уметь расставлять фигуры в начальной позиции Владеть навыками определения связи между горизонталями, вертикалями, диагоналями и начальной расстановкой фигур	устный опрос, реферат, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»
5	Ходы и взятие фигур	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	Знать правила хода и взятия каждой из фигур Уметь определять легкие и тяжелые фигуры, их ходы и взятие Владеть навыками ходов и взятия каждой из фигур	устный опрос, реферат, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»
6	Шахматная партия	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	Знать понятие о шахе и защита от шаха. Мат – цель шахматной партии. Пат и другие случаи ничьей Уметь определять возможности шаха, мата и пата в шахматной партии Владеть навыками постановки шаха, мата и пата	устный опрос, реферат, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»
7	Игра всеми фигурами	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	Знать начало шахматной партии, правила ведения шахматной партии, короткие и длинные шахматные партии Уметь начинать, вести шахматную партию Владеть навыками ведения короткой и длинной шахматной партии	устный опрос, реферат, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»
8	Основы дебюта, миттельшпиля, эндшпиля	УК-7 ИУК-7.1. ИУК-7.2.	Знать правила и законы и ошибки дебюта, основы миттельшпиля, основы эндшпиля Уметь организовывать дебют, миттельшпиль, эндшпиль Владеть основами дебюта, миттельшпиля, эндшпиля	устный опрос, реферат, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»
ИТОГО			Форма контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации	Шкала оценивания
			Зачет	Ответ на билет	«Зачтено», «Не зачтено»

Критерии оценивания результатов обучения для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

1. Критерии оценивания устного ответа:

- зачтено – обучающийся дает четкие, грамотные развернутые ответы на поставленные вопросы, приводит примеры из реальной жизни; полно и обосновано отвечает на дополнительные вопросы; грамотно использует понятийный аппарат и профессиональную терминологию; демонстрирует знания, умения и навыки универсальных компетенций.

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

2. Критерии оценивания выполнения реферата:

- зачтено – тема раскрыта в полном объеме и автор свободно в ней ориентируется, последовательно и логично, материал актуален и разнообразен (проанализированы несколько различных источников), выводы аргументированы, обучающийся ответил на вопросы преподавателя и аудитории; демонстрирует знания, умения и навыки универсальных компетенций.

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

3. Критерии оценивания упражнений:

- зачтено – обучающийся четко и полно выполняет физические упражнения, выполняет поставленные нормативы, уверенно и четко отвечает на дополнительные вопросы;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

4. Критерии оценивания ответа на зачете:

- зачтено – даны в основном правильные ответы на все поставленные вопросы; в ответах в основном выделялось главное, показано умение анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии; демонстрирует знания, умения и навыки универсальных компетенций.

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

1 ЭТАП – Текущий контроль освоения дисциплины

Вопросы для устного опроса

Тема 1. Краткая история шахмат.

1. Возникновение шахмат;
2. Появление шахмат в Европе;
3. Шахматные правила;
4. Шахматная этика.

Тема 2. Шахматная доска.

1. Шахматная доска
2. Белые и черные поля
3. Горизонталь, вертикаль, диагональ
4. Центр шахматной доски

Тема 3. Шахматные фигуры.
1. Белые фигуры
2. Черные фигуры
3. Ладья
4. Слон
5. Ферзь
6. Конь
7. Пешка
8. Король
9. Сравнительная сила фигур
10. Ценность шахматных фигур

Тема 4. Начальная расстановка фигур.
1. Начальное положение фигур
2. Расположение фигур на доске
3. Связи между расстановками фигур

Тема 5. Ходы и взятие фигур.
1. Правила хода и взятия каждой из фигур
2. Легкие и тяжелые фигуры
3. Ладейные, коневые, слоновые, ферзевые и королевские пешки
4. Взятие на проходе
5. Превращение пешки

Тема 6. Шахматная партия.
1. Понятие о шахе и защита от шаха
2. Мат – цель шахматной партии
3. Пат и другие случаи ничьей

Тема 7. Игра всеми фигурами.
1. Начало шахматной партии
2. Правила ведения шахматной партии
3. Короткие и длинные шахматные партии

Тема 8. Основы дебюта, миттельшпиля, эндшпиля.
1. Правила и законы и ошибки дебюта.
2. Основы миттельшпиля
3. Основы эндшпиля

Темы рефератов

Тема 1. Краткая история шахмат.

1. Шахматы в культуре стран Арабского Халифата.
2. Проникновение шахмат в Европу.
3. Запрет шахмат церковью.

Тема 2. Шахматная доска.

1 Шахматный кодекс в России.

2 Судейство и организация соревнований.

Тема 3. Шахматные фигуры.

1. Реформа шахмат.
2. Шахматные трактаты.

Тема 4. Начальная расстановка фигур.

1. Правило «Каждый ферзь любит свой цвет»

Тема 5. Ходы и взятие фигур.

1. Системы проведения шахматных соревнований: нокаут, круговая, швейцарская.
2. Особенности различных шахматных соревнований.

Тема 6. Шахматная партия.

1. Мат в один ход
2. Длинная и короткая рокировка

Тема 7. Игра всеми фигурами.

1. Достижение мата без жертвы материала.

Тема 8. Основы дебюта, миттельшпиля, эндшпиля.

1. Принципы игры в дебюте
2. Ошибки миттельшпиля и эндшпиля

Упражнения

Тема 2. Шахматная доска.

1. «Горизонталь». Двое играющих по очереди заполняют одну из горизонтальных линий шахматной доски кубиками (фишками, пешками и т.п.)
2. «Вертикаль». То же самое, но заполняется одна из вертикальных линий шахматной доски.
3. «Диагональ». То же самое, но заполняется она из диагоналей шахматной доски.

Тема 3. Шахматные фигуры.

1. «Волшебный мешочек». В непрозрачном мешочке по очереди прячутся все шахматные фигуры, каждый из учеников пытается на ощупь определить, какая фигура спрятана.

2. «Угадай-ка». Педагог словесно описывает одну из фигур, дети должны догадаться, что это за фигура.

3. «Секретная фигура». Все фигуры стоят на столе в ряд, дети по очереди называют все шахматные фигуры кроме секретной, которая выбирается заранее; вместо названия этой фигуры надо сказать: «Секрет».

4. «Угадай». Педагог загадывает про себя одну из фигур, а дети пытаются угадать, какая фигура загадана.

5. «Что общего?». Педагог берет две шахматные фигуры, и дети говорят, чем похожи друг на друга фигуры, чем отличаются (цвет, форма).

6. «Большая и маленькая». Педагог ставит на стол шесть разных фигур. Дети по одному выходят и называют самую высокую фигуру и ставят ее в сторону. Вскоре все фигуры расставлены по росту.

7. «Кто сильнее?». Педагог показывает детям две фигуры и спрашивает: «Какая фигура сильнее? На сколько очков?».

8. «Обе армии равны». Педагог ставит на столе от одной до пяти фигур и просит ребят расположить на своих досках другие наборы фигур так, чтобы суммы очков в армиях учителя и ученика были равны.

Тема 4. Начальная расстановка фигур.

1. «Мешочек». Обучающиеся по одной вынимают из мешочка шахматные фигуры и постепенно расставляют начальную позицию.

2. «Да или нет?». Педагог берет две шахматные фигуры, а дети отвечают, стоят ли эти фигуры рядом в начальном положении.

3. «Не зевай!». Педагог говорит какую-либо фразу о начальном положении, например:

4. «Ладья стоит в углу», и бросает кому-либо из учеников мяч; если утверждение верно, то мяч следует поймать.

Тема 5. Ходы и взятие фигур.

1. «Игра на уничтожение» – важнейшая игра курса. Именно здесь все плюсы шахмат начинают «работать» на ученика – формируется внутренний план действий, аналитико-синтетическая функция мышления и др. Педагог играет с учениками ограниченным числом фигур (чаще всего фигура против фигуры); выигрывает тот, кто побьет все фигуры противника.

2. «Один в поле воин». Белая фигура должна побить все черные фигуры, расположенные на шахматной доске, уничтожая каждым ходом по фигуре (черные фигуры считаются заколдованными, недвижимыми).

3. «Лабиринт». Белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски, не становясь на «заминированные» поля и не перепрыгивая их.

4. «Перехитри часовых». Белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски, не становясь на «заминированные» поля и на поля, находящиеся под ударом черных фигур.

5. «Сними часовых». Белая фигура должна побить все черные фигуры; избирается такой маршрут передвижения по шахматной доске, чтобы ни разу не оказаться под боем черных фигур.

6. «Кратчайший путь». За минимальное число ходов белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски.

7. «Захват контрольного поля». Игра фигурой против фигуры ведется не на уничтожение, а с целью установить свою фигуру на определенное поле. При этом запрещается ставить фигуры на поля, находящиеся под ударом фигуры противника.

8. «Защита контрольного поля». Эта игра подобна предыдущей, но при точной игре обеих сторон не имеет победителя.

9. «Атака неприятельской фигуры». Белая фигура должна за один ход напасть на черную фигуру, но так, чтобы не оказаться под боем.

10. «Двойной удар». Белой фигурой надо напасть одновременно на две черные фигуры, но так, чтобы не оказаться под боем.

11. «Взятие». Из нескольких возможных взятий надо выбрать лучшее – побить незащищенную фигуру.

12. «Защита». Нужно одной белой фигурой защитить другую, стоящую под боем.

Тема 6. Шахматная партия.

1. «Шах или не шах». Приводится ряд позиций, в которых ученики должны определить: стоит ли король под шахом или нет.

1. «Объяви шах». Требуется объявить шах неприятельскому королю.

2. «Пять шахов». Каждой из пяти белых фигур нужно объявить шах черному королю.

3. «Защита от шаха». Белый король должен защититься от шаха.

4. «Мат или не мат». Приводится ряд позиций, в которых ученики должны определить: дан ли мат черному королю.

5. «Мат в один ход». Требуется объявить мат неприятельскому королю в один ход.

6. «Рокировка». Приводится ряд позиций, в которых ученики должны определить: можно рокировать или нет.

Тема 7. Игра всеми фигурами.

«Два хода». Для того чтобы ученик научился создавать и реализовывать угрозы, он играет с педагогом следующим образом: на каждый ход педагога ученик отвечает двумя своими ходами подряд.

Тема 8. Основы дебюта, миттельшпиля, эндшпиля.

1. «Мат в один ход». «Поставь мат в один ход нерокированному королю».

2. «Поставь детский мат». Белые или черные начинают и дают мат в один ход.

3. «Поймай ладью». «Поймай ферзя». Надо найти такой ход, после которого рано введенная в игру фигура противника неизбежно теряется или проигрывается за более слабую фигуру.

4. «Защита от мата». Требуется найти ход, позволяющий избежать мата в один ход (в данном разделе в отличие от второго года обучения таких видов несколько).

5. «Выведи фигуру». Определяется, какую фигуру и на какое поле лучше развить.

6. «Поставь мат «повторюшке» в один ход». Требуется поставить мат в один ход противнику, который слепо копирует ваши ходы.

7. «Мат в два хода». В учебных положениях белые начинают и дают мат в два хода.

8. «Выигрыш материала». «Накажи пешкоеда». Надо провести маневр, позволяющий получить материальное преимущество.

9. «Можно ли побить пешку?». Требуется определить, не приведет ли выигрыш пешки к проигрышу материала или мату.

10. «Захвати центр». Надо найти ход, ведущий к захвату центра.

11. «Можно ли сделать рокировку?». Надо определить, не нарушат ли белые правила игры, если рокируют.

12. «Чем бить фигуру?». Надо выполнить взятие, позволяющее избежать сдвоения пешек.

13. «Сдвой противнику пешки». Требуется так побить фигуру противника, чтобы у него образовались сдвоенные пешки.

14. «Выигрыш материала». Надо провести тактический прием и остаться с лишним материалом.

15. «Мат в три хода». Здесь требуется пожертвовать материал и объявить красивый мат в три хода.

16. «Мат в два хода». Белые начинают и дают мат в два хода.

17. «Мат в три хода». Белые начинают и дают мат в три хода.

18. «Выигрыш фигуры». Белые проводят тактический маневр и выигрывают фигуру.

19. «Квадрат». Надо определить, удастся ли провести пешку в ферзи.

20. «Проведи пешку в ферзи». Требуется провести пешку в ферзи.

21. «Выигрыш или ничья?». Нужно определить, выиграно ли данное положение.

22. «Куда отступить королем?». Надо выяснить, на какое поле следует первым ходом отступить королем, чтобы добиться ничьей.

23. «Путь к ничьей». Точной игрой нужно добиться ничьей.

2 ЭТАП – Промежуточная аттестация по итогам освоение дисциплины

Вопросы к зачету

1. Рождение шахмат. От чатуранги к шатранджу.
2. Развитие шахмат в Европе.
3. Чемпионы мира по шахматам. Выдающиеся шахматисты нашего времени.
4. Шахматные правила FIDE.
5. Этика шахматной борьбы.
6. Основные понятия шахмат.
7. Шахматные фигуры.
8. Сравнительная сила фигур. Ценность шахматных фигур.
9. Начальное положение (начальная позиция). Расположение каждой из фигур в начальном положении; правило «Каждый ферзь любит свой цвет».
10. Связь между горизонталями, вертикалями, диагоналями и начальной расстановкой фигур.
11. Правила хода и взятия каждой из фигур.
12. Белопольные и чернопольные слоны, одноцветные и разноцветные слоны.
13. Легкие и тяжелые фигуры.
14. Ладейные, коневые, слоновые, ферзевые и королевские пешки.
15. Превращения пешки.
16. Шах. Понятие о шахе. Защита от шаха.
17. Мат – цель шахматной партии.
18. Матование одинокого короля.
19. Задачи на мат в один ход.
20. Пат. Ничья. Пат и другие случаи ничьей.
21. Длинная и короткая рокировка и ее правила.
22. Шахматная партия.
23. Начало шахматной партии. Представления о том, как начинать шахматную партию.
24. Короткие шахматные партии.
25. Шахматная нотация.
26. Сущность дебюта.
27. Сущность миттельшпиля.
28. Сущность эндшпиля.
29. Анализ и оценка позиции.
30. Шахматная комбинация.

Комплекс заданий

Задания закрытого типа

Общие критерии оценивания

№ п/п	Процент правильных ответов	Оценка
1	86 % – 100 %	5 («отлично»)

2	70 % – 85 %	4 («хорошо)
3	51 % – 69 %	3 (удовлетворительно)
4	50 % и менее	2 (неудовлетворительно)

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	6	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
2	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	7	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
3	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	8	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
4	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	9	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
5	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	10	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.

Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ
1	3	6	2,3
2	1	7	1,2
3	2	8	3
4	2,3	9	3,4
5	3,4	10	4

Задание № 1

С какого шахматного поля начинается крайняя левая вертикаль

1. c1;
2. h1;
3. a1;
4. g1.

Задание № 2

Что является одним из основных физических качеств?

1. Внимание;
2. Работоспособность;
3. Сила;
4. Здоровье.

Задание № 3

Здоровый образ жизни – это …

1. Способ жизнедеятельности индивида, направленный на увеличение продолжительности жизни;
2. Культурный феномен, выраженный в заботе о здоровье как высшей ценности;
3. Способ жизнедеятельности, связанный с отказом от вредных привычек;
4. Жизненная позиция, при которой активность индивида выражается в систематическом занятии физическими упражнениями.

Задание № 4
Какая диагональ самая длинная

1. a8 – h1;
2. b1 – h7;
3. d1 – h7;
4. f1 – h3.

Задание № 5
Каковы задачи мышечной релаксации?

1. Увеличение длины мышечных волокон;
2. Увеличение толщины мышечных волокон;
3. Выведение продуктов распада из работавших мышц;
4. Снятие напряжения.

Задание № 6
Какую пользу приносит утренняя гимнастика?

1. Снижает активность физического состояния;
2. Способствует усилению кровообращения и обмена веществ;
3. Повышает работоспособность;
4. Ухудшает настроение.

Задание № 7
Назовите правила правильного положения при сидении на стуле

1. Держать верхнюю часть спины и шею прямо;
2. Чаще менять положение ног;
3. Сидеть, закинув ногу за ногу;
4. Сидеть долго в одном положении.

Задание № 8
Какая пара фигур неверна по ценности фигур

1. Л < Ф;
2. С < Л;

3. К > Л;
4. Ф > С.

Задание № 9
Какова польза от занятий циклическими видами?

1. Повышают силовые способности;
2. Увеличивают количество жировой ткани;
3. Улучшают потребление организмом кислорода;
4. Увеличивают эффективность работы сердца.

Задание № 10
Через решение каких задач происходит реализация цели физического воспитания?

1. Двигательных, гигиенических и просветительских задач;
2. Закаливающих, психологических и философских задач;
3. Задач развития дыхательной и сердечно – сосудистой систем;
4. Оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Задания открытого типа

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	11.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
2.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	12.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
3.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	13.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
4.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	14.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
5.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	15.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
6.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	16.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
7.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	17.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
8.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	18.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
9.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	19.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.
10.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.	20.	УК-7	ИУК-7.1. ИУК-7.2.

Ключ ответов к заданиям открытого типа

№ вопроса	Верный ответ
1.	Примерные направления беседы: • цель ежедневных физических нагрузок — профилактика гиподинамии, оздоровление организма, поддержание имеющейся формы тела и отдаление старости; • ежедневные физические упражнения включают: пребывание не менее 3 ч на ногах или 10 тыс. шагов, или оздоровительную форсированную ходьбу в течение часа, или пробежки рывками, или бег в течение 0,5 ч, или физические упражнения в спортивном зале; • выбор форм и средств физических нагрузок зависит от пола, возраста, состояния здоровья и физической подготовленности; • пребывание на свежем воздухе предпочтительнее, поскольку кроме нагрузок человек получает дополнительную порцию кислорода.
2.	Примерные направления беседы: • имеется в виду спорт в обычной жизни, а не для побития рекордов, как элемент ЗОЖ; • спортивные упражнения в подростковом возрасте развивают организм, способствуют наращиванию мышечной массы и укреплению костного скелета — надо использовать возможности этого возраста; • основной принцип спорта — расширение своих возможностей через преодоление психологического барьера: «Не могу — надо!»; • в отличие от ежедневных физических нагрузок спортивные упражнения имеют большую продолжительность (до 2-3 ч), в связи с чем, организм подвергается большей оксигенации.
3.	Примерные направления беседы: • ежедневные оздоровительные двигательные нагрузки предупреждают развитие гиподинамических симптомов. Цель ежедневных физических нагрузок — оздоровить организм, поддержать имеющуюся стройную форму тела и отдалить старость; • выбор форм и средств физических нагрузок зависит от пола, возраста, состояния здоровья и физической подготовленности; • обычно ежедневные физические упражнения включают: пребываниене менее 3 ч на ногах или 10 тыс. шагов, или оздоровительную форсированную ходьбу, или пробежки рывками, или бег, или физические упражнения в спортивном зале; • достаточность физических нагрузок для профилактики гиподинамии можно обеспечить и в спортзале, занимаясь со спортивными снарядами и на станках. Но пребывание на свежем воздухе предпочтительнее, поскольку кроме нагрузок человек получает дополнительную порцию кислорода.
4.	Примерные направления беседы: • особенности организма в пожилом возрасте, влияющие на питание; • энергетическая ценность пищевого рациона снижается до 2000-2300 ккал; • стареющему организму нужны белки, необходимые для восстановления и строительства тканей организма; • рекомендуются овощи, фрукты и другие продукты, содержащие в изобилии клетчатку, пектиновые вещества; • ограничивается прием сахара, белого хлеба, сдобы, кондитерских изделий, варенья; • соблюдение ежедневной двигательной активности.
5.	Ценносто-ориентационный
6.	В самом общем виде: уменьшается сила и выносливость мышц, улучшается координация
7.	Ладью
8.	Сидеть неподвижно не более 20 минут, держать спину и шею ровно.
9.	Слон
10.	Ферзя
11.	Не менее 30 минут
12.	По вертикали и горизонтали
13.	Пат
14.	Физическая культура
15.	Средством повышения работоспособности, а также способствующим нормализации мозгового и периферического кровообращения
16.	Спорт является доминирующей формой проявления физической культуры
17.	Двойной удар
18.	Сочетающие расслабления одних мышц с напряжением других, произвольное расслабление отдельных мышц
19.	Выполнять упражнения для снятия напряжения глаз (гимнастика), выполнять упражнения на растягивание и расслабление мышц

20.	Мат

Задание № 1
Вам на производственной практике предстоит проведение беседы со школьниками старших классов о роли ежедневных физических нагрузок.
Определите основные направления беседы.

Задание № 2
Вам на производственной практике предстоит проведение беседы со школьниками старших классов о роли спорта в этом возрасте.
Определите основные направления беседы.

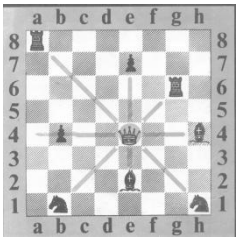
Задание № 3
Вам поручили провести беседу с работниками вычислительного центра о здоровом образе жизни.
Определите основные направления этой беседы с учетом контингента.

Задание № 4
Вам поручили провести беседу с беседу в социальном центре с пенсионерами о рациональном питании.
Определите основные направления этой беседы.

Задание № 5
Определите элемент спортивной культуры, который включает в себя отношение человека к спорту.

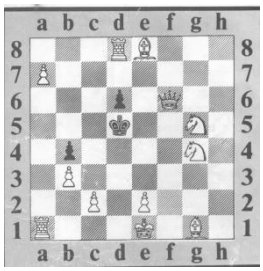
Задание № 6
Опишите, в чем проявляется утомление.

Задание № 7
Какую фигуру лучше срубить ферзю:

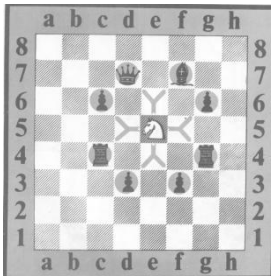


Задание № 8
Для устранения отрицательных последствий от длительного пребывания в сидячем положении рекомендуется соблюдать следующие правила …

Задание № 9
Кто не может поставить мат королю в один ход:



Задание № 10
Какую фигуру лучше срубить белому коню для получения материального преимущества:



Задание № 11
Какова должна быть продолжительность ходьбы, чтобы достичь оздоровительного эффекта?

Задание № 12
Опишите, как ходит ладья.

Задание № 13
Позиция, при которой королю ходить некуда, но он не находится под шахом …

Задание № 14
Совокупность общественных идей (целей, форм, мероприятий), существенных для физического совершенствования человека – это …

Задание № 15
Определите, чем является динамическая физкультурная минутка для работников умственного труда?

Задание № 16
Опишите, каково соотношение понятий «спорт» и «физическая культура».

Задание № 17
Нападение одной фигуры на несколько фигур или пешек противника …

Задание № 18

Перечислите, какие приемы можно использовать для расслабления мышц.

Задание № 19

Порекомендуйте упражнения для снятия напряжения, во время длительной работы за компьютером в положении сидя.

Задание № 20

Позиция, при которой ходить королю некуда и он находится под шахом …

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация обучающихся обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (модулю).

Преподаватель доводит до сведения обучающихся на первом учебном занятии перечень вопросов, выносимых на промежуточную аттестацию, и критерии оценивания знаний, умений и навыков.

Зачеты проводятся в день последнего в данном семестре занятия по соответствующей дисциплине (модулю) в соответствии с рабочей программой.

Зачеты служат формой проверки освоения учебного материала дисциплины (модуля).

Результаты сдачи зачета оцениваются по шкале: «зачтено», «не зачтено».

В целях поощрения обучающихся за систематическую активную работу на учебных занятиях и на основании успешного прохождения текущего контроля допускается выставление зачетной оценки без процедуры сдачи зачета.

Зачеты принимаются преподавателями, ведущим занятия по дисциплине (модулю).

Зачет проводится по билетам. Преподаватель имеет право задавать дополнительные вопросы в соответствии с рабочей программой дисциплины (модуля).

Во время зачета с разрешения преподавателя обучающийся может пользоваться справочниками, таблицами, инструкциями и другими материалами.

Обучающийся при подготовке ответа ведет необходимые записи, которые предъявляет преподавателю. При отказе обучающегося от ответа в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «не зачтено».

Результаты зачета заносятся в зачетно-экзаменационную ведомость. Если обучающийся не явился на зачет, в ведомости напротив фамилии обучающегося делается запись «не явился». Неявка на зачет без уважительной причины приравнивается к оценке «не зачтено».

В зачетную книжку выставляется соответствующая оценка, полученная обучающимся. Оценка «не зачтено» в зачетную книжку не ставится. Заполнение зачетной книжки до внесения соответствующей оценки в ведомость не разрешается.

Прием зачета у обучающегося прекращается при нарушении им дисциплины, использовании неразрешенных материалов и средств мобильной связи. В этом случае обучающемуся в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «не зачтено».

В случае несогласия обучающегося с оценкой, выставленной на зачете, он имеет право подать апелляцию.