Автономная некоммерческая организация
среднего профессионального образования
«Московский академический колледж»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплинам социально-гуманитарного цикла

образовательной программы
среднего профессионального образования –
программы подготовки специалистов среднего звена
40.02.04 Юриспруденция
на базе среднего общего образования
очная форма обучения
срок обучения 1 год 10 месяцев

Квалификация выпускника
юрист

Москва, 2025

Автономная некоммерческая организация
среднего профессионального образования
«Московский академический колледж»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ИСТОРИЯ РОССИИ

Москва, 2025 г.

Фонд оценочных средств (ФОС) является элементом системы оценивания сформированности компетенций у обучающихся в целом или на определенном этапе ее формирования. ФОС разрабатывается в соответствии с рабочей программой (РП) дисциплины/модуля/практики и включает в себя набор оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

Типовые оценочные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения.

Уровень подготовки студентов оценивается в баллах: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценки тестовых заданий
Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл.
«Отлично» - 20-18 правильных ответов (100-90 %)
«Хорошо» - 16-17 правильных ответа (89-80 %)
«удовлетворительно» - 14-15 правильных ответов (79-70 %)
«неудовлетворительно» - 13 и менее правильных ответов (69 и менее %)

ТЕСТ
по дисциплине ИСТОРИЯ РОССИИ

Инструкция
Внимательно прочитайте задания и запишите правильные ответы.
Блок 1 – Выберите один правильный ответ из предложенных
Блок 2 – Выберите несколько правильных ответов из предложенных
Блок 3 – Установите соответствие
Блок 4 – Установите последовательность действий
Блок 5 – Задания на классификацию

Время выполнения – 40 минут.

Вариант 1

Блок 1. Выберите один правильный вариант ответа

1. Современное развитие стран мира характеризуется:
А) холодной войной Б) глобализацией В) агрессией

2. Первые годы проведения рыночных реформ в России (1992-1993 г.г.) были отмечены:
А) падением объёмов производства
Б) развитием военно-промышленного комплекса
В) макроэкономической стабилизацией
Г) увеличением доходов большинства населения

3. Толчком к созданию ООН послужило:
А) начало освоения космоса Б) открытие атома
В) создание лекарств Г) Вторая мировая война

4. Ограниченный контингент советских войск присутствовал в Афганистане в период:
А) 1990-1999 г.г.
Б) 1970-1989 г.г.
В) 1979-1989 г.г. Г) 1999-2000 г.г.

5. Первым лидером партии ЛДПР в РФ был:
А) Г. Явлинский Б) М. Прохоров
В) В. Жириновский Г) Г. Зюганов

6. Террористический акт в Беслане произошёл:
А) 1 сентября 2011г. Б) 11 сентября 2001г.
В) 1 сентября 2004г. Г) 1 сентября 2000г.

Блок 2. Выберите несколько правильных ответов из предложенных

7. БРИКС (BRICS) — это межгосударственное неформальное объединение стран с динамично развивающейся экономикой, в которую входят следующие страны
А) Россия Б) Португалия В) Китай
Г) Австрия Д) Франция

8. Террористические акты, совершенные на территории России:
А) Подрыв посольств США в 1998 г.
Б) Захват заложников во время мюзикла «Норд-Ост»
В) Пожар в кинотеатре "Синема Рекс"
Г) Атака
с применением зарина в метро в 1995 г.
Д) Захват школы в Беслане

9. РФ является членом таких организаций
А) ООН Б) АСЕАН В) БРИКС Г) СЭВ Д) НАТО

10. НАТО – это военно-политический блок, в который входят следующие страны
А) Россия Б) Швейцария В) Германия
Г) Австрия Д) Франция

11. За героические подвиги в Великой Отечественной войне были удостоены трижды звания Героя Советского Союза
А) И. Н. Кожедуб Б) В.В. Талалихин В) Г. К. Жуков
Г) К.Я. Самсонов Д) А.М. Матросов

12. Известные правители Смутного времени
А) Владислав IV Б) Лжедмитрий I В) Василий Темный
Г) Стефан Баторий Д) Борис Годунов

Блок 3. Установите соответствие

13. Установите соответствие между руководителями нашей страны и их периодом нахождения у власти

Руководители	**Периоды**
1) М.С. Горбачев	А) 1953 – 1964 гг.
2) Л.И. Брежнев	Б) 1964 – 1982 гг.
3) Ю.В. Андропов	В) 1982 – 1984 гг.
4) Н.С. Хрущев	Г) 1985 – 1991 гг.

5) Б.Н. Ельцина	Д) 1991 – 2000 гг.

14. Установите соответствие между историческим периодом и событием, произошедшим в этот период

Исторический период	**Событие**
1) Смутное время	А) Созыв I Съезда народных депутатов СССР
2) Северная война	Б) Борьба с польско-литовской интервенцией
3) «перестройка»	В) Издание Воинского устава

15. Установите соответствие между крупными событиями (битвами) Великой Отечественной войны (Вов) 1941-1945 гг. и их особенностями

События ВОВ	**Особенности**
1) Сталинградская Битва	А) Крупнейшее в истории войны танковое сражение, переход стратегической инициативы к Красной армии
2) Курская Битва	Б) Окружение и ликвидация крупной группировки противника под командованием генерал-фельдмаршала Ф. Паулюса
3) Битва за Москву	В) Первое крупное поражение немецкой армии во Второй мировой войне, в результате советского контрнаступления враг был отброшен более чем на 100 км

16. Установите соответствие между правителями Руси и историческими событиями

Правители	**Историческое событие**
1) Петр I	А) Крещение Руси
2) Иван Грозный	Б) строительство Санкт-Петербурга
3) Князь Владимир	В) Смутное время

Блок 4. Установите последовательность действий

17. Расположите события распада СССР в хронологическом порядке
А) Провозглашение суверенитета РСФСР
Б) Беловежские соглашения
В) Августовский путч в Москве, поражение ГКЧП
Г) Выход из СССР 3х прибалтийских республик, Грузии и Армении

18. Расположите события Великой Отечественной войны в хронологическом порядке, начиная с первого:
А) Битва за Москву
Б) Начало блокады Ленинграда
В) Берлинская операция
Г) Курская битва

Блок 5. Задания на классификацию

19. Распределите реформы, принятые во время их правления

Правители России	**Реформы**
1) Петр I 2) Николай II	А) Новый календарь Б) Февральская революция, отречение императора В) Развитие внутренней и внешней торговли Г) Установление паспортного режима

	Д) Первая в истории России всеобщая перепись населения Е) Столыпинская аграрная реформа

20. Распределите события, происходившие во время их правления

Правители России	**События**
1) Иван Грозный 2) Александр II	А) отмена крепостного права Б) введение опричнины В) продажа Аляски Г) покорение Казанского и Астраханского ханств Д) присоединение Средней Азии к России Е) составление Судебника

ТЕСТ
по дисциплине ИСТОРИЯ РОССИИ

Инструкция
Внимательно прочитайте задания и запишите правильные ответы.
Блок 1 – Выберите один правильный ответ из предложенных
Блок 2 – Выберите несколько правильных ответов из предложенных
Блок 3 – Установите соответствие
Блок 4 – Установите последовательность действий
Блок 5 – Задания на классификацию
Время выполнения – 40 минут.

Вариант 2

Блок 1. Выберите один правильный вариант ответа

1. В марте 2008 года наряду с Д. А. Медведевым одним из: претендентов на пост президента являлся:
А) В. В. Путин Б) Г. А. Зюганов
В) М. М. Касьянов Г) Б. Н. Ельцин

2. Денежная единица европейского характера, введённая в 1999 г., называется..
А) франки Б) европейские доллары В) евро Г) иена

3. Дефолт в РФ произошёл в:
А) 2000 г. Б) 1995 г. В) 1993 г. Г) 1998 г.

4. Организация, занимающаяся вопросами ядерной энергетики, называется
А) ООН Б) НАТО
В) ЮНЕСКО Г) ЕВРАТОМ

5. Самыми противоречивыми конфликтами 21 века являются :
А) чеченская война Б) ливийская война
В) арабо-израильский конфликт Г) революция на Украине

6. В «большую восьмерку» не входит:
А) Великобритания Б) Россия
В) Испания Г) Япония

Блок 2. Выберите несколько правильных ответов из предложенных

7. НАТО – это военно-политический блок, в который входят следующие страны:
А) Россия Б) Швейцария В) Германия
Г) Австрия Д) Франция

8. За героические подвиги в Великой Отечественной войне были удостоены трижды звания Героя Советского Союза:
А) И. Н. Кожедуб Б) В.В. Талалихин В) Г. К. Жуков
Г) К.Я. Самсонов Д) А.М. Матросов

9. Известные правители Смутного времени:
А) Владислав IV Б) Лжедмитрий I В) Василий Темный
Г) Стефан Баторий Д) Борис Годунов

10. БРИКС (BRICS) — это межгосударственное неформальное объединение стран с динамично развивающейся экономикой, в которую входят следующие страны
А) Россия Б) Португалия В) Китай
Г) Австрия Д) Франция

11. Террористические акты, совершенные на территории России:
А) Подрыв посольств США в 1998 г.
Б) Захват заложников во время мюзикла «Норд-Ост»
В) Пожар в кинотеатре "Синема Рекс"
Г) Атака с применением зарина в метро в 1995 г.
Д) Захват школы в Беслане

12. РФ является членом таких организаций:
А) ООН Б) АСЕАН В) БРИКС Г) СЭВ Д) НАТО

Блок 3. Установите соответствие
13. Установите соответствие между крупными событиями (битвами) Великой Отечественной войны (Вов) 1941-1945 гг. и их особенностями

События ВОв	**Особенности**
1) Сталинградская Битва	А) Крупнейшее в истории войны танковое сражение, переход стратегической инициативы к Красной армии
2) Курская Битва	Б) Окружение и ликвидация крупной группировки противника под командованием генерал-фельдмаршала Ф. Паулюса
3) Битва за Москву	В) Первое крупное поражение немецкой армии во Второй мировой войне, в результате советского контрнаступления враг был отброшен более чем на 100 км

14. Установите соответствие между правителями Руси и историческими событиями

Правители	**Историческое событие**
1) Петр I	А) Крещение Руси
2) Иван Грозный	Б) строительство Санкт-Петербурга
3) Князь Владимир	В) Смутное время

15. Установите соответствие между руководителями нашей страны и их периодом нахождения у власти

Руководители	**Периоды**
1) М.С. Горбачев	А) 1953 – 1964 гг.
2) Л.И. Брежнев	Б) 1964 – 1982 гг.

3) Ю.В. Андропов	В) 1982 – 1984 гг.
4) Н.С. Хрущев	Г) 1985 – 1991 гг.
5) Б.Н. Ельцина	Д) 1991 – 2000 гг.

16. Установите соответствие между историческим периодом и событием, произошедшим в этот период

Исторический период	**Событие**
1) Смутное время	А) Созыв I Съезда народных депутатов СССР
2) Северная война	Б) Борьба с польско-литовской интервенцией
3) «перестройка»	В) Издание Воинского устава

Блок 4. Установите последовательность действий

17. Расположите события распада СССР в хронологическом порядке
А) «Застой»
Б) «Перестройка»
В) «Оттепель»
Г) «Сталинизм»

18. Расположите события Великой Отечественной войны в хронологическом порядке:
А) Висло-Одерская операция
Б) Нападение фашистской Германии и её союзников на СССР
В) Пражская операция
Г) Начало героической обороны Севастополя

Блок 5. Задания на классификацию

19. Распределите события, происходившие во время их правления

Правители России	**События**
1) Иван Грозный 2) Александр II	А) отмена крепостного права Б) введение опричнины В) продажа Аляски Г) покорение Казанского и Астраханского ханств Д) присоединение Средней Азии к России Е) составление Судебника

20. Распределите реформы, принятые во время их правления

Правители России	**Реформы**
1) Петр I 2) Николай II	А) Новый календарь Б) Февральская революция, отречение императора В) Развитие внутренней и внешней торговли Г) Установление паспортного режима Д) Первая в истории России всеобщая перепись населения Е) Столыпинская аграрная реформа

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов обучения.

Тематика докладов и сообщений

Тема 8. Гибель империи

1. Особенности экономического развития России в начале XX века.
2. Реформы С. Ю. Витте.
3. Русско-японская война 1904-1905 гг.: причины и итоги поражения.
4. Цусимское сражение.
5. Первая русская революция.
6. Реформы П. А. Столыпина.
7. Третьеиюньский переворот.
8. Эволюция политической системы России в 1905—1907 гг.
9. Россия в Первой мировой войне.
10. Брусиловский прорыв.
11. Николай II в февральские дни 1917г.
12. Монархические партии после Февраля.
13. Либеральные партии в дни февральской революции.
14. Партия большевиков в феврале-марте 1917 г.
15. Кризисы власти в 1917 году.
16. Выступление генерала Корнилова.
17. Победа большевиков в октябре 1917 года.
18. Аграрные программы белых правительств.
19. Эволюция большевистской партии в годы гражданской войны.
20. Герои красного и белого движения (две персоналии на выбор).

Тема 10 Вставай, страна огромная

1. НЭП как модель общественного развития, 1921-1929 гг.
2. Литература и искусство в условиях нэпа.
3. Перестройка образования в 20-е гг.
4. Национальная политика РКП(б) — ВКП(б) в 20-е гг.
5. Первая пятилетка индустриализации.
6. Вторая пятилетка индустриализации.
7. Развитие СССР в 1929-1939: взаимосвязь политики и экономики.
8. Власть и культура в 1930-е годы.
9. Политические репрессии в СССР: мифы и реальность.
10. Переговоры Ярцева в 1938-1939гг.
11. 22 июня- 23 июля 19141 года героическая оборона Брестской крепости.
12. 8 сентября 1941 года- начало блокады Ленинграда.
13. 30.09.1941-20.04.1942 Битва под Москвой.
14. 07.11.1941 Парад советских войск на красной площади в Москве.
15. 30.10.1941-04.07.1942 героическая оборона Севастополя.
16. 17.07.1942- 02.02.1943 Сталинградская битва.
17. 1943 г., июль - август - Курская битва.
18. 1943 г., ноябрь-декабрь - Конференция глав правительств СССР, США и Англии в Тегеране.
19. 1945 г, февраль - Крымская (Ялтинская) конференция глав правительств СССР, США и Англии.
20. 1945 г., апрель-май - Битва за Берлин.

Тема 12. От перестройки к кризису, от кризиса к возрождению

1. Изменения в мире после второй мировой войны.
2. «Холодная война»: истоки и уроки.
3. Корейская война 25.06.1950-27.07.1953
4. НАТО, Организация Североатлантического договора, Североатлантический Альянс.
5. Организация Варшавского договора.
6. Карибский кризис: итоги и уроки.
7. Афганская война (1979—1989).

8. "Оттепель" 1950-1960-х годов: власть и общество.
9. «Оттепель» в литературе и искусстве.
10. Экономика СССР в начале 1960-х гг.: проблемы и пути их преодоления.
11. Смена власти и смена курса в октябре 1964 г.
12. Л. И. Брежнев: человек и политик.
13. Диссидентское движение в СССР: причины, направления, этапы развития.
14. Ю. В. Андропов: политический портрет.
15. Быт советского человека в 1970-х - начале 1980-х гг.
16. Национальная политика СССР в годы «перестройки» и ее результаты.
17. "Перестройка" 1985-1991 – замысел и результат.
18. Российское общество на пути демократических реформ 1990-х годов – обретения и потери.
19. Расстрел «Белого дома» в октябре 1993 г. глазами участников событий.
20. Россия и Запад: характер взаимоотношений в постсоветский период.
21. 20 лет без СССР: роль и место постсоветской России в современном мире.

Требования к докладу

1. Тема доклада *должна быть конкретизирована, интересна, понятна для аудитории.* Выступающий должен владеть темой. Это значит, что все факты должны быть собраны, систематизированы, изучены, причем, они должны освещать явление со всех сторон. ***Это и есть применение системного анализа на практике.***

Необходимо учесть, что тему надо изложить за короткое время, удовлетворив запросы слушателей.

Структура доклада

1. Введение, в котором докладчик привлекает внимание слушателей и настраивает их на тему своего выступления.
2. Стержневая идея.
3. Основная часть, в которой раскрываются главные пункты доклада.
4. Заключение, в которой подводятся итоги.

Примерное распределение времени:
Введение и стержневая идея – 10-15%
Основная часть – 60-65%
Заключение – 20-30%

Вступление необходимо в каждом докладе. Его структура включает в себя следующие элементы:

1. Вступительное замечание.
2. Формулировка конкретной цели доклада для слушателей.
3. Обзор главных вопросов темы доклада, если выступление достаточно продолжительное.

Цель введения – привлечь внимание слушателей и ориентировать их на материал, который будет представлен в докладе. Способы привлечения внимания:
- дать иллюстрацию в виде словесного рассказа или наглядного изложения;
- обратиться к чему-либо, известному из жизни всей аудитории;
- начать с исторического вопроса;
- начать выступление с какой-нибудь потрясающей цитаты известного человека.

Стержневая идея – основная цель выступления
Чтобы ориентировать слушателей, можно:
- дать историческую справку;
- дать определение основных терминов;
- взять примеры из личного жизненного опыта и связать их с темой (при необходимости);

- указать важность темы для слушателей или для сегодняшних событий в мире/стране/истории.

Начинать доклад можно одним из следующих способов:

- сообщение темы и основных ее вопросов; характеристика их теоретического и практического значения;
- прямое приглашение к совместному обсуждению, поиску ответов на поставленные вопросы или примеров, которые знает аудитория;
- **формулировка основной мысли доклада;**
- выражение своего отношения к изложенному.

Во время своего доклада:

1. Стремитесь к свободному изложению, без постоянного заглядывания в текст.
2. Сохраняйте визуальный контакт со слушателями, контролируйте их реакцию. Улавливайте отношение к себе и к тому, что говорите.
3. Не начинайте доклад с изложения его плана, если известно, что он не записывается слушателями.
4. Избегайте диктовки литературы, если к тому нет никакой необходимости.

Критерии оценивания

Эффективность доклада на учебном семинаре оценивается по трем критериям:
1. Соответствие содержания доклада его цели и задачам.
2. Степень и характер активности слушателей во время доклада.
3. Степень влияния услышанного как на интеллект, так и на чувства слушателей.

При наличии всех критериев работа оценивается в 5 баллов **(отлично).**
При отсутствии одного критерия выставляется оценка в 4 балла **(хорошо)** или 3 балла **(удовлетворительно)**.
Оценка 2 **(неудовлетворительно)** выставляется при полном отсутствии результата

Требования к выполнению практических работ

Практические задания выполняются обучающимися в обязательном порядке по указанию преподавателя.

Работы выполняются в рабочей тетради и сдаются для проверки преподавателю. Полученная оценка выставляется в журнал и учитывается при освоении учебной дисциплины в целом.
Примечание. В.И.Ленин отрицательно относился к институтам буржуазного общества: частной собственности, парламенту, гражданским свободам, праву т.к. считал, что без материального равенства они служат интересам имущих классов.
Таблица 2 - Ленинский план социалистических преобразований и его реализация

Владимир Ульянов-Ленин

Практическое занятие № 2
Ялтинская конференция и её роль в формировании многополярного мира

Цель:
- сформировать представление о современной исторической науке, ее специфике, методах исторического познания и роли в решении задач прогрессивного развития России в глобальном мире;

- овладение комплексом знаний об истории России и человечества в целом, представлениями об общем и особенном в мировом историческом процессе;
- сформировать умения применять исторические знания в профессиональной и общественной деятельности, поликультурном общении;
- сформировать умение вести диалог, обосновывать свою точку зрения в дискуссии по исторической тематике.

Литература: учебник [1], источники Интернет
Время выполнения работы – 2 часа
ООН стала символом и формальным гарантом послевоенного мироустройства, авторитетной и иногда даже достаточно эффективной организацией в разрешении межгосударственных проблем. При этом страны-победители и впредь предпочитали решать действительно серьёзные вопросы своих взаимоотношений путём двусторонних переговоров, а не в рамках ООН. ООН также не смогла помешать войнам, которые и США, и СССР вели в последующие десятилетия.
Время выполнения работы – 2 часа
Константин Симонов <1941>
1. По докладам заполните таблицу о самых многочисленных народах, проживающих в **нашем регионе**.

Таблица 1 – Народы нашего региона

Название народа	Численность народа	География народа	Языковая семья	Самое популярное национальное блюдо	Особенность национального костюма

2. Многонациональная страна.
Браки между представителями различных этносов давно стали неотъемлемой частью нашей жизни. А знаете ли вы, к какой этнической общности вы принадлежите? Для этого необходимо заполнить таблицу: записать национальность своих предков (по отцу и матери) и своих родственников. Оказала ли собранная информация влияние на ваш ответ? Если да, то какое? Объясните полученные результаты.

Таблица 2 – «Моя семья»

<table>
<tr><td colspan="3">Отцовская линия</td><td rowspan="4"></td><td colspan="3">Материнская линия</td></tr>
<tr><td>Прадедушка</td><td rowspan="2">Дедушка</td><td rowspan="3">Папа</td><td rowspan="3">Мама</td><td rowspan="2">Дедушка</td><td>Прадедушка</td></tr>
<tr><td>Прабабушка</td><td rowspan="2">Я</td><td>Прабабушка</td></tr>
<tr><td>Прадедушка</td><td>Бабушка</td><td>Бабушка</td><td>Прадедушка</td></tr>
</table>

Прабабушка						Прабабушка

Автономная некоммерческая организация
среднего профессионального образования
«Московский академический колледж»

УТВЕРЖДАЮ
АНО СПО «МАК»
_____ С.Е. Хмельницкий
«__» ____ 2025 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Москва, 2025 г.

Фонд оценочных средств (ФОС) является элементом системы оценивания сформированности компетенций у обучающихся в целом или на определенном этапе ее формирования. ФОС разрабатывается в соответствии с рабочей программой (РП) дисциплины/модуля/практики и включает в себя набор оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

Типовые оценочные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения.

Раздел 2. Налогообложение.

Типовое задание: Выполните упражнение, используя изученный лексический материал. Время выполнения – 60 минут.

Exercise 1. Choose the necessary word and put it in the sentence

1. Federal government..... and..... all I 1 merchandise national banks. I 2 currency
2. International cooperation between I banks makes it possible..... imports and I exports. I 3 commercial
3. It is possible to convert American I dollars to Swiss francs in..... department. I 4 foreign exchange
4. The..... of Germany is the mark. I 5 to finance
5. All..... banks make loans to borrowers. I 6 to supervise 6. If the importer buys..... from another I country he will pay for it in the currency I of this country. I 7 to charter

Ответы:

1. Federal government supervises and charters all national banks.
2. International cooperation between banks makes it possible to finance imports and exports.
3. It is possible to convert American dollars to Swiss francs in foreign exchange department.
4. The currency of Germany is the mark.
5. All commercial banks make loans to borrowers.
6. If the importer buys merchandise from another country he will pay for it in the currency of this country.

Exercise 2. Transform the sentences according to the model

M o d e l: We are the company officers.

We supervise daily management.We, as the company officers, supervise daily management.

1. My friends are the stockholders of IBM corporation. They
hold annual meetings.
2. These businessmen are the organizers of this corporation.
They issue and sell stock in exchange for investment capital.
3. A corporation is the owner of the property. It has limited liability.
4. Dick is a manager. He wants to form a corporation.
5. A corporate charter is a certificate of incorporation. A charter is granted by a state officer.
6. The stockholders are the owner of the corporation. They have final authority in management of the company.
7. The owners of the corporation are the stockholders. The owners of the corporation must vote.

Ответы:

1. My friends, as the stockholders of IBM corporation, hold annual meetings.
2. These businessmen, as the organizers of this corporation, issue and sell stock in exchange

for investment capital.

3. A corporation, as the owner of the property, has limited liability.

4. Dick, as a manager, wants to form a corporation.

5. A corporate charter, as a certificate of incorporation, is granted by a state officer.

6. The stockholders, as the owner of the corporation, have final authority in management of the company.

7. The owners of the corporation, as the stockholders, must vote.

Exercise 3. Transform the sentences according to the model

M o d e l: We organized our corporation a year ago (to invest much money).

We have been investing much money since we organized our company.

1. They became company officers (to supervise daily management).
2. My friend bought the stock of the company five years ago (to make money).
3. They received the corporate charter a month ago (to plan a meeting).
4. We advertised the application last week (wait for reply).

Ответы:

1. They have been supervising daily management since they became company officers.
2. My friend has been making money since he bought the stock of the company.
3. They have been planning a meeting since they received the corporate charter.
4. We have been waiting for reply since we advertised the application.

Exercise 4. **Transform the sentences according to the model**

M o d e l: -I am thinking of starting my own business open a cafe.

I am thinking of opening a cafe.

1) start a car-repair shop
2*)* hire a book keeper
3) fire an employee
4) consult a board of directors
5) sell my business
6) do my books myself
7) consult a lawyer
8) find a specialists

Ответы:

1) I am thinking of starting a car-repair shop
2*)* I am thinking of hiring a book keeper
3) I am thinking of firing an employee
4) I am thinking of consulting a board of directors
5) I am thinking of selling my business
6) I am thinking of doing my books myself
7) I am thinking of consulting a lawyer
8) I am thinking of finding a specialists

Exercise 5. **Transform the sentences according to the model**

Model: A book keeper will do the books.

I am going to have a book keeper do the books.

1. A partner will finance the business.
2. A salesperson will sell the clothes.
3. A decorator will design the interier.
4. A lawyer will do this work.
5. A secretary will mail the letters.

6. A colleague will give me a piece of advice.
7. A book keeper will prepare the tax report.

Ответы:

1 I am going to have a partner finance the business.
2. I am going to have a salesperson sell the clothes.
3. I am going to have a decorator design the interier.
4. I am going to have a lawyer do this work.
5. I am going to have a secretary mail the letters.
6. I am going to have a colleague give me a piece of advice.
7. I am going to have a book keeper prepare the tax report.

Критерии оценки:

Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Все задания упражнения выполнены	Выполнено 60 – 70% заданий упражнения	Выполнено 50% заданий упражнения	Выполнено менее половины заданий

Типовое задание: Выполните лексико-грамматический тест, отмечая правильный ответ. Время выполнения – 60 минут.

Test 1

Выбрать правильный вариант
Choose the correct variant

1. Lisa get bored in her job. Her job is so boring.
   must
   should
   would
   can't
2. … you like a cup of coffee?
   Will
   Could
   Would
   Should
3. What shall we do this evening? We go out.
   should
   could
   would
   ought to
4. Where is Nick? He be in his office.
   should
   would
   might
   ought to
5. Sue be able to help them.
   might

could
should
shall

6.You have left your purse in the shop.
should
ought to
shall
could

7.I understand it very well. You explain further.
shouldn't
wouldn't
mustn't
needn't

8.We haven't got much time. We hurry.
must
needn't
can
should

9.Are you going to read the report? No, I .I already know what it says.
mustn't
shouldn't
needn't
can't

10.If you want to become a teacher, you go to teachers training college for four years.
may
should
have to
must

11.Hello, I speak to Tom, please?
shall
will
can
would

12.She help you tomorrow.
could
will be able to
will can
is able to

13.you help me carry this downstairs?
May
Should
Must
Could

14.He is terribly fat. He eat too much.
mustn't
can't
should
would

15.Jim gave me a letter to post. I remember to post it.
can

may
must
needn't

Ответы:

1. must	**2.Would**	**3.could**	**4.might**	**5.could**
6.could	**7.needn't**	**8.must**	**9.needn't**	**10.should**
11.can	**12.will be able to**	**13.Could**	**14.mustn't**	**15.must**

Test 2

Выбрать правильный вариант
Choose the correct variant

1. You've been reading all day. You be tired.
can
could
must
should
2.I recommend you to apologize. You apologize.
would
should
must
shall
3.you like a cup of coffee?
Will
Could
Would
Should
4.What shall we do this evening? We go out.
should
could
would
ought to
5.I to work tomorrow.
must
should
could
have
6.I am so angry with them. I kill them!
can
must
could
should
7.Where is Nick? He be in his office.
should
would
might
ought to
8.Take an umbrella. It rain later.
might

should
would
can

9.I didn't to get up early, so I didn't.
must
should
need
ought

10.I leave the party early last night. I wasn't very well.
have to
was to
had to
must

11.We haven't got much time. We hurry.
must
needn't
can
should

12.Hello, I speak to Tom, please?
shall
will
can
would

13.She help you tomorrow.
could
will be able to
will can
is able to

14.Jim gave me a letter to post. I remember to post it.
can
may
must
needn't

15.It was the principle of the tiling. People to keep their words.
should
have
ought
are able

Ответы:

1. must	**2. should**	**3. Would**	**4. could**	**5. have**
6. can	**7. might**	**8. Might**	**9. ought**	**10. had to**
11. must	**12. can**	**13. will be able to**	**14. must**	**15. ought**

Контролируемые компетенции:
ОК.02, ОК.04, ОК.05, ОК.09

Критерии оценки:

Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно

Все задания теста выполнены	Выполнено 60 – 70% заданий теста	Выполнено 50% заданий теста	Выполнено менее половины заданий

Типовое задание: Расскажите в виде монологической речи основное содержание темы. Можно использовать план или вербальные опоры в виде отдельных слов (но не предложений).

Раздел 1. Компания. Виды собственности

1. Лексическая тема «Иностранный язык - язык делового общения».
2. Лексическая тема «Компания».
3. Лексическая тема «Виды собственности».
4. Лексическая тема «Частная собственность».
5. Лексическая тема «Частное предпринимательство».
6. Лексическая тема «Открытие собственного дела».

Раздел 2. Партнерство и корпорация. Преимущества и недостатки

1. Лексическая тема «Партнерство. Виды партнерства».
2. Лексическая тема «Преимущества и недостатки партнерства».
3. Лексическая тема «Корпорация. Преимущества корпоративного вида собственности».
4. Лексическая тема «Корпорация. Недостатки корпораций».

Раздел 3. Функции сотрудников компании. Отделы

1. Лексическая тема «Функции руководителя».
2. Лексическая тема «Линейный отдел».
3. Лексическая тема «Штабной отдел».

Контролируемые компетенции:

ОК.02, ОК.04, ОК.05, ОК.09

Критерии оценки:

Отлично - высказывание соответствует заданной теме, объем высказывания – 8 – 15 фраз, наличие разнообразных моделей, речь правильно оформлена грамматически и фонетически, языковой материал используется правильно, присутствует элемент творчества.

Хорошо - высказывание соответствует заданной теме, объем высказывания – 8 – 15 фраз, наличие разнообразных моделей, речь правильно оформлена грамматически и фонетически с наличием небольшого количества ошибок.

Удовлетворительно - высказывание соответствует заданной теме, объем высказывания – 8 – 15 фраз, наличие разнообразных моделей.

Неудовлетворительно - высказывание не соответствует заданной теме, объем высказывания менее 8 фраз, наличие грубых лексических и грамматических ошибок, затрудняющих общение понимание высказывания.

ПЕРЕВОД ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ТЕКСТА

Типовое задание: Выполните перевод профессионально ориентированного текста, пользуясь любой справочной литературой, кроме прямого перевода всего текста из интернета. (объем текста: 200 – 250 знаков, время – 60 минут)

Раздел 4. Бухгалтерский учет

ACCOUNTING

Text

Accounting shows a financial picture of the firm. An accounting department records and measures the activity of a business. It reports on the effects of the transactions on the firms financial

condition. Accounting records give a very Important data. It is used by management, stockholders, creditors, independent analysts, banks and government.

Most businesses prepare regularly the two types of records. That is the income statement and balance sheet. These statements show how money was received and spent by the company.

One major tool for the analysis of accounting records is ratio analysis. A ratio analysis is the relationship of two figures. In finance we operate with three main categories of ratios. One ratio deals with profitability, for example, the Return on Investment Ratio. It is used as a measure of a firms operating efficiency.

The second set of ratios deals with assets and liabilities. It helps a company to evaluate its current financial position. The third set of ratios deals with the overall financial structure of the company. It analyses the value of the ownership of the firm.

Раздел 6. Банковское дело
BANKS AND BUSINESS
Text

Banks are different in different countries. Let' s speak about the banks in the United States of America. There, commercial banks are classified into two main groups. First, there are national banks. They are charted and supervised by the Federal Government. Secondly, there are state banks. They are charted and supervised by the state in which they are operating All commercial banks can make loans to borrowers.

Major commercial banks in such cities as Tokyo, Paris, Rio cooperate with each other. In this way they finance imports and exports between countries.

An importer buys merchandise from another country using the currency of that country. For that purpose he buys this currency from the foreign exchange department of his bank. And in the same way if an exporter receives foreign money from sales to other countries, he sells this currency to his bank. By this method the currency of any country can usually be exchanged.

Раздел 7. Развитие производства и его планирование
PRODUCT DEVELOPMENT and PLANNING
Text

The number of new products coming into the market of western countries every year is overwhelming. The major part of these products is not new, but adaptations. It means that these products are not new, they are existing items to which a modification has been made. Only few products are really original or innovations. For instance a clock-television is an adaptation, but TV-set itself, the refrigerator - each was an innovation. A great number of innovations and adaptations are designed, produced and marketed by small businesses. Very often a new product is formed on the basis of the new business. Sometimes there is a patent to make the business more successful. But it happens very often that market research hasn't been done carefully.

Even in case larger scale producers do more research and testing there is no sure success. A promising new product may be also robbed of success by unreasonable prices, inadequate promotion and poor selling methods. Generally less than one fifth of all new products turn out to be profitable.

Раздел 3. Международное налогообложение
INTERNATIONAL TAXATION
Dialogue

(Dick and Jack are having lunch. Dick is Vice President in charge of Product Development. And Jack is Vice President in charge of the Legal Department).

Dick How are the things?

Jack Great. We are busy with a new line of clock-television.

Dick Sounds interesting. Are you going to apply for a patent soon?

Jack Yes, we are. We are preparing the necessary papers now.

Dick And what did the Market Research say by the way?

Jack They think there is fair market for the product at the moment but it will take a few years to catch on.

Dick I see. We'll have to turn a good promotional campaign.

Jack Without doubt

Dick Well, it will be our advantage to have the patent on it as well. You have decided on the size, haven't you?

Jack We'll start with a small screen model. It will have a wake-up button and go-to-sleep button with timers Market Research says that the automatic go-to-sleep button may be the bigger selling point.

Dick Yes. The idea of a set that turns itself off is great. To tell you the truth I'm always falling asleep in the middle of the show. Now it can be done.

Jack Well. In future we'll probably expand the line to include different size screens and colour.

Dick That's good.

Jack I think we are close to a big success.

Dick That is why we must be very careful. Before we begin to market television we must fulfil the most complete testing.

Jack You are right

Dick What about the pricing? Has it been worked out?

Jack Not completely. Market Research Department says we can't have too high price on this kind of item.

Dick It's evident we must be very careful. Maybe this time consumers will really surprise us.

Jack Let’s hope for the best.

Контролируемые компетенции:

ОК.02, ОК.04, ОК.05, ОК.09

Критерии оценки:

Отлично - перевод выполнен в полном объеме и соответствует нормам русского языка.

Хорошо - Перевод выполнен в полном объеме, есть некоторые неточности в переводе отдельных фраз, словосочетаний.

Удовлетворительно - Перевод выполнен не в полном объеме, но позволяет судить об общем содержании текста при наличии отдельных неправильно переведенных слов, фраз или словосочетаний. Русский текст перевода отредактирован.

Неудовлетворительно - Перевод текста не соответствует его содержанию, либо выполнен в объеме, не представляющим возможность понять общее содержание текста.

2.4. ПЕРЕВОД ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ПРЕДЛОЖЕНИЙ С РУССКОГО ЯЗЫКА НА АНГЛИЙСКИЙ

Раздел 5. Корпоративные финансы

Типовое задание: Выполните перевод профессионально ориентированных предложений, пользуясь любой справочной литературой, кроме прямого перевода всего текста из интернета. Время выполнения – 60 минут.

Exercise1. Translate from Russian into English

1. Этот продукт - модификация старого.
2. Мелкие производители выпускают большое количество товаров.

3. Вам необходимо получить патент на производство данного товара.
4. Тщательное исследование рынка необходимо, чтобы гарантировать успех.
5. Потребуется пять лет на то, чтобы ваш продукт завоевал признание.
6. Отключающее устройство с таймером - именно то, что привлечет потребителя.
7. Надо завершить все исследования, прежде чем мы начнем продавать наш продукт.
8. Нам необходимо расширить линию.

Ответы:

1. This product is a modification of the old one.
2. Small producers produce a large number of products.
3. You need to get a patent for the production of this product.
4. Careful market research is necessary to ensure success.
5. It will take your product five years to gain recognition.
6. A disconnecting device with a timer is exactly what will attract the consumer.
7. We need to complete all the research before we start selling our product.
8. We need to expand the line.

Exercise 2. Translate from Russian into English

1. Наше предприятие нуждается в денежных фондах для покупки оборудования.
2. Я предпочитаю акционерный способ образования денежного фонда предприятия. Он привлекает большее количество капитала.
3. Акции и облигации могут быть переуступлены, куплены, проданы.
4. Я хочу купить десятипроцентные облигации.
5. Мы намерены выплатить все долги к началу финансового года.
6. Ты получишь хорошую прибыль при продаже этих товаров.
7. Он является совладельцем компании SONY.
8. Покупка акций этой компании - хороший долгосрочный вклад.
9. Если речь идет о моих деньгах, я изучу годовой отчет компании.

Ответы:

1. Our company needs funds for purchasing equipment.
2. I prefer the joint-stock method of forming the company's Fund. It attracts more capital.
3. Shares and bonds can be assigned, purchased, or sold.
4. I want to buy ten percent bonds.
5. We intend to pay all debts by the beginning of the financial year.
6. You will get a good profit when you sell these products.
7. He is a co-owner of SONY.
8. Buying shares in this company is a good long-term investment.
9. If it's about my money, I'll look at the company's annual report.

Exercise 3. Translate from Russian into English

1. Государство учреждает коммерческие банки.
2. Если ты хочешь купить товары за границей, ты должен поменять деньги в отделе обмена валюты.
3. Я бы хотел сделать карьеру в банковском деле.
4. Все банки устанавливают проценты на ссуду.
5. Наш банк намерен предоставить краткосрочную ссуду этому предприятию.
6. Наименьший процент со ссуды предоставляется привилегированным клиентам.
7. Банки могут выпускать аккредитивы и рекомендательные кредитные письма.
8. Я намерен занять крупную сумму денег.

Ответы:

1. The state establishes commercial banks.

2. If you want to buy goods abroad, you should change money in the currency exchange Department.

3. I would like to make a career in banking.

4. All banks set interest on the loan.

5. Our Bank intends to provide a short-term loan to this company.

6. The lowest percentage of the loan is granted to preferred customers.

7. Banks can issue letters of credit and letters of recommendation.

8. I intend to borrow a large sum of money.

Контролируемые компетенции:

ОК.02, ОК.04, ОК.05, ОК.09

Критерии оценки:

Отлично - Перевод выполнен в полном объеме и соответствует нормам английского языка.

Хорошо - Перевод выполнен в полном объеме, есть некоторые неточности в переводе отдельных фраз, словосочетаний.

Удовлетворительно - Перевод выполнен не в полном объеме, но позволяет судить об общем содержании предложений при наличии отдельных неправильно переведенных слов, фраз или словосочетаний.

Неудовлетворительно - Перевод не соответствует его содержанию, либо выполнен в объеме, не представляющим возможность понять общее содержание.

2.5 ГРАММАТИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ

Типовое задание: Выполните грамматическое упражнение, раскрывая скобки, вставляя необходимые по смыслу слова в нужной форме, преобразуя предложения по образцу. Время выполнения – 60 минут.

Раздел 1. Налоги и налогообложение

Exercise 1. Make the sentences negative

Model: This bank was making loans to corporations during two months last year.

This bank wasn't making loans to corporations during two months last year.

1. They were discussing the possibility of the purchase of inventory from 5 till 6 p.m. yesterday.

2. He was running the corporation during two months.

3. During our last classes the lecturer was speaking about equity funding.

4. Our accountant was calculating assets liabilities and net worth two days before yesterday.

5. They were electing the new Boad of Directors for two bours at their annual meeting.

Ответы:

1. They were not discussing the possibility of the purchase of inventory from 5 till 6 p.m. yesterday.

2. He was not running the corporation during two months.

3. During our last classes the lecturer was not speaking about equity funding.

4. Our accountant was not calculating assets liabilities and net worth two days before yesterday.

5. They were not electing the new Board of Directors for two hours at their annual meeting.

Exercise 2. Put up four questions of different types (general, special, disjunctive, alternative) to each sentence

Model: The company was doing extremely well when he was the manager.

1. Was the company doing extremely well when he was the manager?
2. When was the company doing extremely well?
3. The company was doing extremely well when he was the manager, wasn't it?
4. Was the company doing well or badly when he was the manager of the company?
5. I was examining the Annual Report when Mr. Stevenson called on me.
6. She was making a profit on the sale of the goods till she could get them.
7. He was holding a position of a stockbroker when I met him last year.

Ответы:

5. I was examining the Annual Report when Mr. Stevenson called on me.

- Was I examining the Annual Report when Mr. Stevenson called on me?
- When was I examining the Annual Report?
- I was examining the Annual Report when Mr. Stevenson called on me, wasn't I?
- Was I examining the Annual or daily Report when Mr. Stevenson called on me?

6. She was making a profit on the sale of the goods till she could get them.

- Was she making a profit on the sale of the goods till she could get them?
- When was she making a profit on the sale of the goods?
- Was she making a profit on the sale of the goods or services till she could get them?
- She was making a profit on the sale of the goods till she could get them, wasn't she?

7. He was holding a position of a stockbroker when I met him last year.

-Was he holding a position of a stockbroker when I met him last year?
- When was he holding a position of a stockbroker?
-Was he holding a position of a stockbroker or a manager when I met him last year?
- He was holding a position of a stockbroker when I met him last year, wasn't he?

Exercise 3. Make the sentences negative

Model: I will have the drawings prepared very soon.

I won't have the drawings prepared very soon.

1. It will take much time to catch on.
2. I am sure this thing will be the biggest selling point.
3. They will run a good advertising company.
4. They will make a new modification of electronic watch.
5. This price will be inadequate

Ответы:

1. It won't take much time to catch on.
2. I am not sure this thing will be the biggest selling point.(I am sure this thing won't be the biggest selling point).
3. They won't run a good advertising company.
4. They won't make a new modification of electronic watch.
5. This price won't be inadequate

Exercise 4. Put four questions of different types to each sentence (general, special, alternative, disjunctive)

Model: They will influence the consumer to buy their automobiles.

1.Will they influence the consumer to buy their automobiles?
2. Who will influence the consumer to buy their automobiles?
3. They will influence the consumer to buy their automobiles, won't they?
4. Will they influence the consumer to buy their automobiles or other goods?

1. Their products will be available in every shop.

2. The company will start their promotion campaign very soon.
3. Our bank will make a loan to this corporation..
4. They will need a lawyer to form their business.
5. I will consult my partner.

Ответы:

1. Their products will be available in every shop.

1) Will their products be available in every shop?
2) What will be available in every shop?
3) Will their products or our products be available in every shop?
4) Their products will be available in every shop, won't they?

2. The company will start their promotion campaign very soon.

1) Will the company start their promotion campaign very soon?
2) What will start their promotion campaign very soon?
3) The company will start their promotion campaign very soon, won't it?
4) Will the company start or finish their promotion campaign very soon?

3. Our bank will make a loan to this corporation.

1) Will our bank make a loan to this corporation?
2) What will make a loan to this corporation?
3) Our bank will make a loan to this corporation, won't it?
4) Will our bank make a loan to this or that corporation?

4. They will need a lawyer to form their business.

1) Will they need a lawyer to form their business?
2) Who will need a lawyer to form their business?
3) They will need a lawyer to form their business, won't they?
4) Will they need a lawyer or a stockbroker to form their business?

5. I will consult my partner.

1) Will I consult my partner?
2) Who will consult a partner?
3) I will consult my partner, won't I?
4) Will I consult my partner?

Раздел 4. Этика деловых отношений

Variant 1

Раскройте скобки, употребляя глаголы в одном из следующих времен: *Present Continuous, Present Simple, Past Simple* или *Future Simple.*

1. Various kinds of sports (to be) popular in Russia. 2. Both children and grown-ups (to be) fond of sports. 3. What (to be) the matter with her? She (to be) so excited. – I (not to know). 4. Where you (to go)? – I (to go) to the Dynamo stadium to see the match which (to take) place there today. 5. You (to know) that very interesting match (to take) place last Sunday? 6. He (to go) to the south a week ago. 7. When I (to be) about fifteen years old, I (to enjoy) playing football. 8. Our football team (to win) many games last year. 9. Where (to be) Boris? – He (to play) chess with his friend. 10. I (to be) sorry I (to miss) the match yesterday. But I (to know) the score. It (to be) 4 to 2 in favour of the Spartak team. 11. Nellie (to leave) for Moscow tomorrow, 12. I (to be) in a hurry. My friends (to wait) for me. 13. You (to be) at the theatre yesterday. You (to like) the opera? — Oh yes, I (to enjoy) it greatly. 14. You (to go) to London next summer?

Ответы:

1).Various kinds of sports are popular in Russia.

2).Both children and grown-ups are fond of sports.

3).What is the matter with her? She is so excited. - I don't know.

4). Where are you going? - I am going to the Dynamo stadium to see the match which takes place there today.

5).Do you know that a very interesting match took place last Sunday?

6).He went to the south a week ago.

7).When I was about fifteen years old, I enjoyed playing football.

8).Our football team won many games last year.

9).Where is Boris? - He is playing chess with his friend.

10). I am sorry I missed the match yesterday. But I know the score. It is 4 to 2 in favour of the Spartak team.

11).Nellie is leaving for Moscow tomorrow.

12). I am in a hurry. My friends are waiting for me.

13). You were at the theatre yesterday. Did you like the opera ?- Oh yes, I enjoyed it greatly.

14).Will you go to London next summer?

Variant 2

Раскройте скобки, употребляя глаголы в *Past Simple* или *Past Continuous.*

1. They (to translate) a difficult text yesterday. 2. I (to open) the window at six o'clock yesterday, 3. You (to go) to the cinema yesterday? 4. I (not to sec) Mike last week. 5. When I (to open) the door, my friends (to sit) around the table. 6. When you (to begin) doing your homework yesterday? 7. We (to discuss) the latest news from three till four yesterday. 8. When I (to read) the newspaper yesterday, I (to find) an interesting article on UFOs, 9. Lena (to sweep) the floor on Sunday. 10. Lena (to sweep) the floor from eleven till twelve on Sunday. 11. They (to go) to the wood last Sunday? 12. We (to work) the whole morning yesterday. 13. Mother (to cook) dinner at three o'clock yesterday. 14. She (to finish) cooking at four o'clock yesterday. 15. At half past four yesterday we (to have) dinner. 16. You (to watch) I TV yesterday? – Yes, we (to watch) TV the whole evening yesterday. 17. When you (to go) to bed yesterday? 18. I (to go) to bed at ten o'clock yesterday. 19. At half past ten yesterday I (to sleep). 20. When I (to come) home from school yesterday, my little brother (to sit) on the floor with all his toys around him. He (to play) with them. I (to tell) him to put his toys into the box as he (to make) too much noise.

Ответы:

1.They translated a difficult text yesterday. 2. I opened the window at six o'clock yesterday. 3. Did you go to the cinema yesterday? 4. I didn't see Mike last week. 5. When I opened the door, my friends were sitting around the table. 6. When did you begin doing your homework yesterday? 7. We were discussing the latest news from three till four yesterday. 8. When I was reading the newspaper yesterday, I found an interesting article on UFOs, 9. Lena swept the floor on Sunday. 10. Lena was sweeping the floor from eleven till twelve on Sunday. 11. Did they go to the wood last Sunday? 12. We were working the whole morning yesterday. 13. Mother was cooking dinner at three o'clock yesterday. 14. She finished cooking at four o'clock yesterday. 15. At half past four yesterday we having dinner. 16. Did you to watch TV yesterday? – Yes, we were watching TV the whole evening yesterday. 17. When did you go to bed yesterday? 18. I went to bed at ten o'clock yesterday. 19. At half past ten yesterday I was sleeping. 20. When I came home from school yesterday, my little brother was sitting on the floor with all his toys around him. He was playing with them. I told him to put his toys into the box as he was making too much noise.

Variant 3

Раскройте скобки, употребляя глаголы в *Present Perfect, Present Simple, Present*

Continuous, Past Simple или *Past Continuous.*

1. They (to go) to the Hermitage last week. 2. They (to be) to the Hermitage twice this week. 3. After school yesterday he (to come) home, (to have) dinner, (to read) an article from the latest magazine and (to begin) doing his homework. 4. When your friend (to return) from the south? — She (to return) yesterday. — You (to go) to the station to meet her? — No, I..., I (to be) too busy. 5. With whom you (to discuss) this question yesterday? 6. I (to see) this film this week. I like it very much. 7. When I (to enter) the kitchen, I (to see) that my mother (to stand) at the table and (to cut) some cabbage. She (to cook) dinner. 8. As soon as I (to hear) a cry, I (to run) out of the room and (to see) that a child (to lie) on the ground and (to cry). "What (to happen)? Why you (to cry)? You (to hurt) yourself?" I asked. 9. As soon as I (to see) him, I (to understand) that he (to work) hard. He (to write) something and (not to notice) anything. 10. When I (to come) home yesterday, the children (to run) and (to sing) merrily. "We (to learn) a new song!" they cried. 11. When the young man (to enter) the room, she (to look) at him in surprise. "What you (to want) to tell me?" she (to say). "Why you (to come)?" 12. It (to rain) hard when I (to leave) home yesterday, so I (to return), (to put) on my raincoat and (to start) again. 13. Your brother (to return) from the north? — Yes, he (to come) a few days ago. 14. You (to be) to the Crimea? When you (to be) there? — I (to be) there in 1993. 15. Where (to be) your brother? — He just (to come) home. He (to take) a shower in the bathroom now.

Ответы:

1. They went to the Hermitage last week. 2. They have ben to the Hermitage twice this week. 3. After school yesterday he came home, had dinner, read an article from the latest magazine and began doing his homework. 4. When did your friend return from the south? — She returned yesterday. — Did you go to the station to meet her? — No, I didn't, I was too busy. 5. With whom did you discuss this question yesterday? 6. I saw this film this week. I like it very much. 7. When I entered the kitchen, I saw that my mother was standing at the table and cutting some cabbage. She was cooking dinner. 8. As soon as I heard a cry, I ran out of the room and saw that a child was lying on the ground and crying. "What has happened? Why are you crying? Have you hurt yourself?" I asked. 9. As soon as I saw him, I understood that he was working hard. He was writing something and did not notice anything. 10. When I came home yesterday, the children were running and singing merrily. "We have learnt a new song!" they cried. 11. When the young man entered the room, she looked at him in surprise. "What do you want to tell me?" she said. "Why have you come?" 12. It was raining hard when I left home yesterday, so I returned, put on my raincoat and started again. 13. Has your brother returned from the north? — Yes, he came a few days ago. 14. Have you been to the Crimea? When were you there? — I was there in 1993. 15. Where is your brother? — He has just come home. He is taking a shower in the bathroom now.

Variant 4

Раскройте скобки, употребляя глаголы в одном из следующих времен: *Present, Past, Future Simple; Present, Past Continuous; Present, Past Perfect.*

It was eight o'clock in the morning and time for me to go to work. I (to look) out of the window. It (to rain) hard. "You (to get) wet through if you (to go) out now," said my mother. "No, I ... ," I answered, "I (to take) an umbrella." We (to have) five umbrellas in the house, but when I (to want) to take one, I (to find) that there (to be) not one that I could use: they all (to be) torn or broken. So I (to take) them all and (to carry) them to the umbrella-maker, saying that I would call for the umbrellas on my way home in the evening. When I (to go) to have lunch in the afternoon, it still (to rain) very hard. I (to go) to the nearest cafe, and (to sit) down at a table. A few minutes later a young woman (to come) in and (to sit) down at the same table with me. When I (to finish) my lunch and (to be) ready to leave, I absent-mindedly (to take) her umbrella and (to start) for the exit. She (to stop) me saying that I (to take) her umbrella. I (to return) the umbrella with many apologies. In the evening I (to go) to the umbrella-maker, (to take) my five umbrellas and (to get) on the tram to go home. It so happened that the woman I (to meet) at the cafe (to ride) in the same tram. When she (to see) me with

my five umbrellas, she (to say): "You (to have) a successful day today, (to have not) you?"

Ответы:

It was eight o'clock in the morning and time for me to go to work. I looked out of the window. It was raining hard. «You will get wet through if you go out now,» said my mother. «No, I...,» I answered, «I will take an umbrella.» We had five umbrellas in the house, but when I wanted to take one, I found that there was not one that I could use: they all were torn or broken. So I took them all and carried them to the umbrella-maker, saying that I would call for the umbrellas on my way home in the evening. When I went to have lunch in the afternoon, it still was raining very hard. I went to the nearest cafe, and sat down at a table. A few minutes later a young woman came in and sat down at the same table with me. When I finished my lunch and was ready to leave, I absent-mindedly took her umbrella and started for the exit. She stopped me saying that I had taken her umbrella. I returned the umbrella with many apologies. In the evening I went to the umbrella-maker, took my five umbrellas and got on the tram to go home. It so happened that the woman I had met at the cafe was riding in the same tram. When she saw me with my five umbrellas, she said: «You have had a successful day today, haven't you?»

Контролируемые компетенции:
ОК.02, ОК.04, ОК.05, ОК.09

Критерии оценки:

Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Все задания упражнения выполнены	Выполнено 60 – 70% заданий упражнения	Выполнено 50% заданий упражнения	Выполнено менее половины заданий

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ В АТТЕСТАЦИИ В ФОРМЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ЗАЧЁТА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ СГ.02 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Типовые задания и критерии оценки для дифференцированного зачета:

Задание 1. Расскажите в виде монологической речи основное содержание темы. Можно использовать план или вербальные опоры в виде отдельных слов (но не предложений).

Вариант 1. Лексическая тема «Налогообложение и налоги».
Вариант 2. Лексическая тема «Принципы налогообложения».
Вариант 3. Лексическая тема «Развитие системы налогообложения в России».
Вариант 4. Лексическая тема «Льготы по налогам при Петре I».
Вариант 5. Лексическая тема «Государственная налоговая служба РФ».
Вариант 6. Лексическая тема «Виды налогов».
Вариант 7. Лексическая тема «Государственная налоговая служба РФ».
Вариант 8. Лексическая тема «Налогообложение в Великобритании».
Вариант 9. Лексическая тема «Налогообложение в США».
Вариант 10. Лексическая тема «Деловой этикет, его принципы».
Вариант 11. Лексическая тема «Культура телефонных разговоров».

Контролируемые компетенции:
ОК.02, ОК.04, ОК.05, ОК.09

Критерии оценки:

Отлично - высказывание соответствует заданной теме, объем высказывания – 8 – 15

фраз, наличие разнообразных моделей, речь правильно оформлена грамматически и фонетически, языковой материал используется правильно, присутствует элемент творчества.

Хорошо - высказывание соответствует заданной теме, объем высказывания – 8 – 15 фраз, наличие разнообразных моделей, речь правильно оформлена грамматически и фонетически с наличием небольшого количества ошибок.

Удовлетворительно - высказывание соответствует заданной теме, объем высказывания – 8 – 15 фраз, наличие разнообразных моделей.

Неудовлетворительно - высказывание не соответствует заданной теме, объем высказывания менее 8 фраз, наличие грубых лексических и грамматических ошибок, затрудняющих общение понимание высказывания.

Задание 2. Выполните перевод профессионально ориентированного текста, пользуясь любой справочной литературой, кроме прямого перевода всего текста из интернета.

Вариант 1

INTERNATIONAL BUSINESS

The international corporation or global company has its origin. Usually it is the outgrowth of the great trading companies of the 17th and 18th centuries. In 1811 a New York statute said corporations could be created by the riling of documents. After that it became a matter of bureaucratic operations to become a corporation. By 1850 it was a very common thing in the United States and was under general statute in European countries as well. Since that time the corporate movement began. As the jet plane, satellite communications and computers began, it became possible for a company to control business in all the world.

The growth of international corporates operations is faster than the economic growth of the industrialized nations. There are some projects which predict that within a generation almost a half of the free words production will be internationalized.

This trend for internationalism presupposes some benefits such as new jobs, higher living standards and the closing of the gaps between people – economic, educational and technological. At the same time serious questions can be asked. Is it the most efficient way to use world researches? Can the international corporation be the best force for a better world? Is it politically stronger than government? Can it take care of the self interest and competitiveness on behalf of the greatest good? And in what way can the global company work toward easing the worlds crises - monetary, political, energy and food?

Вариант 2

COMPUTERS

The computer industry is one of the largest in western countries and especially in the USA.. It includes companies that manufacture, sell and lease computers, as well as companies that supply products and services for people working with computers.

A computer cannot think. A human operator puts data into the computer and gives instructions. The operator writes instructions which determine the mathematical operations on information.. A computer solves mathematical problems very rapidly. Traditionally, the computer in business is used to process data. This involves different administrative functions such as preparation of payrolls, inventory control in manufacturing, warehousing and distribution operations, customer accounting, billing by banks, insurance companies, public utilities and mass circulation magazines. Now the computer takes on new kinds of jobs. It has become more involved in business operations as an essential tool in making decisions at the highest administrative level.

Вариант 3

PRICING

All products and all services have prices. The price depends on different thing such as credit terms, delivery, trade-inallowance, guarantees, quality and other forms of service, which price can produce the biggest profit during a long period of time. It's hardly possible to determine such a price. The price may be too high to produce a large volume or too low to cover costs. No other area of marketing operations has been a subject to bad practice. Many businesses persue unsound price policies for long periods of time and are not aware about it.

Prices can be determined in different ways. For example, the prices of meat, cotton and other agricultural prices can be decided in large central market where forces of supply and demand exist. This is pure price competition. The prices on industrial products (iron; steel, etc.) are usually decided by large companies. As a rule the amount and price of goods sold to large number of buyers is controlled by a few competing sellers. Prices also can be set by the government, usually for different public services - railroads, electricity, manufactured gas, bus services, etc.

If demand increases, prices rise, profits expand and new investment is attracted. But other factors may be involved as well. Prices are related to each other in different ways. Ultimately, everything is related in price, since the consumer can buy and must pay for everything out of a particular, limited amount of money.

Вариант 4

RETAILING

Retailing is selling goods and services to the ultimate consumer. Thus, the retailer is the most expensive link in the chain of distribution. Being middlemen, they make their profit by charging the customer 25 to 100 per cent more than the price they paid for the item.

The retailers operate through stores, mail-order houses, vending machine operators. There are different types of retail stores: department stores, discount houses, cooperatives, single line retailers. The major part (over 95 per cent) of retail establishments concentrate on a single line of merchandise for example, food, hardware, etc.. But nowadays there is a trend for many single line stores to take on a greater variety of supplies.

The retailer performs many necessary functions. First, he may provide a convenient location. Second, he often guarantees and services the merchandise he sells. Third, the retailer helps to promote the product through displays, advertising or sales people. Fourth, the retailer can finance the customer by extending credit. Also the retailer stores the goods in his outlet by having goods available.

Вариант 5

WHOLESALING

Wholesaling is a part of the marketing system. It provides channels of distribution which help to bring goods to the market. Generally indirect channels are used to market manufactured consumer goods. It could be from the manufacturer to the wholesaler, from the retailer to the consumer or through more complicated channels. A direct channel moves goods from the manufacturer or producer to the consumer.

Wholesaling is often a field of small business, but there is a growing chain movement in the western countries. About a quarter of wholesaling units account for one-third of total sales.

Two-third of the wholesaling middleman are merchant wholesalers who take title to the goods they deal in. There are also agent middlemen who negotiate purchases or sales or both. They don't take title to the goods they deal in. Sometimes they take possession though. These agents don't earn salaries. They receive commissions. This is a percentage of the value of the goods they sell.

Wholesalers simplify the process of distribution. For example, the average supermarket stocks 5.000 items in groceries alone, a retail druggist can have more than 6.000 items. As a wholesaler handles large assortment of items from numerous manufacturers he reduces the problem of both manufacturer and retailer. The store-keeper does not have to deal directly with thousands of different people. He usually has a well-stocked store and deals with only a few wholesalers.

Вариант 6

MARKETING

Marketing includes all the business activities connected with the movement of goods and services from producers to consumers. Sometimes it is called distribution. On the one hand, marketing is made up of such activities as transporting, storing and selling goods and, on the other hand, a series of decisions you make during the process of moving goods from producer to user. Marketing operations include product planning, buying, storage, pricing, promotion, selling, credit, traffic and marketing research.

The ability to recognize early trends is very important. Producers must know why, where, for what purpose the consumers buy. Market research helps the producer to predict what the people will want. And through advertising he attempts to influence the customer to buy. Marketing operations are I very expensive. They take up more than half of the consumer's dollar. The trend in the USA has been to high mass consumption. The construction of good shopping centres has made goods available to consumers. It provided a wide range of merchandise and plenty of parking facilities.

Вариант 7

PRODUCT DEVELOPMENT and PLANNING

The number of new products coming into the market of western countries every year is overwhelming. The major part of these products is not new, but adaptations. It means that these products are not new, they are existing items to which a modification has been made. Only few products are really original or innovations. For instance a clock-television is an adaptation, but TV-set itself, the refrigerator - each was an innovation. A great number of innovations and adaptations are designed, produced and marketed by small businesses. Very often a new product is formed on the basis of the new business. Sometimes there is a patent to make the business more successful. But it happens very often that market research hasn't been done carefully.

Even in case larger scale producers do more research and testing there is no sure success. A promising new product may be also robbed of success by unreasonable prices, inadequate promotion and poor selling methods. Generally less than one fifth of all new products turn out to be profitable.

Вариант 8

BANKS AND BUSINESS

Banks are different in different countries. Let’ s speak about the banks in the United States of America. There, commercial banks are classified into two main groups. First, there are national banks. They are charted and supervised by the Federal Government. Secondly, there are state banks. They are charted and supervised by the state in which they are operating All commercial banks can make loans to borrowers.

Major commercial banks in such cities as Tokyo, Paris, Rio cooperate with each other. In this way they finance imports and exports between countries.

An importer buys merchandise from another country using the currency of that country. For that purpose he buys this currency from the foreign exchange department of his bank. And in the same way if an exporter receives foreign money from sales to other countries, he sells this currency to his bank. By this method the currency of any country can usually be exchanged.

Вариант 9

CORPORATE INANCE

Corporations need financing for the purchase of assets and the payment of expenses. The corporations can issue shares in exchange for money or property. Sometimes it is called as equity funding. The holders of the shares form the ownership of the company. Each share is represented by a stock certificate, which is negotiable. It means that one can buy and sell it. The value of a share is

determined by the net assets divided by the total number of shares outstanding. The value of the share also depends on the success of the company. The greater the success, the more value the shares have.

A corporation can also get capital by borrowing. It is called debt funding. If a corporation borrows money, they give notes or bonds. They are also negotiable. But the interest has to be paid out whether business is profitable or not.

When running the corporation, management must consider both the outflow and inflow of capital. The outflow is formed by the purchase of inventory and supplies, payment of salaries. The inflow is formed by the sale of goods and services. In the long run the inflow must be greater than the outflow. It results in a profit. In addition, a company must deduct its costs, expenses, losses on bad debts, interest on borrowed capital and other items. It helps to determine if the financial management has been profitable. The amount of risk involved is also an important factor. It determines the fund raising and it shows if a particular corporation is a good investment.

Вариант 10

ACCOUNTING

Accounting shows a financial picture of the firm. An accounting department records and measures the activity of a business. It reports on the effects of the transactions on the firms financial condition. Accounting records give a very Important data. It is used by management, stockholders, creditors, independent analysts, banks and government.

Most businesses prepare regularly the two types of records. That is the income statement and balance sheet. These statements show how money was received and spent by the company.

One major tool for the analysis of accounting records is ratio analysis. A ratio analysis is the relationship of two figures. In finance we operate with three main categories of ratios. One ratio deals with profitability, for example, the Return on Investment Ratio. It is used as a measure of a firms operating efficiency.

The second set of ratios deals with assets and liabilities. It helps a company to evaluate its current financial position. The third set of ratios deals with the overall financial structure of the company. It analyses the value of the ownership of the firm.

Вариант 11

LINE AND STAFF POSITIONS

In business, organization structure means the relationship between positions and people who hold the positions. Organization structure is very important because it provides an efficient work system as well as a system of communication.

Historically, line structure is the oldest type of organization structure. The main idea of it is direct vertical relationships between the positions and tasks of each level, and the positions and tasks above and bellow each level. For example, a sales manager may be in a line position between a vice-president of marketing and a salesman. Thus a vice president of marketing has direct authority over a sales manager. A sales manager in his turn has direct authority over a salesman. This chain of command simplifies the problems of giving and taking orders.

When a business grows in size and becomes more complex, there is a need for specialists. In such case administrators may organize staff departments and add staff specialists to do specific work. These people are usually busy with services, they are not tied in with the company product. The activities of the staff departments include an accounting, personnel, credit and advertising. Generally they do not give orders to other departments.

Контролируемые компетенции:

ОК.02, ОК.04, ОК.05, ОК.09

Критерии оценки:

Отлично - перевод выполнен в полном объеме и соответствует нормам русского языка.

Хорошо - Перевод выполнен в полном объеме, есть некоторые неточности в переводе отдельных фраз, словосочетаний.

Удовлетворительно - Перевод выполнен не в полном объеме, но позволяет судить об общем содержании текста при наличии отдельных неправильно переведенных слов, фраз или словосочетаний. Русский текст перевода отредактирован.

Неудовлетворительно - Перевод текста не соответствует его содержанию, либо выполнен в объеме, не представляющим возможность понять общее содержание текста.

Время на подготовку к зачету – 40 минут.

Оценка за дифференцированный зачет выставляется с учетом выполнения всех заданий

Автономная некоммерческая организация
среднего профессионального образования
«Московский академический колледж»

УТВЕРЖДАЮ
АНО СПО «МАК»
_____ С.Е. Хмельницкий
«__» ____ 2025 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Москва, 2025 г.

Фонд оценочных средств (ФОС) является элементом системы оценивания сформированности компетенций у обучающихся в целом или на определенном этапе ее формирования. ФОС разрабатывается в соответствии с рабочей программой (РП) дисциплины/модуля/практики и включает в себя набор оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

Типовые оценочные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения.

Перечень вариантов для контрольной работы
для промежуточной аттестации
по дисциплине Безопасность жизнедеятельности

Вариант - 1

1. Дайте определение «Чрезвычайная ситуация» и напишите основные виды.
2. Классификация химически опасных веществ по степени воздействия на организм человека.
3. Дайте определение территории, подвергшейся непосредственному воздействию поражающих факторов ядерного взрыва.
4. Терроризм – это …
5. Индивидуальные средства защиты – это

Вариант - 2

1. Перечислите чрезвычайные ситуации социального характера.
2. Какие опасности относятся к техногенным?
3. Правовой основой защиты населения и территории от ЧС является …..
4. Кем утверждается содержание курса «Пожарно-технический минимум»?
5. Чем вызывается переохлаждение организма.

Вариант - 3

1. При ядерном взрыве 50% всей энергии уходит на ….
2. В соответствии с постановлением Правительства от 21.5.07 г. № 304 «ЧС, территория которой затрагивает территорию двух и более субъектов РФ носит название …»
3. Важнейшей характеристикой опасности ОХВ является …
4. Последовательность действий при задействованном углекислотного огнетушителя при пожаре.
5. Составьте алгоритм при вызове пожарной охраны.

Вариант - 4

1. На сколько классов подразделяются по степени воздействия на организм химически опасные вещества?
2. Территория, подвергшаяся, непосредственному воздействию поражающих факторов ядерного взрыва называется?
3. Терроризм относится к чрезвычайным ситуациям какого характера?
4. Средства индивидуальные средства защиты – это:

Вариант - 5

1. Как квалифицируются чрезвычайные ситуации социального характера?
2. Какие опасности относятся к техногенным?

3. Правовой основой защиты населения и территорий от ЧС является Федеральный закон…

4. Кто утверждает содержание курса «Пожарно-технический минимум»?

5. Переохлаждение организма может быть вызвано …

Вариант - 6

1. Что такое очаг поражения?

2. Что такое токсодоза?

3. Территория, подвергшаяся, непосредственному воздействию поражающих факторов ядерного взрыва называется.

4. Дайте определение термину «пожар»

5. Чем может быть вызвано переохлаждение организма?

Вариант - 7

1. Дайте определение, слову «катастрофа»?

2. Что такое токсичность?

3. Что необходимо сделать при обнаружении признаков применения противником отравляющих веществ по сигналу «Химическая тревога»?

4. Подразделение огнетушащих веществ по способу тушения.

5. Основные задачи Гражданской обороны РФ.

Вариант - 8

1. Дайте определение «Что такое стихийное бедствие»?

2. Что такое средняя смертельная токсодоза?

3. Противогаз: виды, характеристики, применение.

4. Назовите рекомендованные средства тушения при классе пожара Б.

5. Дайте определение средствам индивидуальной защиты.

Вариант - 9

1. Дайте определение «Что такое экологическое бедствие (катастрофа)»?

2. Как квалифицируются аварии на химически опасных объектах?

3. Какое ОМП измеряется в килотоннах и мегатоннах?

4. Перечислите негативные факторы на человека во время работы.

5. Перечислите классификацию огнетушителей и их характеристики.

Вариант - 10

1. Что такое «источник чрезвычайной ситуации»?

2. Как классифицируются возможные аварии на АЭС и других радиационно-опасных объектах?

3. Какое ОМП основано на токсических веществах.

4. Какие бывают огнетушители по виду применяемого огнетушащего вещества?

5. Что относится к средствам индивидуальной защиты?

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов обучения.

Критерии оценивания практических работ

Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл.

1 балл выставляется при полном ответе, 0,5 балла- неполный ответ.

Практическое занятие оценивается по 5 бальной шкале:

«Отлично»- ответы на письменные вопросы даны полностью и правильно. При ответе присутствуют причинно- следственные связи.

Общее количество правильных ответов- 90-100%.

«Хорошо»-в ответах на письменные вопросы присутствуют неточности или отсутствуют некоторые моменты. При ответе не всегда присутствуют причинно-следственные связи. Общее количество правильных ответов – 80-89%.

«Удовлетворительно»- ответы на письменные вопросы даны частично. Общее количество правильных ответов – 70-80%.

«Неудовлетворительно»- ответы на вопросы либо отсутствуют, либо даны неправильные ответы, либо ответ содержит менее половины правильного ответа. Общее количество правильных ответов – менее 69%.

Методические указания по выполнению заданий на практических занятиях составлены в помощь обучающимся по следующим разделам/темам:

Наименование темы учебной дисциплины	Тема практической работы	ол-во часов
Введение	ПЗ № 1 «Адаптация человека к условиям окружающей среды»	
	ПЗ № 2 «Виды опасностей и их профилактика в быту и в профессиональной деятельности»	
Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного времени и организация защиты населения		0
Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного характера	ПЗ № 3 «Модели поведения людей при возникновении ЧС природного характера»	
	ПЗ № 4 «Модели поведения людей при возникновении ЧС техногенного характера»	
Тема 1.2. Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного времени	ПЗ № 5 «Изучение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий ЧС»	
Тема 1.3. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного времени	ПЗ № 6 «Организация подбора и использования средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях»	
	ПЗ № 7 «Изучение первичных средств тушения пожаров»	
	ПЗ № 8 «Эвакуация людей при пожаре»	
	ИТОГО:	2

Тема 2.5. Первая помощь пострадавшим *(для девушек)*	ПЗ № 9 «Общие правила оказания первой медицинской полощи пострадавшим» ПЗ № 10 «Первая помощь при кровотечениях» ПЗ № 11 «Первая помощь при переломах. Наложение шины на место перелома, транспортировка пострадавшего» ПЗ № 12 «Первая помощь при ранениях. Наложение повязок» ПЗ № 13 «Первая помощь при сердечной недостаточности, приступе стенокардии, инфаркте, инсульте, остановке сердца» ИТОГО*:	7

***** *практической работы для групп девушек*

РАЗДЕЛ 1.
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ МИРНОГО ВРЕМЕНИ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ

Практическое занятие № 1
Адаптация человека к условиям окружающей среды

Цель: формировать умения предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту

Необходимое оборудование: секундомер, тонометры, тетрадь, ручка.

Время выполнения – 1 час

Краткая информация

Здоровье человека зависит от многих факторов: от уровня развития медицины и здравоохранения, природных, социально-экономических условий жизни. По данным проведенных исследований, для адаптации и сохранения здоровья более важное значение, имеют психические факторы. Определенный уровень стрессовых воздействий необходим для нормального функционирования организма. В действительности стресс оказывается выше оптимального, вызывая нежелательные последствия.

Понятие «здоровье» включает несколько компонентов:

- биологическое здоровье, которое связано с организмом и зависит от функционального состояния внутренних органов, их адекватного реагирования на влияние факторов окружающей среды;
- психическое здоровье, определяющее состояние общего душевного комфорта;
- социальное здоровье, которое связано с влиянием на человека других людей и определяющее его роль в межличностных отношениях.

Таким образом, здоровье – это состояние организма, при котором он биологически полноценен, трудоспособен, функции всех его составляющих систем уравновешены, отсутствуют болезненные проявления. Основным признаком здоровья является уровень адаптации организма к условиям окружающей среды, физическим и психоэмоциональным нагрузкам.

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Измерьте свое артериальное давление, данные запишите в таблицу 1 (графы 1-5).

Артериальное давление (АД) зависит от многих факторов (возраст, масса тела, пол). Измерив свое АД, сравните его с нормальным (систолическое – 110 − 140 мм рт.ст, диастолическое – 60 − 90 мм рт.ст). Для мужчин и женщин существуют зависимости систолического и диастолического давления от возраста и массы тела:

Для мужчин:
СД = 109 + 0,5В + 0,1М
ДД = 74 + 0,1В + 0,15М;
для женщин:
СД = 102+ 0,7В+0,15М
ДД = 78+0,17В+ 0,15М,
где В – возраст;
М – масса тела, кг.

2. Для выявления признаков наличия или отсутствия утомления применяется тест «индивидуальной минуты». Испытуемому предлагается определить момент окончания минуты, а преподаватель/сосед по парте в это время включает секундомер. Любое недомогание, а тем более заболевание, ведет к уменьшению длительности «индивидуальной минуты», что является хорошим прогностическим признаком. Данные занесите в таблицу 1 (графа 6).

3. Определите коэффициент выносливости своего организма. Данные занесите в таблицу 1 (графа 7).

Для оценки тренированности сердечно-сосудистой системы к выполнению физической нагрузки, оценки ее резервных возможностей может исследоваться показатель коэффициента выносливости (КВ), рассчитываемый по формуле Руффье:

$$КВ = \frac{ЧСС_п + ЧСС_1 + ЧСС_2}{10} - 200,$$

где $ЧСС_п$ – исходный пульс покоя;
$ЧСС_1$ – пульс за первые 10 с первой минуты после нагрузки;
$ЧСС_2$ − пульс за последние 10 с первой минуты после нагрузки.

Оценка результатов:
отлично: 0,1 – 5;
хорошо: 5,1 – 10;
удовлетворительно: 10,1 – 15;
неудовлетворительно: 15,1 – 20.

4. По приведенной формуле рассчитать величину собственного адаптационного потенциала (АП). Данные занесите в таблицу 1 (графы 8,9).

Адаптационный потенциал определяется по формуле:

АП = 0,011 ЧСС + 0,14 СД + 0,008 ДД + 0,014 В + 0,009 М – 0,009 Р – 0,27 (1)

Обозначения:
АП – адаптационный потенциал;
ЧСС – пульс в минуту;
Р – рост, см.

Таблица 1 - Индивидуальные данные

п/п	В озраст (полное кол-во лет)	Е ес, кг	Р ост, см	АД, мм рт.ст.		Ин дивид. минуты, сек	В	Ч СС, число в мин	П	А
				С Д	Д Д					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	

5. Сделайте вывод об уровне собственной адаптации. Оцените полученную величину. Сделайте вывод и составьте индивидуальные рекомендации для улучшения резервных возможностей своего организма.

Рекомендации:

_____

Величина АП меньше 2 свидетельствует о хорошем уровне адаптации, величина АП, не превышающая 2,1 – удовлетворительная адаптация.

Величина АП в диапазоне от 2,1 до 3,0 указывает на напряжение адаптации. Вероятность заболеваний выше, механизмы адаптации напряжены, по отношению к ним требуется применение соответствующих оздоровительных мероприятий.

Показатели АП от 3,0 до 4,1 свидетельствуют о вероятности возникновения заболеваний в достаточно близком будущем, если не будут приняты профилактические меры.

Если АП больше чем 4,1, то это показатель срыва адаптации. Им обладают люди со скрытыми, нераспознанными формами заболеваний, явлениями предболезни, хроническими и патологическими отклонениями, требующими детального врачебного обследования.

6. Ответьте на контрольные вопросы:

1. Что показывает систолическое и диастолическое давление?
2. Понятие «здоровье». Основные компоненты здоровья.
3. Влияние факторов окружающей среды на состояние здоровья.
4. Что такое артериальное давление?
5. Как правильно измерить артериальное давление?

Практическое занятие № 2

Виды опасностей и их профилактика в быту и в профессиональной деятельности

Цель: формировать умения предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту

Необходимая литература/оборудование:

- тетрадь, ручка
- Постановление Правительства РФ от 3 октября 2013 г. № 864 "О федеральной целевой программе "Повышение безопасности дорожного движения в 2013 - 2020 годах".
- Указ Президента РФ № 24 от 10.01.2000 «Концепция национальной безопасности РФ»
- Федеральный закон от 19 июля 1997 г. № 109-ФЗ "О безопасном обращении с пестицидами и агрохимикатами"
- Федеральный закон от 6 марта 2006 г. № 35-ФЗ "О противодействии терроризму"
- Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения"
- Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации"
- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 69-ФЗ "О пожарной безопасности"
- ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний» от 24 июля 1998 г. № ФЗ-125

Время выполнения – 1 час

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Дать определения

Опасность –

Риск –

Опасная ситуация -

Техника безопасности –

Безопасность труда –

2. Составьте общую номенклатуру в алфавитном порядке (кроме букв ё, й, ы, ю), включающую все виды опасностей.

Например, А - авария

3. Составьте памятку населению *(3 на выбор)*

- при пользовании электроприборами
- при пользовании газовыми плитами
- при обнаружении утечки газа
- при коротком замыкании
- при возникновении пожара в квартире

4. На основании приведенных данных таблицы 1 заполните таблицу 2:

В таблице 1 приведен ряд профессий по степени индивидуального риска фатального исхода в год. Используя данные табл.1 методом экспертных оценок охарактеризуйте вашу деятельность и условия вашей будущей работы и заполните таблицу 2.

Таблица 1 -Классификация профессиональной безопасности

Категория	Условия профессиональной деятельности	Риск смерти (на человека в год)	Профессия
1	Безопасные	$1*10^{-4}$	Текстильщики, обувщики, работники лесной промышленности,
2	Относительно безопасные	$1*10^{-4}$ - $1*10^{-3}$	бумажного производства и др. Шахтеры, металлурги, судостроители и
3	Опасные		др.
4	Особо опасные	$1*10^{-3}$ - $1*10^{-2}$ больше $1*10^{-2}$	Рыбопромысловики, верхолазы, трактористы и др. Летчики-испытатели, летчики реактивных самолетов

Таблица 2 - Профессиональная безопасность

№ п/п	Категория условий проф. деят-ти	Негативные факторы, способствующие профессиональным заболеваниям	Профессиональные заболевания моей специальности	Меры профилактики

5. Решите задачи (решения запишите в тетради)

Для решения следующих задач используйте формулу определения индивидуального риска

$$Р = н/Н, \quad (1)$$

где Р – индивидуальный риск (травмы, гибели, болезни и пр.);

н – количество реализации опасности с нежелательными последствиями за определенный период времени (день, год и т.д.);

Н – общее число участников (людей, приборов и пр.), на которых распространяется опасность.

Пример решения задачи по формуле (1).

Условие. Ежегодно неестественной смертью гибнет 250 тыс. человек. Определить индивидуальный риск гибели жителя страны при населении в 150 млн. человек.

Решение.

$Р_ж = 2,5*105 /1,5*10^8 =1,7.10^{-3}$

Или будет 0,0017. Иначе можно сказать, что ежегодно примерно 17 человек 10000 погибает неестественной смертью. Если пофантазировать и предположить, что срок биологической жизни человека равен 1000 лет, то по нашим данным оказывается, что уже через 588 лет (1:0,0017) вероятность гибели человека неестественной смертью близка к 1 (или 100%).

Примечание. Здесь и в задачах №1,2 данные приближены к России.

Задача 1. Опасность гибели человека на производстве реализуется в год 7 тыс. раз. Определить индивидуальный риск погибших на производстве при условии, что всего работающих 60 млн. человек. Сравните полученный результат с вашей экспертной оценкой из задачи 1.

Задача 2. Определить риск погибших в дорожно-транспортном происшествии (ДТП), если известно, что ежегодно гибнет в ДТП 40 тыс. человек при населении 150 млн. человек.

Задача 4. Используя данные индивидуального риска фатального исхода в год для населения США (данных по России нет), определите свой индивидуальный риск (*по 5 параметрам (на выбор)*). Примите количество населения нашей страны равное 147 млн. человек.

Таблица 3 - Индивидуальный риск гибели в год

Причина	Риск	Причина	Риск
Автомобильный транспорт	$3*10^{-4}$	Воздушный транспорт	$9*10^{-6}$
Падения	$9*10^{-5}$	Падающие предметы	$6*10^{-6}$
Пожар и ожог	$4*10^{-5}$	Электрический ток	$6*10^{-6}$
Утопление	$3*10^{-5}$	Железная дорога	$4*10^{-6}$
Отравление	$2*10^{-5}$	Молния	$5*10^{-7}$
Огнестрельное оружие	$1*10^{-5}$	Все прочие	$4*10^{-5}$
Станочное оборудование	$1*10^{-5}$	Ядерная энергетика (пренебрегаемо мал. риск)	$2*10^{-10}$
Водный транспорт	$9*10^{-6}$		

Риск общий для американца: $P_{общ.} = 6*10^{-4}$

6. Сравнить полученный результат с результатом общего риска для американцев.

Практическое занятие № 3
Модели поведения людей при возникновении ЧС природного характера

Цель: организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций

Нормативные документы:
- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".

Время выполнения – 1 час

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Составьте памятку населению (на выбор по трем темам):
Правила поведения при землетрясении.
Правила поведения при извержении вулкана.
Правила поведения во время оползней.
Правила поведения во время схода сели.
Правила поведения при горных обвалах.
Правила поведения при снежных лавинах.
Правила поведения во время урагана.
Правила поведения во время бури (шторме), пыльной бури.
Правила поведения во время смерча.
Правила поведения при наводнении, подтоплении.
Правила поведения во время цунами.
Правила поведения при пожаре.
Правила поведения при лесном пожаре.
Правила поведения при торфяном пожаре.
Правила поведения во время грозы.

2. Решите ситуационные задачи (на выбор 3 задачи).
Задача 1. Прогноз о возможном землетрясении застал вас на улице вблизи многоэтажных зданий. Каковы будут ваши действия?
Задача 2. Во время землетрясения вы находились на третьем этаже многоэтажного здания. Опишите ваши действия.
Задача 3. Вы оказались в завале. Каковы будут ваши действия?
Задача 4. Вам необходимо собрать специальную сумку на случай землетрясения. Что в нее следует положить?
Задача 5. Вы оказались в зоне очага пожара в лесу или на торфянике. Каковы ваши действия?
Задача 6. Вы находитесь далеко от города, на открытой местности. Идет сильный дождь. Вы замечаете, что ветер усилился, на горизонте скапливаются низкие черные облака, резко изменилось атмосферное давление. Каковы будут ваши действия?
Задача 7. В поездке на автомобиле вы попали в снежную бурю. Каковы будут ваши действия?
Задача 8. Гроза застала вас во время отдыха на природе, вблизи водоема. Что вы будете делать, чтобы обеспечить свою безопасность?

3. Распределите предложенные варианты на 2 колонки:

1. Какую погоду следует ожидать при наличии следующих признаков:

А – переменную погоду

Б – устойчивую погоду

1) на горизонте видны перисто-кучевые облака в виде мелкой ряби;

2) облака вытянутой формы, похожие на огромные зерна чечевицы;

3) вечером или утром образуются облака в виде зубцов или башенок;

4) летом ощущается жара – парит;

5) давление воздуха сначала мало изменяется, а затем внезапно начинает понижаться.

2. По каким признакам можно определить, что скоро следует ожидать

А – облачную погоду (с дождем или снегопадом и ветром)

Б – устойчивую погоду

1) на горизонте появляются тонкие перистые облака, вытянутые в форме нитей с загнутыми краями;

2) вечером или утром заря приобретает красную или багровую окраску, солнце садится в тучу;

3) ветер резко меняет направление и к вечеру усиливается; давление воздуха падает;

4) роса или иней не появляются;

5) вечером теплее, чем днем;

6) давление воздуха возрастает;

7) появляются роса или иней на траве и других предметах.

Практическое занятие № 4

Модели поведения людей при возникновении ЧС техногенного характера

Цель: организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций

Нормативные документы:

- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".
- Федеральный закон «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» от 21.07.1997 г. № 9116-ФЗ.
- ПОСТАНОВЛЕНИЕ Администрации города Перми от 12 мая 2014 года N 323 «Об утверждении Положения о системе оповещения населения города Перми

Время выполнения – 2 часа

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Составьте две из предложенных моделей поведения в условиях ЧС техногенного характера:

Составить модель поведения человека при автомобильной аварии.
Составить модель поведения человека при аварии на общественном транспорте
Составить модель поведения человека при аварии на железной дороге.
Составить модель поведения человека при аварии на водном транспорте
Составить модель поведения человека при взрыве в метрополитене
Составить модель поведения человека при падении на рельсы в метрополитене
Составить модель поведения человека при захвате террористами

2. Заполните таблицу из нижеперечисленных утверждений (внесите цифры в каждый столбик)

Правильно	Неправильно

1. ЧС техногенного характера подразделяются на ЧС без загрязнения и с загрязнением окружающей среды.
2. При автомобильной аварии необходимо как можно быстрее выскочить из машины на ходу,
3. При автомобильной аварии необходимо управлять машиной до последней возможности.
4. При температуре воды около 0" потеря сознания от переохлаждения наступает через 1-2 часа.
5. После того как произошла автомобильная авария, попытайтесь сориентироваться, в каком месте машины и в каком положении вы находитесь.
6. Если в результате аварии в автомобиле появились раненые, их надо вытащить оттуда как можно скорее,
7. Если в результате аварии автомобиль упал в воду помните, что он практически сразу пойдет ко дну.
8. При погружении в воду автомобиля с закрытыми дверями и окнами воздух в салоне будет держаться несколько минут.

9. Наиболее опасно ехать в первых вагонах железнодорожного состава, именно они сильнее всего подвергаются разрушению при столкновении.

10. Аварийные выходы из вагона обычно расположены в первом и последнем купе.

1., Новейшее радиолокационное и другое навигационное оборудование делает путешествие на водном транспорте практически безопасным.

12. Статистика указывает, что человеческий фактор чаще всего является причиной аварий на водном транспорте.

3. Выполните задание:

При перевозке цистерны с хлором по железной дороге произошла его утечка. Облако хлора ветром понесло в сторону поселка Н. Составьте текст речевой информации для оповещения населения поселка. И составьте модель поведения населения в сложившейся ситуации.

4. Решите ситуационные задачи.

Задача 1. Во время поездки на микроавтобусе «Газель» произошла аварийная ситуация, в ходе которой заклинило входную дверь. Каковы будут ваши действия?

Задача 2. Во время поездки на общественном транспорте вы увидели бесхозную хозяйственную сумку. Опишите ваши действия.

Задача 3. При поездке на метрополитене вы увидели упавшего с платформы человека. Каковы будут ваши действия?

Задача 4. В квартире разбился ртутный термометр, Каковы будут ваши действия?

Практическое занятие № 5

Изучение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий ЧС

Цель занятия: формировать умения организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций

Нормативные документы:

- Федеральный закон от 12 февраля 1998 г. N 28-ФЗ "О гражданской обороне"
- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".
- Постановление Правительства РФ от 2 ноября 2000 г. № 841 "Об утверждении Положения о подготовке населения в области гражданской обороны"
- Постановление Правительства Российской Федерации от 30.12.03 г. №794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»

Время выполнения – 2 час

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Из текста Федерального закона от 12 февраля 1998 г. N 28-ФЗ "О гражданской обороне" выпишите определения:

Гражданская оборона -

Территория, отнесенная к группе по ГО, -

Основные задачи в области ГО -

2. Из текста Федерального закона от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера" выпишите определения:

Чрезвычайная ситуация -

Предупреждение ЧС -

Ликвидация ЧС -

Зона ЧС -

3. Из текста Постановления Правительства Российской Федерации от 30.12.03 г. №794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» выпишите

- определение РСЧС
- цели и задачи РСЧС

4. Заполните таблицу:

Уровень	Наименование постоянно действующего органа управления единой системой	Местоположение, Ф.И.О. руководителя, телефон

5. Ответьте письменно на контрольные вопросы:
Что включает в себя комплекс мероприятий по защите населения?
Что означает оповестить население?
Какие уровни систем оповещения считаются основными?
Что является основным средством условного сигнала об опасности?
Какие требования предъявляют к речевой информации?
Какие средства позволяют сократить сроки оповещения? Что такое ОКСИОН?

Практическое занятие № 6
Организация подбора и использования средств
индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях

Цель занятия: сформировать умение использовать средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения

Материалы и оборудование: линейка, мягкая сантиметровая лента, прибор для измерения роста

Нормативные документы:
- Постановление Правительства РФ от 2 ноября 2000 г. № 841 "Об утверждении Положения о подготовке населения в области гражданской обороны"

Время выполнения – 2 часа

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:
В тетради запишите тему практического занятия и последовательно выполняйте задания:

Задание 1. Используя Таблицу 1, определите размер маски противогаза ГП-5 для пяти студентов вашей группы.

Таблица 1. Определение размера маски противогаза ГП-5

Результат измерения	Размер
До 63,0 см	0
63,5-65,5 см	1
66,0-68,0 см	2
68,5-70,5 см	3
71,0 см и более	4

Для определения размера маски (0-4) нужно измерить голову по замкнутой линии, проходящей через макушку, щеки и подбородок. Измерения округляются до 0,5 см.

Результат оформите в виде Таблицы 2

	Фамилия, имя студента	Результат измерения	Необходимый размер

Задание 2. Используя Таблицу 3, определите размер маски противогаза ГП-7 для пяти студентов вашей группы. Результат задания отобразите в виде Таблицы 4.

Таблица 3 – Определение размера маски противогаза ГП-7

Результат измерения	Положение упоров лямок	Рост
До 118,5 см	4-8-8	1

121,5-123,5 см 124,0-126,0 см	3-7-8 3-6-7	2
126,5-128,5 см 129,0-131,0 см 131,5 см и более	3-7-7 3-5-6 3-4-5	3

Лицевую часть противогаза ГП-7 изготавливают трех ростов. Подбор необходимого осуществляется на основании результатов измерения мягкой сантиметровой лентой горизонтального и вертикального обхвата головы.

Вертикальный обхват – измерение по замкнутой линии, проходящей через макушку, щеки и подбородок.

Горизонтальный обхват – измерение головы по замкнутой линии, проходящей спереди по надбровным дугам, сбоку – на 2-3 см выше края ушной раковины и сзади – через наиболее выступающую точку головы. Измерения округляются с точностью до 0,5 см.

Таблица 4

	Фамилия	Результат измерения	Положение упоров лямок	Необходимый размер маски

Задание 3. Измерив рост пяти студентов при помощи ростомера или сантиметровой ленты, определите для них размер защитного костюма Л-1, учитывая при этом то, что костюмы выпускаются трех размеров:

1 размер – для людей ростом до 165 см.

2 размер - для людей ростом от 165 до 172 см

3 размер - для людей выше 172 см

Результат отобразите в виде Таблицы 5

	Фамилия, имя	Рост	Размер

Задание 4. Аналогично предыдущего задания определите размер защитного плаща и сапог-чулок из общевойскового защитного комплекта (ОЗК) для группы студентов из пяти человек, для чего используйте нижеприведенные данные.

Защитные плащи комплектов выпускаются пяти размеров:

1 размер – для людей ростом до 165 см;

2 размер - для людей ростом от 165 до 170 см;

3 размер - для людей ростом от 170 до 175 см;

4 размер - для людей ростом от 175 до 180 см;

5 размер - для людей ростом выше 180 см.

Сапоги-чулки общевойсковых защитных комплектов изготавливаются 3х размеров:

1 размер – для обуви 37-40 размера;

2 размер – для обуви 41-42 размера;

3 размер – для обуви 43 размера и выше.

Результат отобразите в виде Таблицу 6

	Фамилия, имя	Рост	Размер плаща ОЗК	Размер ноги	Размер сапог-чулок

Задание 5. Подберите для пяти студентов размер комбинезонов, входящих в состав ЗФО, учитывая при этом, что комбинезоны выпускаются трех ростов:

1 размер- для людей ростом до 160 см;

2 размер - для людей ростом от 160 до 170 см;

3 размер - для людей ростом свыше 170 см.

Результаты отобразите в отчете в виде Таблицы 7

	Фамилия, имя	Рост	Размер

Наденьте противогаз на оценку

Время на выполнение норматива отсчитывается с момента подачи команды до надевания головного убора.

	отлично	хорошо	удовлетворительно
Противогаз	7 сек	8 сек	10 сек
респиратор	11 сек	12 сек	14 сек

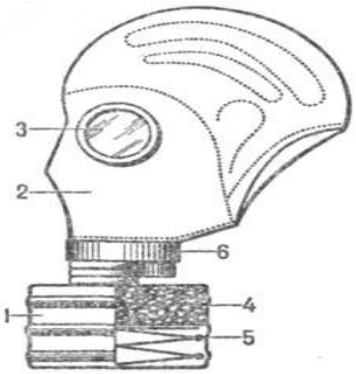


Рисунок 1 - Фильтрующий противогаз

1 - фильтрующе-поглощающая коробка; 2 - лицевая часть противогаза; 3 - очковый узел;

4 - шихга (обеспечивает поглощение паров и газов, и токсичных в-в); 5 - ПАФ (противоаэрозольный фильтр); 6 - клапанная коробка.

Порядок надевания противогаза:

1. По команде «Газы!» задержать дыхание, не вдыхая воздух.
2. Закрыть глаза.
3. Достать противогаз из противогазной сумки, левой рукой доставая противогаз, а правой держа сумку снизу.
4. Вынуть пробку-заглушку из противогазной коробки.
5. Перед надеванием противогаза расположить большие пальцы рук снаружи, а остальные внутри.
6. Приложить нижнюю часть шлем-маски на подбородок.
7. Резко натянуть противогаз на голову снизу вверх.
8. Выдохнуть.
9. Необходимо, чтобы после не образовалось складок, очковый узел должен быть расположен на уровне глаз.
10. Перевести сумку на бок.

Снятие:

1. По команде «Отбой!» брать за фильтровальную коробку и, потянув сверху вниз, снять его.
2. Убрать противогаз в противогазную сумку.
3. Застегнуть пуговицы

Ошибки, снижающие оценку на один балл:

При надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох;

Шлем - маска надета с перекосом или перекручена соединительная трубка.

Концы носового зажима респиратора не прижаты к носу.

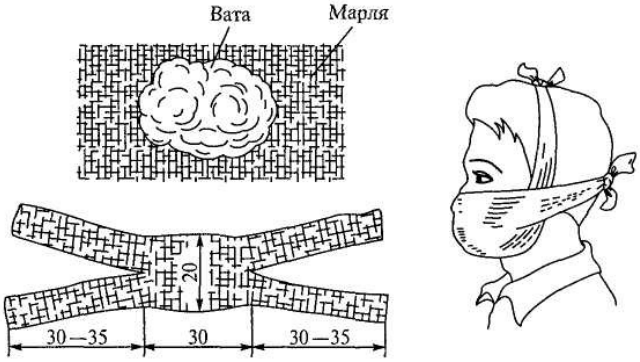
Ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно»:

1) Допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем - маску;

2) Не полностью навинчена (ввернута) гайка соединительной трубки

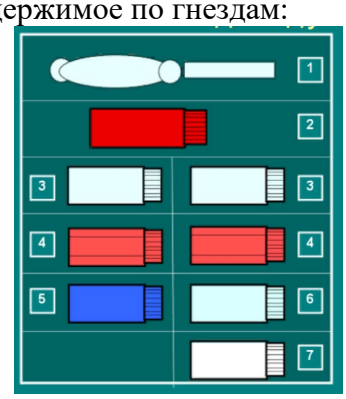
3. Изготовьте ватно-марлевую повязку

Ватно-марлевая повязка изготавливается из куска марли размером 100 х 50 см и ваты. На марлю накладывают слой ваты толщиной 2-3 см, длиной 30 см, шириной 20 см. Марлю с обеих сторон загибают и накладывают на вату. Концы марли разрезают на 30-35 см с каждой стороны, чтобы образовалось две пары завязок. Марлевые повязки делают из 10-12 слоев марли. Они шьются также в виде маски, закрывающей все лицо или только подбородок, нос и рот. Для защиты глаз используются противопылевые очки.



Примечание. Размеры даны в см

4. Познакомьтесь с содержимым Аптечки индивидуальной АИ-2 и запишите в тетрадь ее содержимое по гнездам:



5. Заполните таблицу 8.

Таблица 8 - Состав и подробное описание средств защиты Аптечки индивидуальной АИ-2

Состав	Начало действия средства	Время действия средства	Побочные эффекты средства	Механизм действия средства
Промедол			Возможно расст-ройство сознания, рвота, снижение мышечной силы	
Тарен	Эффект через 20 минут			
Сульфа-диметоксин				
Цистамин		Около 5 часов		
Хлор-тетрациклин				Препятствует образованию

		комплекса РНК + рибосома
Йодистый калий	В редких случаях возможны реакции повышенной чувствительности	
Этаперазин		Блокатор дофаминовых рецепторов

6. Перечислите средства индивидуальной защиты населения, кроме АИ-2.

Практическое занятие № 7
Изучение первичных средств тушения пожаров

Цель работы: сформировать умения применять первичные средства пожаротушения

Нормативные документы:
- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".
- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 69-ФЗ "О пожарной безопасности"

Оборудование: огнетушители ОХП-10, ОВП-10, ОУ-2, ОП-5 (или их макеты), пожарный щит с инвентарем (или его макет), гидропульт, пожарный ствол.

Время выполнения – 2 часа

Краткие теоретические сведения
В качестве первичных средств пожаротушения применяют воду, песок, асбестовое полотно (или куски кошмы, грубого сукна), различные огнетушители.

Вода обладает хорошими огнегасящими свойствами вследствие высокой теплоемкости и большой теплоты парообразования. Резервуар для воды должен быть объемом не менее 0,2 $м^3$ и укомплектован ведрами. Воду нельзя применять для тушения легковоспламеняющихся жидкостей, имеющих меньшую, чем у воды, плотность (бензин, керосин, минеральные масла) и для тушения пожара в электроустановках, находящихся под напряжением.

Песок используют для тушения небольших очагов воспламенения электропроводки и горючих жидкостей (мазута, красок, масла и т. п.). Хранят его в ящиках (вместимостью 0,5, 1 или 3 м3) вместе с совковой лопатой во всех цехах и производственных помещениях.

Асбестовое полотно должно быть размером не менее 1х1 м. В местах хранения лековоспламеняющихся и горючих жидкостей оно может быть увеличено до 2х1,5 м или 2х2 м. Асбестовое полотно набрасывают на горящую поверхность и тем самым изолируют ее от окружающей среды. Используют его также для защиты от огня ценного оборудования, закрытия печей и отверстий в трубах с горючими материалами. Хранят в водонепроницаемом футляре (чехле), один раз в три месяца просушивают и очищают от пыли.

Огнетушители являются наиболее надежным средством при тушении загораний до прибытия пожарных подразделений. В настоящее время промышленностью изготавливаются несколько типов огнетушителей, предназначенных для тушения загораний в различных условиях. В качестве огнегасящего вещества в огнетушителях используется химическая и воздушно-механическая пена, углекислота, специальные порошки.

Ручные химический и воздушно-пенный огнетушители представлены на рисунке 1.

В огнетушителе ОХП-10 пена образуется в результате химической реакции, происходящей при смешивании щелочной и кислотной частей заряда. Пена под давлением, которое создается в корпусе огнетушителя, выбрасывается струей через насадку. В огнетушителе ОХП-10 кислотная часть заряда заключена в полиэтиленовый стакан, закрытый резиновым колпаком, а щелочная часть заряда находится в корпусе. Огнетушитель предназначен для быстрого тушения небольших загораний твердых и жидких веществ, за исключением щелочей – калия, натрия, магния, а также спирта. Нельзя использовать его на оборудовании, находящемся под напряжением. Огнетушитель рекомендуется использовать на стационарных объектах, на транспорте, на сельскохозяйственных машинах и агрегатах. Осматривают огнетушители один раз в месяц; заряд проверяют один раз в год.

Чтобы привести огнетушитель ОХП-10 в действие, нужно повернуть рукоятку на 180° в вертикальной плоскости (при этом откроется клапан кислотного стакана) и перевернуть

огнетушитель вверх днищем. Кислотная часть заряда выливается в корпус и смешивается со щелочной частью заряда; образующуюся струю пены направляют на очаг пожара.

Принцип действия воздушно-пенного огнетушителя основан на вытеснении раствора пенообразователя избыточным давлением рабочего газа (воздух, азот, углекислый газ). При срабатывании запорно-пускового устройства прокалывается заглушка баллона с рабочим газом. Пенообразователь выдавливается газом через каналы и сифонную трубку. В насадке пенообразователь перемешивается с засасываемым воздухом, и образуется пена. Она попадает на горящее вещество, охлаждает его и изолирует от кислорода. Для приведения в действие воздушно-пенного огнетушителя необходимо снять пломбу, выдернуть чеку, направить насадку на очаг пожара и нажать на рычаг.

Ручной углекислотный огнетушитель ОУ-2 (ОУ-5, ОУ-8) предназначен для тушения загораний в небольшом количестве всех видов горючих и тлеющих материалов (кроме кинопленки на нитрооснове), а также электроустановок, находящихся под напряжением. В качестве огнетушащего средства в ОУ-2 применяется углекислый газ. Его огнетушащие свойства основаны на снижении концентрации кислорода в воздухе до такой величины, при которой горение прекращается, а также понижении температуры зоны горения. Углекислый газ имеет ряд достоинств: он не портит соприкасающиеся с ним предметы, неэлектропроводен, не изменяет в процессе хранения своих качеств.

К недостаткам углекислого газа следует отнести его токсичность при больших концентрациях в воздухе, поэтому углекислотный огнетушитель нельзя применять в малых помещениях. Зарядом в углекислотных огнетушителях служит жидкая углекислота, которая в момент приведения огнетушителя в действие быстро испаряется, образуя твердую углекислоту («снег») и углекислый газ.

Огнетушитель углекислотный представляет собой стальной баллон, в горловину которого встроена рукоятка с раструбом (рис. 2).

У огнетушителя ОУ-2 раструб присоединен к корпусу шарнирно. Кроме того, огнетушитель имеет предохранительное устройство мембранного типа, которое автоматически разряжает баллон огнетушителя при повышении в нем давления сверх допустимого.

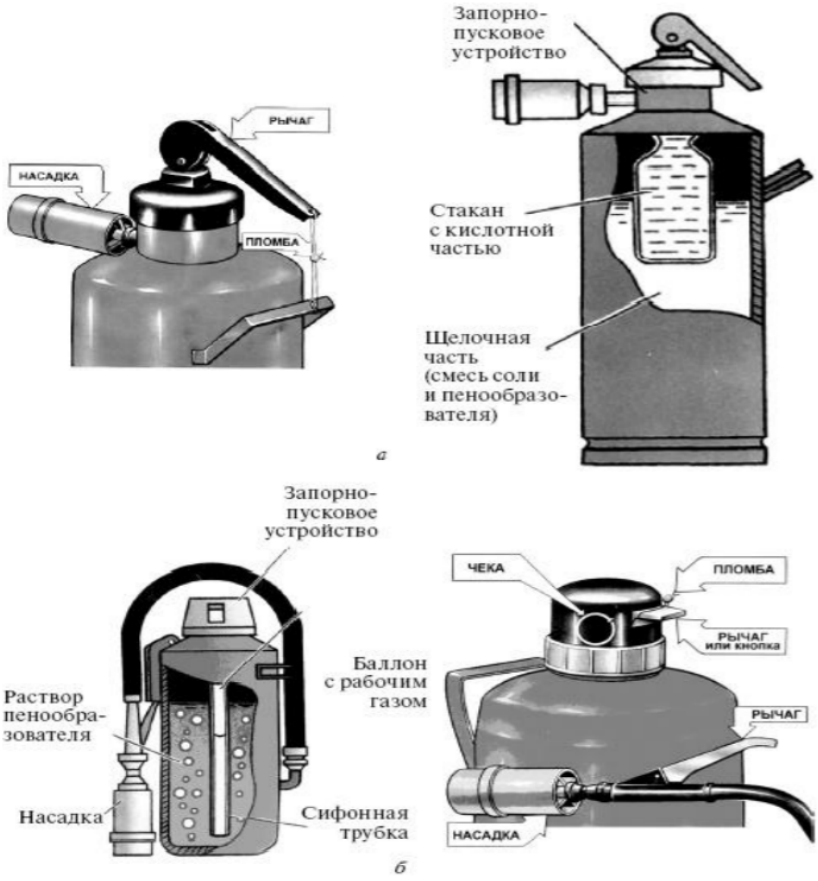


Рисунок 1 - Ручные огнетушители:
а – химический пенный огнетушитель ОХП-10;
б – воздушно-пенный огнетушитель ОВП-10

Чтобы привести огнетушитель в действие, необходимо сорвать пломбу, выдернуть чеку, перевести раструб в горизонтальное положение и нажать на рычаг, а затем направить струю заряда на огонь. При работе углекислотного огнетушителя нельзя касаться раструба, так как температура его за счет испарения жидкого углекислого газа понижается до —70 °С. В случае попадания пены в глаза их следует промыть чистой водой или 2 %-ным раствором борной кислоты.

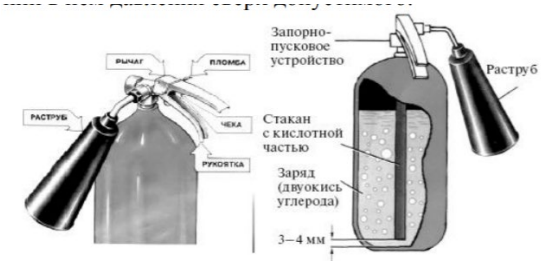


Рисунок 2 - Углекислотный огнетушитель ОУ-2

Ручной порошковый огнетушитель ОП-5 (рис. 3) предназначен для тушения небольших загораний на мотоциклах, легковых и грузовых автомобилях, тракторах и других машинах. Огнетушитель эффективно работает при температуре от —50 до +50 °С.

Принцип действия огнетушителя ОП-5 заключается в следующем. При срабатывании запорно-пускового устройства прокалывается заглушка баллона с рабочим газом (азот, углекислый газ). Газ по трубке подвода поступает в нижнюю часть корпуса огнетушителя и

создает избыточное давление. Порошок вытесняется по сифонной трубке в шланг к стволу. Нажимая на курок ствола, можно подавать порошок порциями. Порошок, попадая на горящее вещество, изолирует его от кислорода воздуха.

Чтобы привести в действие огнетушитель ОП-5 необходимо сорвать пломбу, выдернуть чеку, поднять рычаг до отказа, направить ствол-насадку на очаг пожара и нажать на курок; через 5 секунд приступить к тушению пожара.

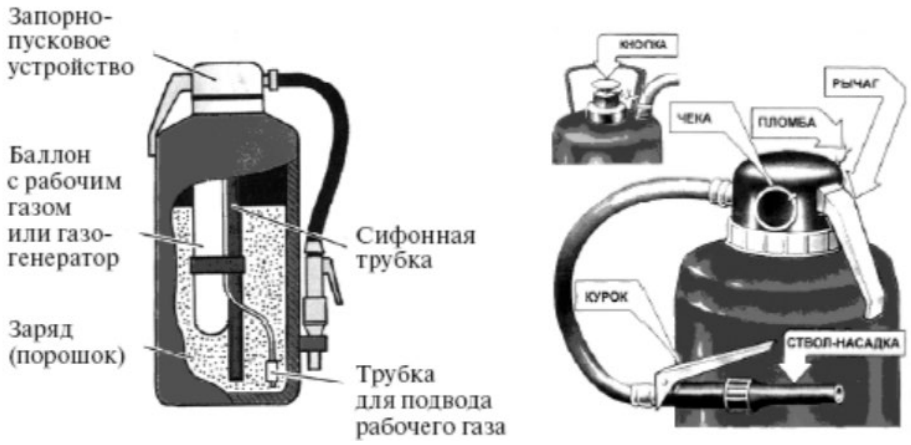


Рисунок 3 - Порошковый огнетушитель
со встроенным газовым источником давления ОП-5

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Изучить устройство и принцип действия огнетушителей.
2. Заполнить табл.1, 2.

Таблица.1 - Область применения огнегасящих веществ

№ п/п	Огнегасительные вещества	Огнегасительные свойства				В какой области нельзя применять (вписать букву)
		Охлаждающее	Изолирующее	Разбавляющее	Ингибирующее (замедляющее)	
1	Вода					
2	Песок					
3	Покрывало из войлока, брезента и т.д.					
4	Химическая пена					
5	Углекислота					
6	Порошки					

Примечание. Область применения огнегасящих веществ:

А) дерево, изделия из дерева, ткани и т. п.;
Б) горючие жидкости (мазут, краски, масла);
В) легко воспламеняющиеся жидкости (бензин, керосин);
Г) спирты;
Д) электроустановки под напряжением;
Е) ценные вещи (картины, документы, книги и т. п.);
Ж) одежда на человеке.

Таблица 2 Ручные огнетушители

№ п/п	Марка	Условное обозначение	Технические характеристики			Огнегасительные свойства	Область применения
			Время действия	Дальность действия	Площадь гашения		

3. По плану эвакуации ГБПОУ «Пермский нефтяной колледж» найдите <u>один</u> огнетушитель и составьте на него эксплуатационный паспорт по алгоритму:

Эксплуатационный паспорт на огнетушитель

1.Номер, присвоенный огнетушителю_____

2.Дата введения огнетушителя в эксплуатацию _____

3.Место установки огнетушителя_____

4.Тип и марка огнетушителя _____

5.Завод-изготовитель огнетушителя _____

6.Заводской номер _____

7.Дата изготовления огнетушителя _____

8.Марка (концентрация) заряженного огнетушащего вещества_____

4. Рассчитать необходимое количество первичных средств тушения пожаров для образовательного учреждения (колледжа), заполнив табл. 3 при помощи приложения 1.

Таблица 3 - Нормы первичных средств пожаротушения для ГБПОУ «Пермский нефтяной колледж»

№ п/п	Средства пожаротушения	Кол-во	Примечание (для чего)
1	Огнетушители: а) пенные б) углекислотные в) порошковые		
2	Ящики с песком (объем 0,5 $м^3$)		
3	Бочки с водой		
4	Покрывало		
5	Пожарный щит, оборудованный: лопатой, багром, топором, ведрами		

5. Заполните таблицу из нижеперечисленных утверждений

Правильно	Неправильно

1. При возгорании сковородки необходимо залить ее водой.

2. Если загорелась мебель, пытайтесь тушить ее водой,

з. Загоревшиеся компьютер или телевизор нельзя тушить водой.

4. Если загорелась занавеска, сбивайте огонь мокрой тряпкой, шваброй или метлой.

5. Токсичные продукты, выделяемые при горении не опасны для человека.

6. Чтобы быстрее выбраться из горящего здания, воспользуйтесь лифтом.

7. Если вы почувствовали запах дыма постарайтесь не покидать комнату.

В. Возгорание необходимо начать тушить как можно быстрее

9. Мебель с трудом воспламеняется и легко тушится.

10. Короткое замыкание внутри корпуса может привести к возгоранию компьютера или телевизора.

11. Дети, испугавшись пожара, почти никогда не отзываются на незнакомые голоса.

12. Если вы собираетесь покинуть помещение из-за пожара, то постарайтесь надеть на себя как можно меньше одежды, чтобы она не мешала при движении.

13. При обнаружении пожара надо сразу перекрыть газ, выключить электричество.

14. При вызове МЧС при пожаре необходимо четко сообщить точный адрес, место пожара (помещение, этаж), время возгорания, цвет дыма, свою фамилию, номер своего телефона.

15. Лучше не сообщать о пожаре людям, работающим по соседству, чтобы избежать паники.

16. При пожаре надо распахнуть все окна и двери, чтобы не задохнуться от дыма.

6. Ответить на контрольные вопросы:

1. Какие существуют первичные средства пожаротушения?
2. Как устроены ручные огнетушители ОХП-10, ОУ-2, ОП-1?
3. Каков принцип действия каждого огнетушителя?
4. Какие существуют ограничения использования указанных огнетушителей?

Практическое занятие № 8
Эвакуация людей при пожаре

Цель: организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций

Нормативные документы:
- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".
- Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 69-ФЗ "О пожарной безопасности"

Время выполнения – 2 часа

Задание

В учебном помещении, имеющем перегородки из древесноволокнистых плит, произошло возгорание. Площадь пожара, при горении облицовочных плит, приведена в исходных данных (табл. 6). Рассчитать время (tд), необходимое для эвакуации людей из горящего помещения с учётом задымлённости.

Общие сведения

Здания и части зданий по функциональной пожарной опасности подразделяются на классы:

Ф1 – гостиницы, жилые дома, детские дошкольные учреждения и т.п., при условии их круглосуточного использования;

Ф2 – зрелищные и культурно-просветительные учреждения (театры, музеи, библиотеки и др.);

Ф3 – предприятия по обслуживанию населения (предприятия торговли, общественного питания, поликлиники и др.);

Ф4 – учебные заведения, научные и проектные организации, учреждения управления;

Ф5 – производственные и складские здания.

Производственные здания и сооружения по взрывной, взрывопожарной и пожарной опасности подразделяются на шесть категорий:

категория А и Б - взрывопожароопасные производства;

категория В - пожароопасные производства;

категория Г - производства, имеющие несгораемые вещества и материалы в горячем, раскалённом или расплавленном состоянии;

категория Д - производства с непожароопасными технологическими процессами, где имеются несгораемые вещества и материалы в холодном состоянии;

категория Е - взрывоопасные производства, где имеются горючие газы и взрывоопасные пыли.

Эвакуация при пожаре представляет собой процесс организованного самостоятельного движения людей наружу из помещений, в которых имеется возможность воздействия на них опасных факторов пожара. Эвакуация осуществляется по путям эвакуации через эвакуационные выходы.

Спасение при пожаре представляет собой вынужденное перемещение людей наружу при воздействии на них опасных факторов пожара или при возникновении непосредственной угрозы этого воздействия. Спасение осуществляется самостоятельно, с помощью пожарных подразделений или специально обученного персонала, в том числе с использованием спасательных средств, через эвакуационные и аварийные выходы.

Выходы являются эвакуационными, если они ведут:

а) из помещений 1-го этажа наружу:

непосредственно;

через коридор;

через вестибюль (фойе);

через лестничную клетку;

через коридор и вестибюль (фойе);

через коридор и лестничную клетку.

б) из помещений любого этажа, кроме первого:

непосредственно в лестничную клетку;

в коридор, ведущий непосредственно в лестничную клетку;

в холл (фойе), имеющий выход непосредственно в лестничную клетку.

в) в соседнее помещение, обеспеченное выходом.

Не менее 2-х эвакуационных выходов должны иметь этажи зданий следующей классификации:

Ф1.1 (детские сады);

Ф3.3 (вокзалы);

Ф4.1 (школы);

Ф4.2 (высшие профессиональные учебные заведения).

Для зданий других классов наличие двух эвакуационных выходов зависит от объёма помещений, количества людей и других факторов.

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

Ознакомьтесь с планом эвакуации ГБПОУ «Пермский нефтяной колледж».

Зарисуйте схему эвакуации из учебного кабинета, в котором вы находитесь

Примерная схема эвакуации людей представлена на рисунке ниже.

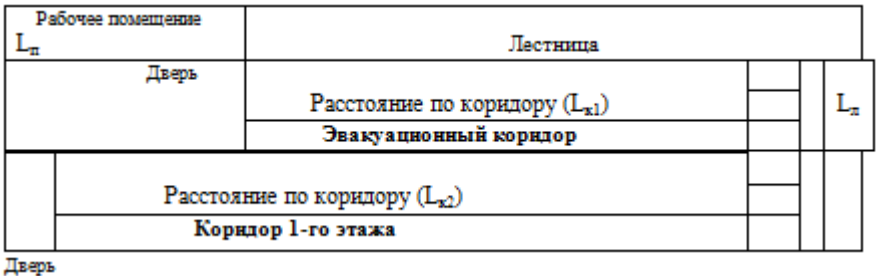


Рисунок 1 – Схема оцениваемого эвакуационного маршрута

Вычислите расчётное время по следующим формулам (все действия записывайте в тетрадь)

а) Расчётное время эвакуации ($t_р$) из рабочих помещений и зданий определяется как суммарное время движения людского потока на отдельных участках пути по формуле

$$t_р = t_1 + t_2 + t_3 + \ldots + t_i, \quad (1)$$

где t_1 – время движения от самого удалённого рабочего места до двери помещения (в соответствии с рисунком это расстояние примем равным диагонали помещения $L_п$);

t_2 - время прохождения дверного проёма помещения;

t_3 – время движения по коридору от двери помещения до лестничного марша;

t_4 – время движения по лестничному маршу;

t_5 – время движения по коридору первого этажа до выходной двери из здания;
t_6 – время прохождения дверного проёма из здания.

б) Время движения людского потока на отдельных участках вычисляется по формуле

$$t_i = L_i/V_i, \quad (2)$$

где L_i – длина отдельных участков эвакуационного пути, м (табл. 6);
V_i – скорость движения людского потока на отдельных участках пути, м/мин.

в) Скорость движения людского потока (V_i) зависит от плотности людского потока (D_i) на отдельных участках пути и выбирается из табл. 1.

г) Плотность людского потока (D_i) вычисляется для каждого участка эвакуационного пути по формуле

$$D_i = (N * f)/(L_i * \delta_i), \quad (3)$$

где N - число людей (табл. 6);
f - средняя площадь горизонтальной проекции человека (принять f = 0,1 м^2);
δ_i - ширина i-го участка эвакуационного пути, м (табл. 6).

д) Время прохождения дверного проёма приближённо можно рассчитать по формуле

$$t_{д.п.} = N/(\delta_{д.п.} * q_{д..п.}), \quad (4)$$

где $\delta_{д.п.}$ – ширина дверного проёма, м (табл. 6);
$q_{д.п.}$ – пропускная способность 1 м ширины дверного проёма (принимается равной 50 чел./(м * мин) для дверей шириной менее 1,6 м и 60 чел./(м * мин) для дверей шириной 1,6 м и более).

Необходимое (нормируемое) время эвакуации

а) Необходимое время эвакуации из помещений общественных зданий (кинотеатры, столовые, универмаги и др.) устанавливается (нормируется) в зависимости от степени огнестойкости здания и объёма помещения (табл. 2). Необходимое время эвакуации из общественных зданий устанавливается (нормируется) в зависимости от степени огнестойкости здания (табл. 4).

б) При нормировании времени эвакуации для производственных зданий промышленных предприятий учитывается степень огнестойкости здания, категория производства и этажность здания (табл. 5). Необходимое время эвакуации из рабочих помещений производственных зданий зависит также и от объёма помещения (табл. 3).

Таблица 1 - Зависимость скорости движения от плотности людского потока

Плотность людского потока (D_i)	Скорость движения людского потока (V_i), м/мин	
	на горизонтальном пути	по лестнице вниз
0,01	100	100
0,05	100	100
0,1	80	95
0,2	60	68
0,3	47	52
0,4	40	40

0,5	33	31
0,6	27	24
0,7	23	18
0,8	19	13
0,9 и более	15	8

Таблица 2 - Необходимое время эвакуации из помещений общественных зданий ($t_{п.о.з.}$)

Помещение		Время эвакуации ($t_{п.о.з.}$), мин, из помещений общественных зданий I и II степени огнестойкости при объёме помещения, тыс. м^3				
Наименование	Обозначение	До 5	10	20	40	60
Зрительные залы (театры и т.п.). Залы лекционные, собраний, выставочные, столовые и др. Торговые залы универмагов.	*	1,5	2	2,5	2,5	-
	**	2	2	3,5	4	4,5
	***	1,5	2	2,5	2,5	-
Примечание. Необходимое время эвакуации людей из помещений III и IV степени огнестойкости уменьшается на 30 %, а из помещений V степени огнестойкости – на 50 %						

Таблица 3 - Необходимое время эвакуации из помещений производственных зданий ($t_{п.п.з.}$)

Категория производства	Время эвакуации ($t_{п.п.з.}$), мин, из помещений производственных зданий I, II и III степени огнестойкости при объёме помещения ($W_п$), тыс. м^3				
	До 15	30	40	50	60 и более
А, Б, Е	0,50	0,75	1	1,50	1,75
В	1,25	2	2	2,50	3
Г, Д	Не ограничивается				
Примечание. Для зданий IV степени огнестойкости необходимое время эвакуации уменьшается на 30 %, а для зданий V степени огнестойкости – на 50 %					

Таблица 4 - Необходимое время эвакуации из общественных зданий ($t_{о.з.}$)

Степень огнестойкости	Время эвакуации ($t_{о.з.}$), мин
I и II	до 6
III и IV	до 4
V	до 3

Таблица 5 - Необходимое время эвакуации из производственных зданий ($t_{п.з.}$)

Категория производства	Время эвакуации (tп.з.) мин, из производственных зданий I, II и III степени огнестойкости
А, Б, Е	до 4
В	до 6
Г, Д	до 8
Примечание. Для зданий IV степени огнестойкости необходимое время эвакуации уменьшается на 30 %, а для зданий V степени огнестойкости – на 50 %	

4. Определите расчётное время эвакуации из рабочего помещения по задымлённости ($t_д$)

а) $t_д = (К_{осл} * К_г * W_п)/(V_д * S_{п.г.})$, (5)

где $К_{осл}$ – допустимый коэффициент ослабления света (принять $К_{осл} = 0,1$);

$К_г$ – коэффициент условий газообмена;

$W_п$ - объём рабочего помещения, $м^3$ (табл. 6);

$V_д$ - скорость дымообразования с единицы площади горения, $м^3/(м^2 * мин)$;

$S_{п.г.}$ - площадь поверхности горения, $м^2$.

б) $К_г = S_о/S_п$, (6)

где $S_о$ - площадь отверстий (проёмов) в ограждающих стенах помещения, $м^2$ (табл. 6);

$S_п$ - площадь пола помещения, $м^2$ (вычислить по исходным данным).

в) $V_д = К_д * V_г$, (7)

где $К_д$ - коэффициент состава продуктов горения (для древесноволокнистых плит равен 0,03 $м^3/кг$);

Vг - массовая скорость горения (для древесноволокнистых плит принимается равной 10 $кг/(м^2 * мин)$).

г) $S_{п.г.} = S_{п.п.} * К_{п.г.}$, (8)

где $S_{п.п.}$ - предполагаемая площадь пожара, $м^2$ (табл. 6);

$К_{п.г.}$ – коэффициент поверхности горения (для разлившихся жидкостей и облицовочных плит $К_{п.г.} = 1$).

5. Сравните расчётное время эвакуации по задымлённости из рабочего помещения, полученное по формуле (5) с расчётным временем эвакуации людей из рабочего помещения, полученным по формуле (1) и с необходимым (нормируемым) временем эвакуации из рабочего помещения (табл. 2 или 3).

6. Возьмите для сравнения и расчетов любой учебный кабинет 4 этажа.

7. Сделайте вывод

Анализируя результаты, полученные в п.3 и п.4 работы, сформулируйте окончательный вывод о времени, необходимом для эвакуации людей при возникновении пожара из учебного кабинета 4 и 2 этажей.

Таблица 6 - Исходные данные

Наименование исходных параметров	Величина параметров по вариантам									
ЗДАНИЕ: производственное (П); общественное (О).	П -	- О	П -	- О	П -	- О	П -	- О	П -	П -
Категория производства							Е			
Степень огнестойкости		V	I		I		V	II	II	
РАБОЧЕЕ ПОМЕЩЕНИЕ: обозначение наименования помещения (для табл. 2); длина, м; ширина, м; объём ($W_п$), тыс. $м^3$; площадь отверстий в стенах, $м^2$	 5 10 0,4 6	** 5 20 2,5 25	 0 40 25,1 110	* 0 20 3,0 36	 5 10 1,4 16	 0 35 9,8 65	 0 50 31,0 115	* 0 5 0,2 3	 0 10 0,7 10	 0 10 1,5 12
Количество людей (N), чел.	00	400	600	500	00	500	300	00	00	00
ШИРИНА ДВЕРЕЙ ($δ_{д.п.}$): из рабочего помещения, м; из здания, м.	 ,4 1,8	 ,8 3,0	 ,2 4,2	 ,2 1,8	 ,5 2,2	 ,5 2,0	 ,6 1,4	 ,2 2,4	 ,4 1,5	 ,8 1,6
КОРИДОРЫ: суммарная длина ($L_к$), м; при ширине ($δ_к$), м.	40	55 ,8	120	35 ,5	30 ,2	25 ,0	65 ,2	70 ,0	15 ,5	80 ,2
ЛЕСТНИЦЫ: суммарная длина ($L_л$), м; при одной ширине ($δ_л$), м.	0 2	2,2	5 3	4 2,4	2 1,8	0 1,5	5 2,0	0 1,4	0 1,5	5 1,8
Площадь пожара ($S_{п.п.}$), $м^2$		5	5	0	8	5	4		2	8

Тема 2.5.
Первая помощь пострадавшим

Практическое занятие № 9
Общие правила оказания первой помощи пострадавшим

Цель: Отработка алгоритмов действий по оказанию первой помощи (приемы искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца)

Оборудование: тетрадь, перевязочный материал, подручные средства для наложения жгутов

Время выполнения – 1 час

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Изучить приемы искусственной вентиляции легких. Составить алгоритм проведения искусственной вентиляции легких.

2. Изучить приемы непрямого массажа сердца. Составить алгоритм проведения непрямого массажа сердца.

3. Ответить на контрольные вопросы:
1. Что является основной задачей реанимации?
2. Зачем пострадавшему запрокидывают голову при ИВЛ?
3. Как спасатель может защитить себя при проведении ИВЛ?
4. Как проводят вдувание воздуха ребенку?
5. С какой частотой спасатель должен надавливать на грудину пострадавшему при непрямом массаже сердца?
6. Как делают непрямой массаж сердца ребенку?
7. Каковы критерии успешной реанимации?

4. Решите кроссворд по теме «Первая медицинская помощь»

По горизонтали
2. Мягкое или жёсткое приспособление, закрепляющее перевязочный материал (иногда содержащий лекарственные или другие вещества) на поверхности тела больного
4. Восстановление жизненно важных функций организма (прежде всего дыхания и кровообращения).
5. перелом, при котором повреждены мягкие ткани и кожные покровы называется
6. Приступ кратковременной утраты сознания, обусловленный временным нарушением мозгового кровотока.
8. как называется перелом, при котором нет наружных повреждений кожных покровов
10. Смерть или терминальное состояние, возникающее в результате проникновения воды (реже — других жидкостей и сыпучих материалов) в лёгкие и дыхательные пути
11. бывает венозным, артериальным
13. Процесс наложения повязки на рану
14. состояние защищённости жизненно-важных интересов личности, общества, государства от потенциально и реально существующих угроз, или отсутствие таких угроз.

15. Метод создания неподвижности с целью обеспечения покоя пораженному участку тела при повреждениях и заболеваниях.

16. Процесс перемещения пострадавшего в место назначения, посредством тех или иных транспортных средств.

17. Какая повязка накладывается при переломах челюстей

18. Ожог от светового излучения, пламени, кипятка и горячего пара называется

19. Применяют для иммобилизации верхних конечностей и реже для наложения повязок на раны. Особенно широко их применяют при массовых травмах, когда возникает острый недостаток стандартных марлевых бинтов, а также в экспедициях, в быту и т. д.

21. Лекарственная форма в виде пластичной массы, обладающая способностью размягчаться при температуре тела и прилипать к коже, или в виде той же массы на плоском носителе, предназначенная для наружного применения

22. Удар, который возникает при общем перегревании в результате длительного воздействия высокой температуры.

23. Вещество, характеризующее одеревеневшие стенки растительных клеток. Сложное полимерное соединение, содержащееся в клетках сосудистых растений и некоторых водорослях

24. Это совокупность мероприятий, направленных на предупреждение попадания микробов в рану

По вертикали

1. Полное или частичное нарушение целостности кости при нагрузке, превышающей прочность травмируемого участка скелета

3. кровотечение, при котором кровь алого цвета и фонтанирует

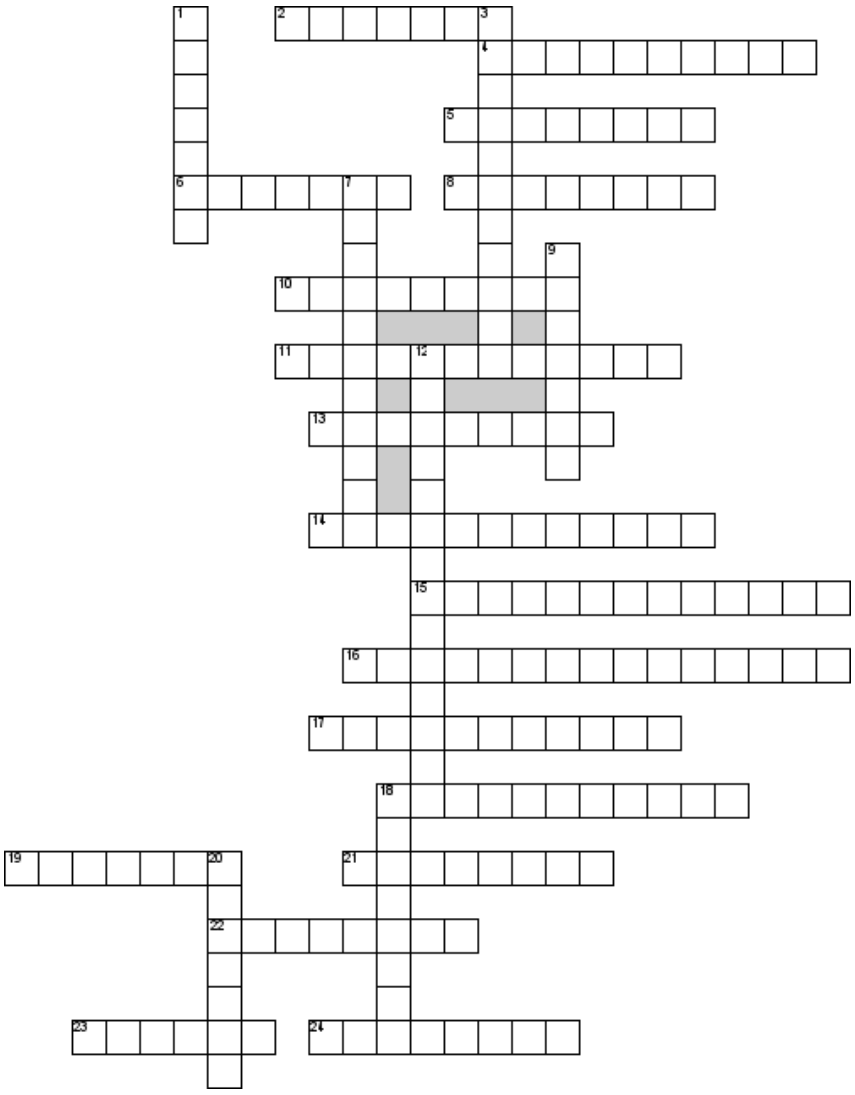
7. Повреждение тканей организма под воздействием низких температур. Нередко сопровождается общим переохлаждением организма и особенно часто затрагивает выступающие части тела, такие как ушные раковины, нос, недостаточно защищённые конечности, прежде всего пальцы рук и ног

9. Средство для обеззараживания раны

12. Препараты, которые необходимо дать пострадавшему, чтобы купировать боль

18. К нему фиксируют сломанную руку при отсутствии стандартных шин и подручных средств

20. Кровеносные сосуды, несущие кровь от сердца к органам.



Практическое занятие № 10
Первая помощь при кровотечениях

Цель: Отработка алгоритмов действий по оказанию первой помощи при кровотечениях

Оборудование: тетрадь, перевязочный материал, подручные средства для наложения жгутов

Время выполнения – 1 час

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Изучить виды кровотечений и заполнить таблицу:

Вид кровотечения	Приемы остановки кровотечений

2. Рассмотрите расположение наиболее доступных для прижатия точек на рисунке 2. Отыщите эти точки у себя на теле и друг у друга.

3. Изучите правила наложения жгута. Составьте алгоритм наложения жгута на конечность.

Заполните таблицу.

Виды кровоостанавливающих жгутов	Время наложения
Ленточные жгуты	
Резиновый жгут Эсмарха	
Атравматичный кровоостанавливающий жгут «Альфа» (Бубнова)	
Жгут SWAT (Stretch Wrap And Tuck)	
Жгут RATS (Rapid Application Tourniquet System)	
Воротковые жгуты	
Жгут кровоостанавливающий ЖК-Медплант (есть модификация с циферблатом)	
Жгут-турникет (C-A-T) Combat Application Tourniquet North American Rescue	
Жгут-турникет SOF Tactical Tourniquet Tactical Medical Solutions (есть модификация Wide)	
Жгут Pyng Medical Mechanical Advantage Tourniquet (M-A-T)	

Запишите наиболее часто встречаются следующие ошибки при наложении жгута.

Попробуйте наложить жгут своему соседу. Норматив времени:

Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
35 секунд	40 секунд	45 секунд

4. Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки) на бедро и плечо.

Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки) на бедро и плечо

Условия выполнения нормативов. Статист, которому накладывают жгут (закрутку), лежит в удобном положении. Учащийся держит развернутый жгут в руках. Материал для наложения закрутки лежит на столе рядом. Жгут (закрутка) накладывается на одежду. На столе рядом лежат блокнот и карандаш. По заданию и команде преподавателя учащийся накладывает жгут (закрутку) на указанную область, указывает время их наложения (часы, минуты) и записку подкладывает под последний ход жгута (закрутки), контролирует отсутствие пульса на периферическом сосуде. Этим заканчивается выполнение норматива.

Возможные ошибки, снижающие оценку на 1 балл. Наложение жгута (закрутки) не на ту область (сторону); чрезмерное перетягивание конечности или наличие пульса на периферическом сосуде; не записано время наложения жгута (закрутки); наложение жгута (закрутки) на голое тело.

Время выполнения нормативов

	отлично	*хорошо*	*удовлетворительно*
Наложение кровоостанавливающего жгута на плечо, бедро	*25 с*	*30 с*	*35 с*
наложение закрутки на плечо, бедро	*45 с*	*50 с*	*55 с*

5. Ответьте на контрольные вопросы (тест)

Выберите один правильный ответ

1. Какому виду кровотечений соответствуют данные признаки: кровь красного цвета, сочится из раны вследствие ссадин, неглубоких порезов; останавливается быстро из-за высокой свёртываемости крови?

А) Капиллярное Б) Венозное В) Артериальное Г) Паренхиматозное

2. Какому виду кровотечений соответствуют данные признаки: кровь тёмно-красная, бордовая, вытекает из раны?

А) Капиллярное Б) Венозное В) Артериальное Г) Паренхиматозное

3. Какому виду кровотечений соответствуют данные признаки: кровь смешанного типа, часто наблюдаются тупые боли в животе, деформация грудной клетки, головокружение, рвота?

А) Капиллярное Б) Венозное В) Артериальное Г) Паренхиматозное

4. Какому виду кровотечений соответствуют данные признаки: кровь ярко-алая, струится из раны?

А) Капиллярное Б) Венозное В) Артериальное Г) Паренхиматозное

5. На сколько можно остановить кровотечение?

А) 30 минут Б) 120 минут

В) 60 минут Г) Зависит от времени года

6. Что из перечисленного является неправильным действием при оказании первой помощи при капиллярном кровотечении?

А) Наложить повязку или пластырь
Б) Вокруг раны обработать спиртовым раствором
В) Обеззаразить открытые участки
Г) Обработать спиртом саму рану

7. Что НЕЛЬЗЯ делать при носовом кровотечении?
А) Приложить холод на переносицу
Б) После спадения кровотечения засунуть турунды, смоченные перекисью, в нос
В) Запрокинуть голову наверх
Г) Обратиться к врачу
8. Что НЕЛЬЗЯ делать при артериальном кровотечении?
А) Сделать пальцевое прижатие артерии
Б) Наложить жгут на голое тело
В) Дать пострадавшему (без аллергии) обезболивающее
Г) Доставить в больницу

9. Что НЕЛЬЗЯ делать при венозном кровотечении?
А) Произвести сгибание раненой конечности
Б) Наложить жгут
В) Доставить в больницу
Г) Закрыть жгут одеждой

10. Что необходимо сделать по истечении 30 минут после наложения жгута?
А) Ослабить жгут на 10 минут, наложить повторно, но на 2 см выше
Б) Снять жгут насовсем
В) Наложить жгут повторно, на это же место
Г) Оставить всё как есть

11. Что называется нарушением целостности кожи, слизистых оболочек с повреждением различных тканей и органов, вызванное механическим воздействием.
А) Перелом Б) Растяжение В) Рана Г) Ушиб

12. Что называется комплексом мероприятий, направленным на уничтожение микробов на коже, в ране или в организме в целом?
А) Профилактика Б) Асептика В) Гигиена Г) Хирургия

13. Что не надо делать при паренхиматозном кровотечении?
А) Доставить пострадавшего в больницу
Б) Положить холод на область предполагаемого кровотечения
В) Положить пострадавшего горизонтально с приподнятыми ногами
Г) Одеть пострадавшего

14. Что нужно сделать при венозном кровотечении?
А) Пальцевое прижатие
Б) Наложить пластырь
В) Максимальное сгибание конечности +давящая повязка
Г) Приложить подорожник

15. Можно ли поверхность раны при капиллярном кровотечении обрабатывать зеленкой?

А) Нет Б) Да В) Зависит от времени года
Г) Зависит от самого пострадавшего

Практическое занятие № 11
Первая помощь при переломах.
Наложение шины на место перелома, транспортировка пострадавшего

Цель: Отработка алгоритмов действий по оказанию первой помощи

Оборудование: тетрадь, перевязочный материал

Время выполнения – 1 час

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Изучить теоретический материал по теме.

2. Наложить шины на голень - отработать порядок наложения шин и косынки
Порядок выполнения:
- подготовить материал для использования в качестве шины;
- наложить шину пострадавшему для иммобилизации перелома голени;
- осуществить перенос пострадавшего с переломом голени в условно безопасное место.

3. Практически отработать порядок иммобилизации пострадавшего.

4. Заполнить таблицу «Переноска пострадавшего»

Поза	Правила переноса пострадавшего
Лежа	
сидя	

5. Ответить письменно на контрольные вопросы
Дать определение понятию «травма».
Перечислить виды травм?
Что означает иммобилизация?
Порядок обработки ожогов.
Особенности оказания первой медицинской помощи при обморожении.

Иммобилизация плеча, предплечья, бедра, голени подручными средствами при переломах

Условия выполнения нормативов. Статист при иммобилизации верхней конечности сидит, при иммобилизации нижней конечности лежит.

Табельные средства иммобилизации верхней конечности: шины Крамера (длина 60 см, ширина 10 см) и (длина 110 см и ширина 12см). Подручные средства иммобилизации: полоски фанеры, рейки и др. длиной 30—50 см, 70—150 см, а также бинты, косынки и вата — в нужном количестве лежат на столе.

Подбирают, моделируют шины и подручные средства иммобилизации сами учащиеся в соответствии с заданием.

Время на их подготовку не учитывается. Иммобилизация при переломах проводится без наложения повязки и поверх одежды.

Возможные ошибки, снижающие оценку на 1 балл. Плохо подогнаны подручные средства иммобилизации; неправильное положение, приданное конечности; имеется подвижность в двух близлежащих к перелому суставах (при переломах бедра неподвижными

должны быть тазобедренный, коленный и голеностопный суставы); при иммобилизации плеча и предплечья рука не подвешена на косынке.

Время выполнения нормативов

	отлично	*хорошо*	*удовлетворительно*
Иммобилизация при переломе плеча	4 мин 30 с	4 мин	5 мин
Иммобилизация при переломе предплечья с	2 мин 40 с	3 мин	3 мин 40 с
Иммобилизация при переломе бедра с	4 мин 45 с	5 мин	6 мин
Иммобилизация при переломе голени	4 мин	5 мин	6 мин

Практическое занятие № 12
Первая помощь при ранениях. Наложение повязок

Цель: Отработка алгоритмов действий по оказанию первой помощи

Оборудование: тетрадь, перевязочный материал

Время выполнения – 1 час

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Изучите виды перевязочного материала, общие правила наложения повязок.

2. Заполните таблицу:

Виды повязок	Материал	Достоинства (+)	Недостатки (-)

3. Наложите повязку по заданию
Задание 1. Наложить повязку на голову
Порядок выполнения:
- подготовить перевязочный материал;
- наложить повязку на голову следующими способами: крестообразная (восьмиобразная) повязка, «Шапочка Гиппократа», повязка «чепец», повязка уздечка, повязка «уздечка» с захватом подбородка.

Задание 2. Наложить повязку на грудь
Порядок выполнения:
- подготовить перевязочный материал
- наложить повязку на грудь методом спиральной повязки.

Задание 3. Наложить повязку верхнюю конечность
Порядок выполнения:
- подготовить перевязочный материал;
- наложить крестообразную повязку на кисть.

4. Ответить на контрольные вопросы:
1. Какие перевязочные материалы применяются при наложении повязок?
2. Как поступают с одеждой пострадавшего при наложении повязки?
3. Особенности использования лейкопластыря.
4. Как нужно располагать бинт в руке при наложении повязки?
5. С чего начинают любую повязку?
6. В каких случаях применяют пращевидную повязку?

Наложение первичной повязки: на голову «чепцом»

Условия выполнения нормативов. Перевязочный материал (бинты нестерильные, завернутые в бумагу, считаются условно стерильными) лежит на столе рядом со статистом, которому накладывается повязка.

Статист располагается в удобном для наложения повязки положении.

По заданию и команде преподавателя учащиеся накладывают указанную повязку пострадавшему. Выполнение норматива завершается закреплением конца бинта.

Возможные ошибки, снижающие оценку на 1 балл. Неправильное положение бинта в руках; нарушение стерильности; наложение повязки не на ту область (сторону), незакрепление повязки.

Время выполнения нормативов.

	отлично	*хорошо*	*удовлетворительно*
Повязка «чепец» на голову	2 мин 30 с	2 мин 50 с	3 мин 10 с
повязка на предплечье, локтевой, с плечевой, коленный и голеностопный суставы	1 мин 50	2 мин	2 мин 10 с

Практическое занятие № 13

Первая помощь при сердечной недостаточности, приступе стенокардии, инфаркте, инсульте, остановке сердца

Цель: Отработка алгоритмов действий по оказанию первой помощи при различных состояниях

Оборудование: манекен Гоша

Время выполнения – 1 час

ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ:

1. Изучить признаки биологической смерти, клинической, состояния комы и обморока. И законспектировать в тетрадь.

2. Изучить правила оказания доврачебной помощи при состояниях клинической смерти, комы и потере сознания. Составить алгоритмы действий при оказании доврачебной помощи.

3. Изучить признаки синего и бледного утопления. Составить алгоритм помощи при утоплении.

4. Ответить на контрольные вопросы:

1. Чем клиническая смерть отличается от биологической?
2. Чем отличается состояние комы от потери сознания?
3. Чем отличается гипергликемическая кома от гипогликемической?
4. Почему пострадавшего в состоянии комы нельзя оставлять лежать на спине?
5. Чем опасна утрата болевой чувствительности в состоянии алкогольной комы?
6. Чем опасен отказ от госпитализации после спасения утопающего?

Автономная некоммерческая организация
среднего профессионального образования
«Московский академический колледж»

УТВЕРЖДАЮ
АНО СПО «МАК»
_____ С.Е. Хмельницкий
«__» ____ 2025 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Москва, 2025 г.

Фонд оценочных средств (ФОС) является элементом системы оценивания сформированности компетенций у обучающихся в целом или на определенном этапе ее формирования. ФОС разрабатывается в соответствии с рабочей программой (РП) дисциплины/модуля/практики и включает в себя набор оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

Типовые оценочные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения.

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проходит в форме **дифференцированного *зачета***.

Каждый семестр оцениваются достигнутые результаты в физкультурно-оздоровительной деятельности.

1 семестр

№ п/п	Наименование тестов	Коэффи-циент	Минимальное количество баллов с учетом коэффициента
1	Челночный бег «Елочка»	4	12
2	Подтягивание на перекладине	5	15
3	Прием мяча из 6 в зону 3 с подачи	4	12
4	Подача мяча на точность	5	15
	ИТОГО (минимальное количество)		**54**

2 семестр

Участие в игре в шахматы – по 2 балла за каждое занятие

ИТОГО (минимальное количество) = 10 баллов

Для освобожденных – защита рефератов, для обучающихся специальных медицинских групп – посещение учебных занятий и сдача нормативов без учета времени. К обучающимся специальной медицинской группы рейтинговая система не применяется.

Дифференцированный зачет

Тест представлен в 6 вариантах по 29 вопросов, включающих в себя выбор одного правильного ответа из предложенных по темам: Общефизическая подготовка, Физиологические основы организма, здоровый образ жизни, виды

спорта (баскетбол, волейбол, настольный теннис, легкая атлетика и лыжная подготовка)

Критерии оценивания теста

Общее количество правильных ответов **– 29**

25-29 правильных ответов – оценка **«отлично»**

20-24 правильных ответов – оценка **«хорошо»**

15-19 правильных ответов – оценка **«удовлетворительно»**

Менее 15 правильных ответов – оценка **«неудовлетворительно»**

Оценка за тест	**Количество баллов**
оценка **«отлично»**	**5**
оценка **«хорошо»**	**4**
оценка **«удовлетворительно»**	**3**
оценка **«неудовлетворительно»**	**2**

Общая оценка по дисциплине

Оценка	**Количество баллов**
оценка **«отлично»**	**Не менее 69**
оценка **«хорошо»**	**Не менее 68**
оценка **«удовлетворительно»**	**Не мене 67**
оценка **«неудовлетворительно»**	**менее 67**

ТЕСТ (проверка знаний)
для промежуточной аттестации
по дисциплине Физическая культура

Инструкция
Внимательно прочитайте вопросы и выберите один правильный ответ.
Ответ запишите в бланк. Время выполнения теста – 20 мин

Вариант-1

1. Документ, являющийся основанием для проведения соревнований, - это:
   1. Протокол соревнований. 2. Положение о соревнованиях.
   3. Карточка участника.

2. Физические упражнения и некоторые другие виды деятельности, имеющие характер состязания это:
   1. Соревнования. 2. Спорт. 3. Физическая подготовка.

3. Физическое воспитание, направленное на подготовку человека к трудовой деятельности – это:
   1. Профессиональная подготовка.
   2. Специальная подготовка. 3. Физическая подготовка.

4. Автоматизированный способ управления движениями в целостном двигательном действии – это:
   1. Двигательные знания. 2. Двигательные умения.
   3. Двигательные навыки.

5. Система координирующая и регулирующая деятельность организма называется:
   1. Кровеносная система. 2. Сердечно-сосудистая система.
   3. Нервная система.

6. Совокупность отрицательных морфофункциональных изменений в организме вследствие длительной малой двигательной активности – это:
   1. Гиподинамия. 2. Гипокинезия. 3. Перетренированность.

7. Нарушением техники безопасности является:
   1. Соблюдение температурного режима.
   2. Излишне свободная одежда и обувь.
   3. Черная подошва обуви.

8. Система розыгрыша при которой участник или команда выбывает из соревнований после первого проигрыша:
   1. Смешанная. 2. Круговая. 3. Олимпийская.

Баскетбол
9. Если игрок забрасывает мяч в свое кольцо, то:
   1. Мяч не засчитывается.
   2. Мяч засчитывается команде соперника.
   3. Мяч засчитывается своей команде.

10. Судья в случае ничейного результата дает дополнительных пятиминуток:
   1. до 2. 2. до 5. 3. неограниченное число раз.

11. Высота баскетбольного кольца:
   1. 2,75 м 2. 3,05 м 3. 3,00 м

12. Отсчёт 3-х секунд начинается заново:
   1. После передачи.
   2. После броска с касанием кольца и (или) щита.
   3. После ошибки соперника.

13. Фол это:
   1. Минутный перерыв. 2. Конец игры. 3. Нарушение правил.

14. Этот жест в баскетболе указывает на то, что:

   1. Мяч в ауте.
   2. Прыжок с мячом.
   3. Остановка времени.

15. Судья в баскетболе в 3-х секундной зоне определяет нарушение правила:
   1. 8 секунд.
   2. 5 секунд.
   3. 3 секунд.

16. Этим жестом в баскетболе показывается что:

   1. Неправильно поставлен заслон.
   2. Нарушено правило расстановки.
   3. Очки не считаются.

17. Этот жест в баскетболе означает:

1. Пробежку.
2. Блокировку.
3. Прыжок с мячом.

Волейбол

18. В одном сете каждая команда может взять перерывов:

1. 1 2. 2 3. 3

19. Мяч для подачи подбрасывается или выпускается:

1. 1 раз. 2. 2 раза. 3. 3 раза.

20. В волейболе разрешается принимать мяч:

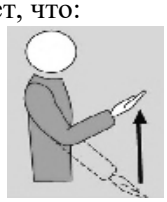
1. Только руками и головой.
2. Только ногами и головой.
3. Всеми частями тела.

21. Этот жест в волейболе означает, что:

1. Мяч в поле.
2. Мяч «За».
3. Спорный мяч.

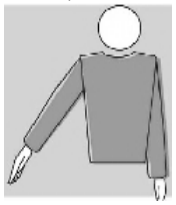
22. Этот жест в волейболе показывает, что:

1. Мяч захвачен или брошен.
2. Прыжок с мячом.
3. Спорный мяч.



23. Этим жестом в волейболе указывается, что:

1. Мяч в поле.
2. Мяч «За».
3. Приглашение на подачу.



Настольный теннис

24. На Чемпионатах Мира и Олимпийских играх играют матчи из:

1. 5 партий. 2. 7 партий. 3. 9 партий.

25. До счета 10:10 в партии разрешается подавать (количество подач)

1. 1. 2. 2. 3. 5.

Легкая атлетика

26. Назовите вид спорта, который не входит в программу л/а:

1. Бег 100 м. 2. Метание диска. 3. Метание дротика.

27. Назовите дистанцию, которая не относится к стайерским:

1. Марафон. 2. 1000 м. 3. 1500 м.

28. Длина марафонской дистанции составляет:

1. 42 км. 2. 42 км. 192,5 м. 3. 42 км. 195 м.

Критерии оценивания

Общее количество правильных ответов **– 29**
25-29 правильных ответов – оценка **«отлично»**
20-24 правильных ответов – оценка **«хорошо»**
15-19 правильных ответов – оценка **«удовлетворительно»**
Менее 15 правильных ответов – оценка **«неудовлетворительно»**

ТЕСТ (проверка знаний)
для промежуточной аттестации
по дисциплине Физическая культура

Инструкция
Внимательно прочитайте вопросы и выберите один правильный ответ. Ответ запишите в бланк. Время выполнения теста – 20 мин

Вариант – 2

1. Формирование черт характера во время занятий, тренировок и соревнований называется:
   1. Нравственное воспитание. 2. Физическое воспитание.
   3. Тренировка.

2. Разминки не бывает:
   1. Общей. 2. Пластичной. 3. Специальной.

3. Процессы энергообразования в организме при физической нагрузке происходящие при участии кислорода, это:
   1. Аэробные. 2. Анаэробные. 3. Паровые.

4. Система, которая вырабатывает гормоны и секреторные вещества называется:
   1. Эндокринная система.
   2. Дыхательная система. 3. Нервная система.

5. Недостаточной двигательной активностью называется:
   1. Перетренированность. 2. Релаксация. 3. Гипокинезия.

6. Образ жизни, при котором сохраняются или расширяются резервы организма, называется:
   1. Здоровым бытом жизни. 2. Здоровым образом жизни.
   2. Индивидуальным образом жизни.

Баскетбол
7. Количество замен, которое можно производить одновременно в баскетболе:
   1. 1. 2. 3. 3. 5.
8. Тренер имеет право взять минутный перерыв:
   1. Когда своя команда владеет мячом.
   2. Когда команда соперника владеет мячом.
   3. При любой остановке игры и после пропущенного мяча в свое кольцо

9. Расстояние от середины кольца до внешнего края 3-ёх очковой линии:

1. 6,00 м 2. 7 м 3. 6,50 м

10. Количество секунд, которое можно находиться игрокам владеющей мячом команды в 3-х секундной зоне противника:

1. 5 секунд 2. 10 секунд 3. 3 секунды

11. Тренировка начинается:

1. С выполнения упражнений на растяжку.
2. С подготовительных общеразвивающих упражнений.
3. Со спринтерского бега.

12. В баскетболе этим жестом показывается:

1. играть ногой.
2. играть с развязанным шнурком.
3. двойное ведение.

13. Этот жест в баскетболе означает:

1. Широко расставленные локти.
2. Толчок.
3. Удар по запястью.

14. Жест (в баскетболе) показывает, что игрок выполнил:

1. Удачный 3-х очковый бросок.
2. Пробежку.
3. Нарушил правило 3-х секунд.

Волейбол

15. Перерыв в волейболе длится:

1. 60 секунд 2. 30 секунд 3. 20 секунд

16. После касания мячом блока команда может выполнить максимально касаний:

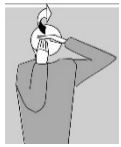
1. 2 2. 3 3. 4

17. Расстояние от лицевой линии до 3-х метровой линии:

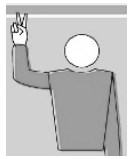
1. 6 м. 2. 5,5 м. 3. 3 м.

18. Нарушением правил в волейболе не является:
1. Переход средней линии. 2. Пробежка. 3. Касания сетки.

19. Этот жест в волейболе показывается:
1. Когда мяч после касания игрока ушёл в аут.
2. При двойном касании.
3. При касании сетки.



20. Этот жест в волейболе означает:
1. Двойное ведение.
2. Двойное касание.
3. 2-х минутный перерыв.



21. В волейболе показывают этот жест:
1. Когда мяч ушёл в аут.
2. Было двойное ведение.
3. При пробежке.

Настольный теннис

22. Каждый игрок в настольном теннисе при счете 10:10 выполняет количество подач:
1. 1 2. 2 3. 3

Легкая атлетика

23. Вес гранаты при метании для девушек:
1. 700 гр. 2. 600 гр. 3. 500 гр.

24. В программе соревнований по легкой атлетике нет:
1. Прыжков в высоту. 2. Прыжков в длину с места.
3. Прыжков с шестом. 4. Тройного прыжка.

25. В легкой атлетике метают дальше всего:
1. Молот. 2. Диск. 3. Копьё.

26. В программу соревнований по легкой атлетике не включено:
1. Бег 100 м.

2. Метание диска.
3. Метание дротика.

Лыжная подготовка

27. Укажите высоту лыжных палок для передвижения классическими лыжными ходами:

1. До груди. 2. До подбородка. 3. До плеча.

28. Не наносят на скользкую поверхность лыж для улучшения скольжения:

1. Лыжные мази. 2. Парафины. 3. Лыжная смола.

29. Выберите допустимый температурный режим для занятий лыжами:

1. до -17º с ветром и до -20º без ветра включительно
2. до -25º градусов без ветра
3. до -20 º с ветром 3 м в секунду.

Критерии оценивания

Общее количество правильных ответов **– 29**
25-29 правильных ответов – оценка **«отлично»**
20-24 правильных ответов – оценка **«хорошо»**
15-19 правильных ответов – оценка **«удовлетворительно»**
Менее 15 правильных ответов – оценка **«неудовлетворительно»**

ТЕСТ (проверка знаний)
для промежуточной аттестации
по дисциплине Физическая культура

Инструкция
Внимательно прочитайте вопросы и выберите один правильный ответ. Ответ запишите в бланк. Время выполнения теста – 20 мин

Вариант - 3

1. Приобретение знаний о рациональных способах выполнения двигательных действий, об использовании их на практике - это:
    1. Эстетическое воспитание.
    2. Умственное воспитание. 3. Этическое воспитание.

2. Тренировка начинается:
    1. С выполнения упражнений на растяжение.
    2. С подготовительных общеразвивающих упражнений.
    3. Со спринтерского бега.

3. Спринт относится:
    1. К ациклическим видам спорта
    2. К циклическим видам спорта. 3. К примерным видам спорта.

4. Физическое воспитание, направленное на подготовку человека к трудовой деятельности, это:
    1. Профессиональная подготовка.
    2. Специальная подготовка. 3. Физическая подготовка.

5. Функциональное состояние, временно возникающее под влиянием продолжительной и интенсивной работы, и приводящее к снижению работоспособности это:
    1. Активность. 2. Усталость. 3. Утомление.

6. Функция кровеносной системы:
    1. Двигательная. 2. Транспортная. 3. Пищеварительная.

7. Максимальный объём воздуха, который может выдохнуть человек после максимального вдоха - это:
    1. Жизненная ёмкость легких. 2. Лёгочная вентиляция.

3. Дыхательный объём.

8. Окружающая среда, питание, физкультура и спорт, трудовая деятельность и отдых. Все это:

1. Факторы здорового образа жизни.
2. Факторы здоровья. 3. Генетические факторы.

9. Пункт положения о соревнованиях, в котором определяется для чего проводится соревнование называется, это:

1. Программа. 2. Цель и задачи. 3. Награждение.

Баскетбол

10. Команда проигрывает из-за нехватки игроков на площадке, если количество игроков:

1. Меньше 3-х. 2. Меньше 2-х. 3. Меньше 4-х.

11. Если мяч во время игры попал в судью, то:

1. Игра останавливается.
2. Игра продолжается, если судья находится на площадке.
3. Назначается спорный мяч, если судья вне площадки.

12. Расстояние от щита до штрафной линии:

1. 5,80 м 2. 6,00 м 3.4,60 м

13. Игрок может держать мяч в руках без ведения и передачи:

1. 8 секунд. 2. 5 секунд. 3. 3 секунды.

14. Для атаки одной команде отводится:

1. 30 секунд 2. 24 секунды 3. 18 секунд

15. Жест в баскетболе указывает:

1. На минутный перерыв.
2. На направление атаки.
3. На сторону, нарушившую правила.

16. Этот жест в баскетболе указывает на:

1. Неспортивный фол.
2. Столкновение.
3. Задержку игры.

4.

17. Этот жест в баскетболе указывает на:

1. Попытка блокирования.
2. Попытку 3-ёх очкового.
3. Задержку мяча.

4.

Волейбол

18. Неполных замен в волейболе можно сделать за один сет:

1. 2. 2. 3. 3. 6.

19. Подачу из-за лицевой линии волейбольной площадки можно подавать:

1. С правой стороны от середины лицевой линии.
2. С левой стороны от середины лицевой линии.
3. По всей длине лицевой линии.

20. Длина лицевой линии волейбольной площадки:

1. 18 м. 2. 9 м. 3. 8 м.

21. При подаче запрещено:

1. Заступать на площадку во время удара по мячу.
2. Заступать на площадку после удара по мячу.
3. Подпрыгивать во время подачи.

22. Этот жест в волейболе указывает, что игрок:

1. Перешел среднюю линию.
2. Подал с площадки.
3. Заступил на 3-х метровую линию.
4. Все выше перечисленное.

23. Такой жест показывается:

1. Когда игрок касается мяча на стороне противника.
2. При касании сетки.
3. При переходе средней линии.

Настольный теннис

24. Размеры теннисного стола:

1. 2,58 х 1,64 м 2. 2,74 х 1,52 м 3. 2,82 х 1,67 м

Легкая атлетика

25. Вес гранаты у юношей:

1. 500 гр. 2. 2. 600 гр. 3. 3. 700 гр.

26. На каждую высоту в прыжках дается попыток:

1. 1 2. 2 3. 3

27. Королева спорта это:

1. Гимнастика. 2. Легкая атлетика.
3. Лыжные гонки. 4. Плавание.

Лыжная подготовка

28. Ход, не относящийся к классическому стилю, называется:

1. Попеременный двушажный ход.
2. Одновременный безшажный ход.
3. Одновременный четырехшажный ход.
4. Одновременный двушажный ход.

29. Какие качества вырабатывает лыжник повторным методом:

1. Быстрота. 2. Ловкость. 3. Силу.

Критерии оценивания

Общее количество правильных ответов **– 29**
25-29 правильных ответов – оценка **«отлично»**
20-24 правильных ответов – оценка **«хорошо»**
15-19 правильных ответов – оценка **«удовлетворительно»**
Менее 15 правильных ответов – оценка **«неудовлетворительно»**

ТЕСТ (проверка знаний)
для промежуточной аттестации
по дисциплине Физическая культура

Инструкция
Внимательно прочитайте вопросы и выберите один правильный ответ. Ответ запишите в бланк. Время выполнения теста – 20 мин

Вариант- 4

1. Упражнения разминки, которые определяются видом спорт:
1. Специальные. 2. Обще-развивающие. 3. Утренняя зарядка.

2. Совокупность специальных, научных знаний и материальных средств, система физического воспитания и достижения в области физического развития народа – это:
1. Физическое совершенство. 2. Физическая культура.
3. Профессиональное обучение.

3. Двигательные действия, использующиеся для физического развития людей.
1. Рефлекторные действия. 2. Физические упражнения.
2. Контрольные задания.

4. Деятельность мышц в условиях сокращения неподвижного положения тела и его звеньев характеризуется как:
1. Неподвижная работа мышц. 2. Статическая работа мышц
2. Динамическая работа мышц.

5. Дыхательная система снабжает организм:
1. Воздухом 2. Кислородом 3. Азотом

6. К личной гигиене не относится:
1. Закаливание. 2. Уход за одеждой.
3. Уход за спортсооружениями. 4. Уход за ногтями и кожей.
7. Основными продуктами питания организма являются:
1. Хлеб, мясо, яйца. 2. Белки, жиры, углеводы.
2. Пиво, водка, бутерброды

Баскетбол

8. Мяч попал в кольцо, но отвергнут сеткой. Действия судьи:

1. Мяч засчитывается. 2. Мяч не засчитывается.
2. Назначается спорный мяч.

9. При попадании штрафного броска игрок наступил на линию. Действия судьи:

1. Просит перебить штрафной бросок.
2. Засчитывает попадание. 3. Не засчитывает попадание.

10. Длина штрафной линии равняется:

1. 2,80 м 2. 4,00 м 3. 3,60 м

11. Игроков на площадке в каждой команде (в баскетболе):

1. 10 человек 2. 6 человек 3. 5 человек

12. На вбрасывание дается:

1. 6 секунд 2. 8 секунд 3. 5 секунд

13. Этим жестом в баскетболе показывается:

1. Пробежка.
2. Замена.
3. Конец партии.

14. Этот жест в баскетболе указывает на:

1. Фол в нападении.
2. Толчок.
3. Прыжок с мячом.

15. Этим жестом в баскетболе показывается:

1. Что игрок получил фол.
2. Что назначено два штрафных броска.
3. Направление атаки.

Волейбол

16. В одном сете можно сделать полных замен:

1. 2. 2. 3. 3. 6.

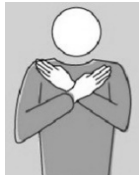
17. Игроку задней линии можно в волейболе произвести атаку через сетку, находясь в зоне нападения:

1. Если мяч находится ниже верхнего края сетки.
2. Если мяч находится выше верхнего края сетки.
3. Только передать мяч двумя руками снизу.

18. Длина боковой линии волейбольной площадки:
1. 18 м 2. 16 м 3. 12 м

19. Победителем в волейбольной партии (кроме 5 партии) является:?
1. Которая набрала 25 очков.
2. Которая набрала 25 очков и более с разницей в 2 очка.
3. Которая набрала 15 очков.

20. Таким жестом в баскетболе команду оповещают о:
1. Замене.
2. Конце партии.
3. Перерыве.



21. Этот жест в баскетболе означает:
1. Пробежка.
2. Замена.
3. Подача с площадки.

Настольный теннис

22. Теннисный стол находится на высоте от пола:
1. 76 см 2. 78 см 3. 80 см

Легкая атлетика

23. Вес гранаты у юношей:
1. 500 гр 2. 600 гр 3. 700 гр

24. Студенты группы должны находиться во время метания гранаты:
1. Справа от метающего.
2. Слева от метающего.
3. За спиной метающего.

25. Длина л/а круга на стандартном стадионе:
1. 300 м 2. 400 м 3. 500 м

26. Обувь в которой соревнуются бегуны на короткие дистанции:
1. Бутсы. 2. Кроссовки. 3. Шиповки. 4. Тапочки.

27. Дальше всего метают:
1. Молот. 2. Диск. 3. Копьё.

Лыжная подготовка

28. Лыжный инвентарь не используется в:
1. Биатлоне 2. Спортивном ориентировании.
3. Прыжках с трамплина 4. Фристайле. 5. Триатлоне.

29. Какие качества вырабатывает лыжник повторным методом:
1. Ловкость 2. Быстрота 3. Силу

Критерии оценивания

Общее количество правильных ответов **– 29**
25-29 правильных ответов – оценка **«отлично»**
20-24 правильных ответов – оценка **«хорошо»**
15-19 правильных ответов – оценка **«удовлетворительно»**
Менее 15 правильных ответов – оценка **«неудовлетворительно»**

ТЕСТ (проверка знаний)
для промежуточной аттестации
по дисциплине Физическая культура

Инструкция
Внимательно прочитайте вопросы и выберите один правильный ответ. Ответ запишите в бланк. Время выполнения теста – 20 мин

Вариант - 5

1. Работа над состоянием морфологических и функциональных свойств и качеств, лежащих в основе определения возрастных особенностей, физической силы и выносливости организма это:
   1. Физическое развитие. 2. Рост человека.
   2. Физические качества.

2. Главная причина травматизма в атлетической гимнастике:
   1. Отсутствие подготовки. 2. Отсутствие страховки.
   2. Отсутствие техники.

3. Состояние, возникающее при недостаточном снабжении тканей организма кислородом:
   1. Гипоксия. 2. Гиподинамия. 3. Гиперемия (покраснение).

4. Лица без отклонений или с незначительными отклонениями в состоянии здоровья с недостаточным физическим развитием и недостаточной подготовленностью относятся к:
   1. Специальной медицинской группе.
   2. Основной медицинской группе.
   3. Подготовительной медицинской группе.

5. Соотношение по которому можно определить избыточный вес человека:
   1. Веса и окружности грудной клетки.
   2. Возраста и веса.
   3. Веса и роста.

Баскетбол
6. Вес баскетбольного мяча должен быть:
   1. 570-670 грамм 2. 550-650 грамм 3. 567-650 грамм

7. Судья засчитывает трёх очковый бросок в случае, когда:

1. Игрок отталкивается из-за штрафной линии и приземляется в круг.
2. Игрок отталкивается из-за трёх очковой дуги и приземляется внутри дуги.
3. Игрок отталкивается от линии трёх очковой дуги и приземляется внутри дуги.

8. Какие размеры имеет баскетбольная площадка.

1. 16х32 м 2. 15х28 м 3. 15х30 м

9. После ловли мяча игрок в движении или ведения перед броском может сделать:

1. 3 шага 2. 4 шага 3. 2 шага

10. Этим жестом показывается:

1. Двойное ведение.
2. Пробежка.
3. Задержка мяча.

11. Разновидность фола определяется этим жестом

1. Технический фол.
2. Пробежка.
3. Обоюдный фол.

12. Этим жестом показывается:

1. Минутный перерыв.
2. Технический фол.
3. Замену.

Волейбол

13. Полных замен в одном сете можно сделать:

1. 2. 2. 3. 3. 6.

14. Блокировать подачу

1. Можно. 2. Можно, только выше верхнего края сетки.
3. Нельзя.

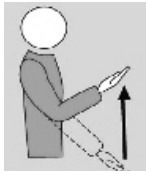
15. Размер волейбольной площадки:
1. 10х20 м 2. 9х18 м 3. 8х16 м

16. Подача в волейболе не бывает:
1. Верхняя прямая. 2. Боковая волнистая. 3. Нижняя прямая.

17. Во время игры на площадке с каждой стороны играет:
1. 6 чел. 2. 5 чел. 3. 12 чел.

18. Этот жест в волейболе означает:
1. Мяч в поле.
2. Мяч «За».
3. Спорный мяч.

19. Этот жест в волейболе показывает, что:
1. Мяч захвачен или брошен.
2. Прыжок с мячом.
3. Спорный мяч.



20. Этот жест в волейболе показывает, что:
1. Было использовано 4 перерыва.
2. Было 4 касания.
3. Правило 4 секунд.

21. Этим жестом волейбольной команде дается право:
1. На перерыв.
2. На двойное касание.
3. На замену.

Настольный теннис

22. Высота сетки для настольного тенниса:
1. 150 мм 2. 152 мм 3. 155 мм

Легкая атлетика

23. Студент может начинать метание гранаты:
1. Когда судья в поле поднял флажок вверх.
2. Когда судья в поле опустил флажок вниз.
3. Когда судья в поле машет флажком над головой.

24. Не метают:
1. Диск. 2. Копьё. 3. Ядро 4. Молот.

25. Этот вид эстафеты не проводят на официальных соревнованиях по л/а:
1. 4х100 м 2. 4х400 м 3. 4х800 м

Лыжная подготовка

26. Самая длинная дистанция которую бегут мужчины на официальных соревнованиях по л/г:
1. 50 км 2. 70 км 3. 30 км

28. Лыжный инвентарь не используется в:
1. Биатлоне. 2. Спортивном ориентировании.
3. Прыжках с трамплина. 4. Фристайле. 5. Триатлоне.

29. Какие качества вырабатывает лыжник повторным методом:
1. Ловкость. 2. Быстрота 3. Силу.

ТЕСТ (проверка знаний)
для промежуточной аттестации
по дисциплине Физическая культура

Инструкция

Внимательно прочитайте вопросы и выберите один правильный ответ.

Ответ запишите в бланк. Время выполнения теста – 20 мин

Вариант – 6

1. Часть воспитания, специально направленная на физическое развитие и совершенствование людей – это:

1. Трудовое воспитание.
2. Физическая подготовка. 3. Физическое воспитание.

2. Соединения, в которых осуществляется движение опорно-двигательного аппарата, это:

1. мышцы. 2. кости. 3. суставы.

3. Состояние полного социального, психологического и физического благополучия, отсутствие болезней и физических недостатков определяет:

1. Здоровье человека.
2. Социальный статус человека. 3. Психику человека.

4. Состояние благополучия человека, когда все органы в порядке, функционируют в норме и обладают резервом:

1. Социальное благополучие.
2. Физическое благополучие. 3. Психическое благополучие.

Баскетбол

5. Действия судьи, если игрок одной из команд наступил на линию при вбрасывании из аута:

1. Требует повторить игрока ввести мяч в игру.
2. Передает мяч сопернику.
3. Судья не считает действия игрока ошибкой.

6. Если во время игры в одной из команд на площадке играет 6 человек, то судья:

1. Дает свисток, предлагает 6 игроку покинуть площадку, и игра продолжается.
2. Ждет ошибку одного из игроков, дает свисток и предлагает покинуть площадку 6 игроку.
3. Дает свисток, назначает технический фол и предлагает 6 игроку покинуть площадку.

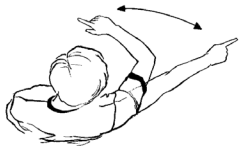
7. Максимальное количество очков можно набрать в баскетболе за одну атак:

1. 2 очка. 2. 3 очка. 3. 4 очка.

8. Такой системы защиты не бывает в баскетболе:
1. Зонной. 2. Общей. 3. Личной.

9. На штрафной бросок отводится:
1. 8 секунд. 2. 5 секунд. 3. 3 секунды.

10. Этот жест в баскетболе показывается в случае:
1. Возвращения мяча в тыльную зону.
2. Задержки мяча.
3. Двойного ведения.



11. В баскетболе этим жестом назначается:
1. один штрафной бросок.
2. 3-х очковый бросок.
3. два штрафных броска.

12. Этот жест в баскетболе означает что:
1. До конца атаки 24 секунды.
2. 24 секунды кончились.
3. 24 очка.

13. Этим жестом начинается игра:
1. Игра.
2. Мяч вернулся в тыловую зону.
3. Новый отсчёт 24 секунд.

Волейбол

14. В волейболе дается игроку на выполнение подачи, после свистка судьи:
1. 3 секунды 2. 5 секунд 3. 8 секунд

15. Высота волейбольной сетки для мужчин:
1. 2,40 м 2. 2,42 м 3. 2,43 м

16. Высота волейбольной сетки для женщин:

1. 2,22 м 2. 2,24 м 3. 2,28 м

17. Противодействие нападающему удару, это:

1. Перемещение. 2. Заслон. 3. Блокирование.

18. Игроки которым находясь на площадке запрещается заступать за 3-х метровую линию при нападающих действиях:

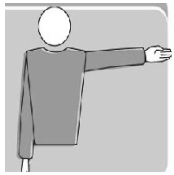
1. Игрокам передней линии.
2. Запасным игрокам. 3. Игрокам задней линии.

19. Этим жестом в волейболе указывается:

1. «Чужой» мяч.
2. Мяч ударился в трос.
3. Игрок коснулся сетки.

20. Этим жестом в волейболе показывается:

1. Подающая сторона.
2. Замена.
3. Зайти на площадку.



21. В волейболе показывают этот жест, когда:

1. мяч ушёл в аут.
2. двойное ведение.
3. пробежка.

4.

Настольный теннис

22. Диаметр мяча в настольном теннисе:

1. 38 мм 2. 40 мм 3. 42 мм

Легкая атлетика

23. К спринту не относится дистанция …

1. 100 м 2. 400 м 3. 800 м

24. Стипль-чез в легкой атлетике это:
1. Барьерный бег. 2. Спортивная ходьба.
3. Бег 3000 м с препятствиями.

25. Основное физическое качество, развивающееся у бегунов стайеров, это:
1. Выносливость. 2. Быстрота. 3. Координация.

26. Студенту разрешается выполнить метание:
1. Когда судья в поле поднял флажок вверх.
2. Когда судья в поле опустил флажок вниз.
3. Когда судья в поле машет флажком над головой.

Лыжная подготовка

27. Самая длинная дистанция у женщин в лыжных гонках:
1. 25 км 2. 50 км 3. 30 км

28. Самая длинная дистанция у мужчин в лыжных гонках:
1. 50 км 2. 70 км 3. 30 км

29. Укажите температуру воздуха, при которой противопоказаны занятия по лыжной подготовке:
1. Температура -20^0 с, без ветра.
2. Температура -22^0 с, без ветра.
3. Температура -17^0 с, с ветром

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов обучения.

Подготовка и написание рефератов

Тематика рефератов

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

1. Основы здорового образа жизни.
2. Физическая культура в обеспечении здоровья студентов.

3. Спорт в физическом воспитании студентов.

4. Физическая культура, как часть физического и спортивного совершенствования.

5. Основы методики обучения двигательным умениям и навыкам.

6. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физической культуры.

Тема 2. Волейбол

1. Волейбол в системе физического воспитания.

2. Воспитание двигательных качеств и способностей в процессе занятия волейболом.

Тема 4. Социально-биологические и психофизические основы физической культуры и спорта

1. Основы спортивной тренировки.

2. Физические и биохимические изменения, происходящие в организме под воздействием активной двигательной деятельности.

3. Средства физической культуры и спорта в совершенствовании функциональных возможностей организма и обеспечении его умственной и физической деятельности, устойчивости к различным условиям внешней среды.

Общие требования к реферату:

1. Максимальный объем страниц – 20.

2. Размеры полей: правое – 10 мм, левое – 30 мм, а нижнее и верхнее по 20 мм.

3. Страницы нумеруются исключительно арабскими цифрами по центру. На титульном листе номер страницы не ставится, но учитывается.

4. Шрифт текста – Times New Roman.

5. Размер кегль – 12-14.

6. Межстрочный интервал – 1,5, кроме титульной страницы.

7. Пишется реферат на листе А4 исключительно на одной стороне листа.

8. Таблицы, формулы и диаграммы вставляются только в том случае, если они действительно раскрывают тему и до максимума помогают сократить реферат.

9. Приложения могут быть в том случае, если таблицы не поместились на лист А4.

Структура реферата:

- титульный лист (Приложение);
- содержание;
- введение;
- основную часть;
- заключение;
- список литературы.

Оформление литературы реферата по ГОСТу 7.80-2000 и 7.82-2001

Оформление источников – нужно давать исключительно достоверную информацию.

Согласно ГОСТу 7.80-2000 литература пишется в алфавитном порядке исходя из фамилии автора. Если есть в списке нормативные акты, их нужно писать перед литературой, а в конце дать ссылки на Интернет-ресурсы.

Инструкторская практика направлена на освоение элементарных умений и навыков ведения учебной работы и судейства соревнований. Обучающиеся готовятся к роли инструктора, помощника тренера и проведению занятий и соревнований в качестве судей.

Необходимые знания:

Написание конспектов для проведения части занятия. Составление комплексов упражнений различной направленности (Пример 1). Помощь в проведении и организации соревнований внутри колледжа.

Судейство соревнований и спортивно-массовых мероприятиях (Пример 2).

В содержание учебной работы входит освоение следующих умений и навыков:

1) знание терминологии;

2) умение наблюдать и анализировать выполнение приемов игры у обучающимися;

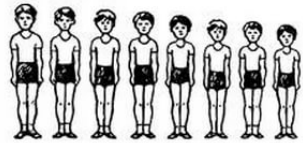
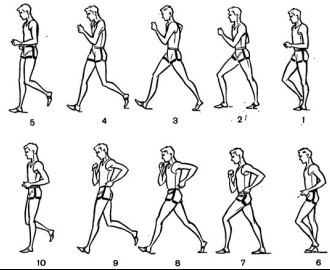
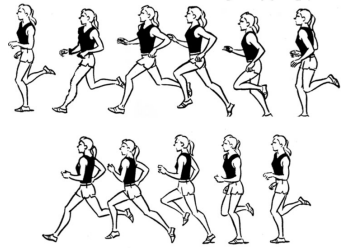
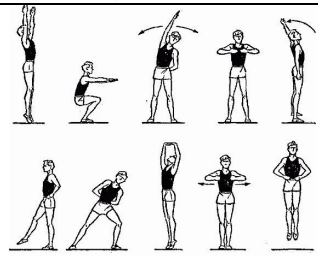
4) определить ошибку при выполнении приема партнером и указать пути ее исправления;

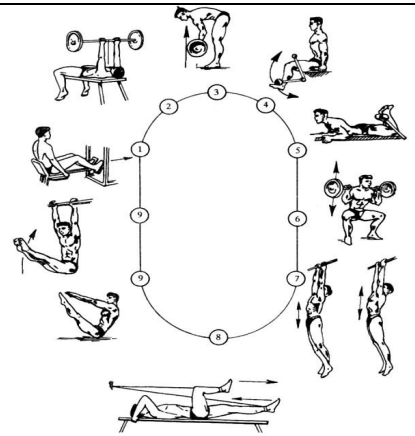
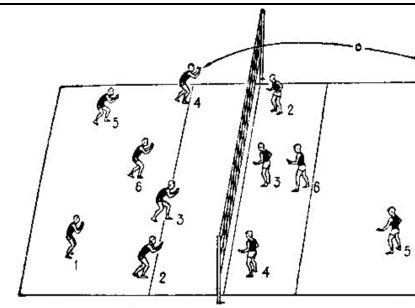
5) составить комплекс упражнений по проведению разминки;

6) составить конспект занятия и провести его с обучающимися группы под наблюдением преподавателя.

Пример 1

Примерный конспект занятий по физической культуре

№	Содержание занятия	Количество времени	Методические указания	Схема/рисунок
1.	Построение, сдача рапорта. Строевые упражнения	3-5 мин	Проверить наличие спортивной обуви	
2.	Ходьба с заданиями	1 мин	Дистанция 1,5 м. Следить за осанкой	
3.	Бег с заданиями Беговые упражнения	5-7 мин 5-7 мин	120 уд/мин	
4.	ОРУ: комплекс упражнений	10-12 мин	Перестроение	

5.	ОФП	10-12 мин	Круговая система	
6.	Спортивные игры	25-30 мин	Судейство	
7.	Подведение итогов	3-5 мин	Оценки	

Пример 2

Судейство соревнований и спортивно-массовых мероприятиях

Спортивное соревнование – это состязание (соперничество) людей в игровой форме с целью выяснения преимущества в степени физической подготовленности, в развитии некоторых сторон сознания.

Во время спортивных соревнований решаются те же педагогические задачи, что и на занятиях физической культурой и спортом в целом, т.е. совершенствование физической, технической, тактической, психической и теоретической подготовленности. Однако при этом все сдвиги, происходящие в организме, превосходят уровень, характерный для тренировочных занятий.

Спортивные соревнования – яркое, эмоциональное зрелище. Удовольствие от спортивных зрелищ возникает вследствие соучастия в них зрителя, которого привлекает высокий уровень развития двигательных качеств, смелые и решительные действия участников, их высокие достижения.

Обеспечить соблюдение правил вида спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании призван спортивный судья – уполномоченное на то организатором спортивного соревнования физическое лицо, прошедшее специальную подготовку и получившее соответствующую квалификационную категорию (п.21 ст.2 Федерального закона о спорте).

Обучающие старших курсов привлекаются в качестве судей на спортивные мероприятия.

2.4. Составление комплексов упражнений различной направленности Составление индивидуальной программы занятий физическими упражнениями в связи с будущей профессиональной деятельностью

Комплексы упражнений атлетической гимнастики.

Методики составления индивидуальных тренировок. Режим труда и отдыха. Спортивные игры как средство активного отдыха. Подвижные игры на свежем воздухе. Оздоровительный бег.

На основании Указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)" введен в действие с 1 сентября 2014 г. в Российской Федерации Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — программную и нормативную основу физического воспитания населения.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Структура Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса состоит из 11 ступеней и включает следующие возрастные группы:

- первая ступень - от 6 до 8 лет;
- вторая ступень - от 9 до 10 лет;
- третья ступень - от 11 до 12 лет;
- четвертая ступень - от 13 до 15 лет;
- **пятая ступень - от 16 до 17 лет;**
- **шестая ступень - от 18 до 29 лет;**
- седьмая ступень - от 30 до 39 лет;
- восьмая ступень - от 40 до 49 лет;
- девятая ступень - от 50 до 59 лет;
- десятая ступень - от 60 до 69 лет;
- одиннадцатая ступень - от 70 лет и старше.

Подготовка к выполнению нормативов ГТО осуществляется на учебных занятиях по физической культуре и во время самостоятельной внеаудиторной работы.

Общие рекомендации по выполнению самостоятельных физических упражнений в домашних условиях см.п.2.3.

Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

V. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 16 до 17 лет)*

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 30 м (с)	4,9	4,7	4,4	5,7	5,5	5,0
	или бег на 60 м (с)	8,8	8,5	8,0	10,5	10,1	9,3
	или бег на 100 м (с)	14,6	14,3	13,4	17,6	17,2	16,0
2.	Бег на 2000 м (мин, с)	–	–	–	12.00	11.20	9.50
	или бег на 3000 м (мин, с)	15.00	14.30	12.40	–	–	–
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	9	11	14	–	–	–
	или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	–	–	–	11	13	19
	или рывок гири 16 кг (количество раз)	15	18	33	–	–	–
	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	27	31	42	9	11	16
4.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+6	+8	+13	+7	+9	+16
Испытания (тесты) по выбору							
5.	Челночный бег 3х10 м (с)	7,9	7,6	6,9	8,9	8,7	7,9
6.	Прыжок в длину с разбега (см)	375	385	440	285	300	345
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	195	210	230	160	170	185
7.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	36	40	50	33	36	44

Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

V. СТУПЕНЬ (возрастная группа от 16 до 17 лет)*

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
Испытания (тесты) по выбору							
8.	Метание спортивного снаряда: весом 700 г (м)	27	29	35	–	–	–
	весом 500 г (м)	–	–	–	13	16	20
9.	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)**	–	–	–	20.00	19.00	17.00
	Бег на лыжах на 5 км (мин, с)**	27.30	26.10	24.00	–	–	–
	или кросс на 3 км (бег по пересечённой местности) (мин, с)	–	–	–	19.00	18.00	16.30
	или кросс на 5 км (бег по пересечённой местности) (мин, с)	26.30	25.30	23.30	–	–	–
10.	Плавание на 50 м (мин, с)	1.15	1.05	0.50	1.28	1.18	1.02
11.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	15	20	25	15	20	25
	или из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	18	25	30	18	25	30
12.	Самозащита без оружия (очки)	15-20	21-25	26-30	15-20	21-25	26-30
13.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (протяжённость не менее, км)	10					
Количество испытаний (тестов) в возрастной группе		13	13	13	13	13	13
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс)		7	8	9	7	8	9

* В выполнении нормативов участвует население до 17 лет включительно

Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

VI. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 18 до 29 лет)*
МУЖЧИНЫ

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		от 18 до 24 лет			от 25 до 29 лет		
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 30 м (с)	4,8	4,6	4,3	5,4	5,0	4,6
	или бег на 60 м (с)	9,0	8,6	7,9	9,5	9,1	8,2
	или бег на 100 м (с)	14,4	14,1	13,1	15,1	14,8	13,8
2.	Бег на 3000 м (мин, с)	14.30	13.40	12.00	15.00	14.40	12.50
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	10	12	15	7	9	13
	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	28	32	44	22	25	39
	или рывок гири 16 кг (количество раз)	21	25	43	19	23	40
4.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+6	+8	+13	+5	+7	+12
Испытания (тесты) по выбору							
5.	Челночный бег 3х10 м (с)	8,0	7,7	7,1	8,2	7,9	7,4
6.	Прыжок в длину с разбега (см)	370	380	430	–	–	–
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	210	225	240	205	220	235
7.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	33	35	37	33	35	37

Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

VI. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 18 до 29 лет)*
МУЖЧИНЫ

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		от 18 до 24 лет			от 25 до 29 лет		
Испытания (тесты) по выбору							
8.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	33	37	48	30	35	45
9.	Бег на лыжах на 5 км (мин, с)**	27.00	25.30	22.00	27.30	26.30	22.30
	или кросс на 5 км (бег по пересечённой местности) (мин, с)	26.00	25.00	22.00	26.30	26.00	22.30
10.	Плавание на 50 м (мин, с)	1.10	1.00	0.50	1.15	1.05	0.55
11.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	15	20	25	15	20	25
	или из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	18	25	30	18	25	30
12.	Самозащита без оружия (очки)	15-20	21-25	26-30	15-20	21-25	26-30
13.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (протяжённость не менее, км)	15					
Количество испытаний (тестов) в возрастной группе		13	13	13	13	13	13
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс)		7	8	9	7	8	9

* В выполнении нормативов участвует население соответствующих возрастных подгрупп до 24 и 29 лет включительно.
** Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования.

Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

VI. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 18 до 29 лет)*
ЖЕНЩИНЫ

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		от 18 до 24 лет			от 25 до 29 лет		
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 30 м (с)	5,9	5,7	5,1	6,4	6,1	5,4
	или бег на 60 м (с)	10,9	10,5	9,6	11,2	10,7	9,9
	или бег на 100 м (с)	17,8	17,4	16,4	18,8	18,2	17,0
2.	Бег на 2000 м (мин, с)	13.10	12.30	10.50	14.00	13.10	11.35
3.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	10	12	18	9	11	17
	или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз)	10	12	17	9	11	16
4.	Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+8	+11	+16	+7	+9	+14
Испытания (тесты) по выбору							
5.	Челночный бег 3х10 м (с)	9,0	8,8	8,2	9,3	9,0	8,7
6.	Прыжок в длину с разбега (см)	270	290	320	–	–	–
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	170	180	195	165	175	190
7.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин)	32	35	43	24	29	37

Нормативы испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

VI. СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 18 до 29 лет)*
ЖЕНЩИНЫ

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		от 18 до 24 лет			от 25 до 29 лет		
Испытания (тесты) по выбору							
8.	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	14	17	21	13	15	18
9.	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)**	21.00	19.40	18.10	22.30	20.45	18.30
	или кросс на 3 км (бег по пересечённой местности) (мин, с)	19.15	18.30	17.30	22.00	20.15	18.00
10.	Плавание на 50 м (мин, с)	1.25	1.15	1.00	1.25	1.15	1.00
11.	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	15	20	25	15	20	25
	или из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	18	25	30	18	25	30
12.	Самозащита без оружия (очки)	15-20	21-25	26-30	15-20	21-25	26-30
13.	Туристский поход с проверкой туристских навыков (протяжённость не менее, км)	15					
Количество испытаний (тестов) в возрастной группе		13	13	13	13	13	13
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс)		7	8	9	7	8	9

* В выполнении нормативов участвует население соответствующих возрастных подгрупп до 24 и 29 лет включительно.
** Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования.

Участие в спортивных состязаниях, праздниках колледжа, а также мероприятиях городского и регионального масштаба.

Участие в спортивных состязаниях, праздниках и спортивных мероприятиях проходит по желанию обучающихся с учетом их физических возможностей.

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и тестирования.

Специфической особенностью реализации содержания дисциплины СГ.04 Физическая культура является ориентация образовательного процесса на получение преподавателем физического воспитания оперативной информации о состоянии здоровья, физического развития, двигательной, психофизической, профессионально-прикладной подготовленности студента.

С этой целью в течение первых двух месяцев обучения в колледже студенты проходят медицинский осмотр (диспансеризацию).

Используя результаты медицинского осмотра студента, преподаватель физической культуры распределяет студентов в медицинские группы по дисциплине: основная, подготовительная и специальные А и Б.

К основной медицинской группе относятся студенты, не имеющие отклонений в состоянии здоровья, с хорошим физическим развитием и достаточной физической подготовленностью.

К подготовительной медицинской группе относятся лица с недостаточным физическим развитием, слабой физической подготовленностью, без отклонений или с незначительными временными отклонениями в состоянии здоровья.

К специальной медицинской группе относятся студенты, имеющие патологические отклонения в состоянии здоровья. Специальная делится в свою очередь на А и Б.

В группу «А» входят студены, освобожденные от соревнований и нормативов по дисциплине, используют на занятиях некоторые программные упражнения в щадящем режиме или упражнения ЛФК.

В группу «Б» входят студены, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий, они осваивают теоретический и учебно-методический материал, готовят рефераты, выполняют индивидуальные проекты.

Таким образом, освоение содержания дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура предполагает, что студентов, освобожденных от занятий физическими упражнениями, практически нет. Вместе с тем в зависимости от заболеваний двигательная активность обучающихся может снижаться или прекращаться.

Все контрольные нормативы по физической культуре студенты сдают в течение учебного года для оценки их функциональной и двигательной подготовленности, в том числе и для оценки их готовности к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Обучающиеся основной и подготовительной групп сдают нормативы в соответствии с возрастом.

Перечень контрольных нормативов (тестов) с учетом рейтинговой системы, необходимых для сдачи в течение всего курса обучения

1 семестр

№ п/п	Наименование тестов	Коэффи-циент	Минимальное количество баллов с учетом коэффициента
1	Челночный бег «Елочка»	4	12
2	Подтягивание на перекладине	5	15
3	Прием мяча из 6 в зону 3 с подачи	4	12
4	Подача мяча на точность	5	15
	ИТОГО (минимальное количество)		**54**

2 семестр

Игра в шахматы – по 2 балла за занятие

ИТОГО (минимальное количество) = 10 баллов

Для освобожденных – защита рефератов, для обучающихся специальных медицинских групп – посещение учебных занятий и сдача нормативов без учета времени. К обучающимся специальной медицинской группы рейтинговая система не применяется.

Дифференцированный зачет

Тест представлен в 6 вариантах по 29 вопросов, включающих в себя выбор одного правильного ответа из предложенных по темам: Общефизическая подготовка, Физиологические основы организма, здоровый образ жизни, виды спорта (баскетбол, волейбол, настольный теннис, легкая атлетика и лыжная подготовка)

Критерии оценивания теста

Общее количество правильных ответов **– 29**
25-29 правильных ответов – оценка **«отлично»**
20-24 правильных ответов – оценка **«хорошо»**
15-19 правильных ответов – оценка **«удовлетворительно»**
Менее 15 правильных ответов – оценка **«неудовлетворительно»**

Оценка за тест	Количество баллов
оценка **«отлично»**	**5**
оценка **«хорошо»**	**4**
оценка **«удовлетворительно»**	**3**
оценка **«неудовлетворительно»**	**2**

Общая оценка по дисциплине

Оценка	Количество баллов
оценка **«отлично»**	**Не менее 69**
оценка **«хорошо»**	**Не менее 68**
оценка **«удовлетворительно»**	**Не мене 67**
оценка **«неудовлетворительно»**	**менее 67**

Требования к результатам обучения
специальной медицинской группы «А»

- Уметь определить уровень собственного здоровья по тестам.
- Уметь составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики.
- Овладеть элементами техники движений: релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах, в плавании.
- Уметь составлять комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления.
- Уметь применять на практике приемы массажа и самомассажа.
- Овладеть техникой спортивных игр по одному из избранных видов.
- Повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкура, кроссовой и лыжной подготовки).
- Овладеть системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений.
- Знать состояние своего здоровья, уметь составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности.
- Уметь определять индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями. Знать основные принципы, методы и факторы ее регуляции.
- Уметь выполнять упражнения (без учета времени):
  - сгибание и выпрямление рук в упоре лежа
  - подтягивание на перекладине (юноши);
  - поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (девушки);
  - прыжки в длину с места;
  - бег 100 м;
  - бег: юноши — 3 км, девушки — 2 км;
  - тест Купера — 12-минутное передвижение

Вид промежуточной аттестации – ***дифференцированный зачет***

Форма – тест и задачи

Тест состоит из 30 вопросов.

Вариант - 1

Тест

для промежуточной аттестации

по дисциплине Основы финансовой грамотности

1. Финансовую защиту благосостояния семьи обеспечивает капитал:

а) резервный б) текущий в) инвестиционный

2. В соответствии с законом о страховании вкладчик получит право на возмещение по своим вкладам в банке в случае:

а) потери доверия к банку у населения

б) отзыва у банка лицензии

в) повышения инфляции

3. Инфляция - это

а) повышение заработной платы бюджетникам

б) повышение покупательной способности денег

в) снижение покупательной способности денег

4. Кредит, выдаваемый под залог объекта, который приобретается (земельный участок, дом, квартира), называется …

а) ипотечный б) потребительский в) целевой

5. Счет до востребования с минимальной процентной ставкой, то есть текущий счет, открывается для карты:

а) кредитной б) дебетовой с овердрафтом в) дебетовой

6. Фондовый рынок – это место, где:

а) продаются и покупаются строительные материалы

б) продаются и покупаются ценные бумаги

в) продаются и покупаются продукты питания

7. Биржа – это место, где:

а) продаются и покупаются автомобили

б) продаются и покупаются ценные бумаги

в) место заключения сделок между покупателями и продавцами

8. Страховые выплаты компенсируются в случае:

а) материального ущерба

б) морального ущерба

в) желания страхователя получить прибыль

9. Выплачиваемая нынешним пенсионерам и формируемая пенсионерам будущим трудовая пенсия по старости, выплачиваемая государством:

а) добавочная б) второстепенная в) базовая

10. Выплачиваемая нынешним пенсионерам и формируемая пенсионерам будущим трудовая пенсия по старости, выплачиваемая государством:

а) главная б) накопительная в) дополнительная

11. Выплачиваемая нынешним пенсионерам и формируемая пенсионерам будущим трудовая пенсия по старости, выплачиваемая государством:

а) страховая б) единоразовая в) основная

12. Дисконт:

а) доход б) скидка в) надбавка

13. Неспособность заемщика (эмитента долговых ценных бумаг) выполнять свои обязанности по займу (погашение, выплата текущего дохода и др.) называется:

а) дефолт б) коллапс в) девальвация

14 Такие обязательства как: банковский кредит, долги друзьям, алименты, квартплата, относят к:

а) активам б) накоплениям в) пассивам

15. Процент, который начисляется на первоначальную сумму депозита в банке, называется:

а) простой б) средний в) сложный

16. Сумма, которую банк берет за свои услуги по выдаче кредита и его обслуживанию, называется:

а) ремиссия б) комиссия в) процент

17. Векселя и облигации относятся к бумагам:

а) дарственным б) долевым в) долговым

18. Вчера курс евро составлял 85,6 рубля, а сегодня – 86,1 рублей. Как изменился курс рубля по отношению к евро:

а) увеличился б) уменьшился в) не изменился

19. Если человек является грамотным в сфере финансов, то в отношении своих доходов он будет вести себя следующим образом:

а) будет стараться израсходовать все свои доходы

б) будет стараться больше покупать как можно больше товаров и услуг

в) будет сберегать часть своего дохода

20. Вы приобретете мобильный телефон компании S в салоне связи P в кредит. Кому Вы должны будете выплачивать кредит:

а) производителю телефона – компании S

б) коммерческому банку

в) салону связи P

21 Вы решили оплатить покупку билета на самолёт через Интернет с помощью банковской карты. Потребуется ли Вам для оплаты покупки вводить ПИН-код:

а) не потребуется

б) да, если на карте не обозначен код CVV2/CVC2

в) да, если интернет-магазин обслуживает тот же банк, что является эмитентом карты покупателя

22. Какую сумму получит клиент банка через 1 год, если он сделал вклад в размере 100000 рублей под 12 % годовых:

а) 101200 рублей б) 112000 рублей в) 120000 рублей

23. Сколько денежных средств потребуется для ремонта помещения площадью 60 м^2, если на аналогичное помещение площадью 20 м^2 потребовалось 35000 рублей:

а) 180000 рублей б) 70000 рублей в) 105000 рублей

24. Какова максимальная сумма страховых выплат АСВ для вкладчиков, в случае прекращения деятельности банка:

а) 500 000 рублей б) 1 400 000 рублей в) 700 000 рублей

25. Если вы решили взять кредит, на что в первую очередь следует обратить внимание:

а) не буду смотреть условия кредита, доверяя банку

б) не буду смотреть, потому что это бесполезно

в) на полную стоимость кредита

26. Страхование - это

а) «финансовый зонтик», который поможет в непредвиденных ситуациях – потеря работы, порча имущества, проблемы со здоровьем и т.д.

б) пустая трата денег, со мной всё будет хорошо

в) для богатых, а у меня нечего страховать

27. При каком уровне дохода на одного члена семьи в месяц нужно начинать планирование семейного бюджета:

а) от 15 000 до 30 000 рублей в месяц

б) более 100 000 рублей в месяц

в) независимо от уровня дохода

28. Представьте, что в предстоящие 5 лет цены на товары и услуги, которые вы обычно покупаете, увеличатся вдвое. Если ваш доход тоже увеличится вдвое, вы сможете купить меньше, больше или столько же товаров и услуг как и сегодня:

а) столько же б) больше в) меньше

29. Представьте, что вы хотите взять в долг 100 000 рублей. Вам предложили деньги или на условиях возврата через год 125 000 рублей, или на условиях возврата через год 100 000 рублей плюс 20 % от суммы долга. Какое из предложений дешевле:

а) первое б) второе в) одинаковы

Задачи

1. Доходность инвестиций составляет 10%. Инфляция = 14%. Определить реальную доходность инвестиций, используя формулу Фишера. Ответ указывать с точностью до десятой доли процента.

2. Доходность инвестиций составляет 12%. Инфляция = 8%. Определить реальную доходность инвестиций, используя формулу Фишера. Ответ указывать с точностью до десятой доли процента.

3. Доходность инвестиций составляет 10%. Инфляция = 15%. Определить реальную доходность инвестиций, используя формулу Фишера. Ответ указывать с точностью до десятой доли процента.

4. Доходность инвестиций составляет 12%. Инфляция = 15%. Определить реальную доходность инвестиций, используя формулу Фишера. Ответ указывать с точностью до десятой доли процента.

5. Найдите в Интернете любую инвестиционную компанию или банк, оказывающие услуги индивидуального доверительного управления и любую Управляющую компанию, являющуюся учредителем Паевого инвестиционного фонда. Сравните условия предоставления услуг и ответьте на вопрос: Какие существенные различия содержатся в договорах.

Критерии оценивания

Уровень подготовки студентов оценивается в баллах: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценки теста

Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл.

Максимальное количество баллов – 29.

Перевод баллов в оценку:

отлично	**хорошо**	**удовлетворительно**	**неудовлетворительно**
27-29	24-26	20-23	19 и менее

Критерии оценки задач

Каждая правильно решенная задача – 2 балла - при наличии подробного решения

При правильном ответе, без решения – 1 балл

Максимальное количество баллов – 10.

Общая оценка за дисциплину – среднее арифметическое из 2х оценок: за тест и за решенные задачи.

Автономная некоммерческая организация
среднего профессионального образования
«Московский академический колледж»

УТВЕРЖДАЮ
АНО СПО «МАК»
_____ С.Е. Хмельницкий
«__» ____ 2025 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОСНОВЫ ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ

Москва, 2025 г.

Фонд оценочных средств (ФОС) является элементом системы оценивания сформированности компетенций у обучающихся в целом или на определенном этапе ее формирования. ФОС разрабатывается в соответствии с рабочей программой (РП) дисциплины/модуля/практики и включает в себя набор оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

Типовые оценочные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения.

Вид промежуточной аттестации – ***дифференцированный зачет***

Форма – тест и задачи

Тест состоит из 30 вопросов.

Вариант - 1

Тест

для промежуточной аттестации

по дисциплине Основы финансовой грамотности

1. Финансовую защиту благосостояния семьи обеспечивает капитал:

а) резервный б) текущий в) инвестиционный

2. В соответствии с законом о страховании вкладчик получит право на возмещение по своим вкладам в банке в случае:

а) потери доверия к банку у населения

б) отзыва у банка лицензии

в) повышения инфляции

3. Инфляция - это

а) повышение заработной платы бюджетникам

б) повышение покупательной способности денег

в) снижение покупательной способности денег

4. Кредит, выдаваемый под залог объекта, который приобретается (земельный участок, дом, квартира), называется …

а) ипотечный б) потребительский в) целевой

5. Счет до востребования с минимальной процентной ставкой, то есть текущий счет, открывается для карты:

а) кредитной б) дебетовой с овердрафтом в) дебетовой

6. Фондовый рынок – это место, где:

а) продаются и покупаются строительные материалы

б) продаются и покупаются ценные бумаги

в) продаются и покупаются продукты питания

7. Биржа – это место, где:

а) продаются и покупаются автомобили

б) продаются и покупаются ценные бумаги

в) место заключения сделок между покупателями и продавцами

8. Страховые выплаты компенсируются в случае:

а) материального ущерба

б) морального ущерба

в) желания страхователя получить прибыль

9. Выплачиваемая нынешним пенсионерам и формируемая пенсионерам будущим трудовая пенсия по старости, выплачиваемая государством:

а) добавочная б) второстепенная в) базовая

10. Выплачиваемая нынешним пенсионерам и формируемая пенсионерам будущим трудовая пенсия по старости, выплачиваемая государством:

а) главная б) накопительная в) дополнительная

11. Выплачиваемая нынешним пенсионерам и формируемая пенсионерам будущим трудовая пенсия по старости, выплачиваемая государством:

а) страховая б) единоразовая в) основная

12. Дисконт:

а) доход б) скидка в) надбавка

13. Неспособность заемщика (эмитента долговых ценных бумаг) выполнять свои обязанности по займу (погашение, выплата текущего дохода и др.) называется:

а) дефолт б) коллапс в) девальвация

14 Такие обязательства как: банковский кредит, долги друзьям, алименты, квартплата, относят к:

а) активам б) накоплениям в) пассивам

15. Процент, который начисляется на первоначальную сумму депозита в банке, называется:

а) простой б) средний в) сложный

16. Сумма, которую банк берет за свои услуги по выдаче кредита и его обслуживанию, называется:

а) ремиссия б) комиссия в) процент

17. Векселя и облигации относятся к бумагам:

а) дарственным б) долевым в) долговым

18. Вчера курс евро составлял 85,6 рубля, а сегодня – 86,1 рублей. Как изменился курс рубля по отношению к евро:

а) увеличился б) уменьшился в) не изменился

19. Если человек является грамотным в сфере финансов, то в отношении своих доходов он будет вести себя следующим образом:

а) будет стараться израсходовать все свои доходы

б) будет стараться больше покупать как можно больше товаров и услуг

в) будет сберегать часть своего дохода

20. Вы приобретете мобильный телефон компании S в салоне связи Р в кредит. Кому Вы должны будете выплачивать кредит:

а) производителю телефона – компании S

б) коммерческому банку

в) салону связи Р

21 Вы решили оплатить покупку билета на самолёт через Интернет с помощью банковской карты. Потребуется ли Вам для оплаты покупки вводить ПИН-код:

а) не потребуется

б) да, если на карте не обозначен код CVV2/CVC2

в) да, если интернет-магазин обслуживает тот же банк, что является эмитентом карты покупателя

22. Какую сумму получит клиент банка через 1 год, если он сделал вклад в размере 100000 рублей под 12 % годовых:

а) 101200 рублей б) 112000 рублей в) 120000 рублей

23. Сколько денежных средств потребуется для ремонта помещения площадью 60 м^2, если на аналогичное помещение площадью 20 м^2 потребовалось 35000 рублей:

а) 180000 рублей б) 70000 рублей в) 105000 рублей

24. Какова максимальная сумма страховых выплат АСВ для вкладчиков, в случае прекращения деятельности банка:

а) 500 000 рублей б) 1 400 000 рублей в) 700 000 рублей

25. Если вы решили взять кредит, на что в первую очередь следует обратить внимание:

а) не буду смотреть условия кредита, доверяя банку

б) не буду смотреть, потому что это бесполезно

в) на полную стоимость кредита

26. Страхование - это

а) «финансовый зонтик», который поможет в непредвиденных ситуациях – потеря работы, порча имущества, проблемы со здоровьем и т.д.

б) пустая трата денег, со мной всё будет хорошо

в) для богатых, а у меня нечего страховать

27. При каком уровне дохода на одного члена семьи в месяц нужно начинать планирование семейного бюджета:

а) от 15 000 до 30 000 рублей в месяц

б) более 100 000 рублей в месяц

в) независимо от уровня дохода

28. Представьте, что в предстоящие 5 лет цены на товары и услуги, которые вы обычно покупаете, увеличатся вдвое. Если ваш доход тоже увеличится вдвое, вы сможете купить меньше, больше или столько же товаров и услуг как и сегодня:

а) столько же б) больше в) меньше

29. Представьте, что вы хотите взять в долг 100 000 рублей. Вам предложили деньги или на условиях возврата через год 125 000 рублей, или на условиях возврата через год 100 000 рублей плюс 20 % от суммы долга. Какое из предложений дешевле:

а) первое б) второе в) одинаковы

Задачи

1. Доходность инвестиций составляет 10%. Инфляция = 14%. Определить реальную доходность инвестиций, используя формулу Фишера. Ответ указывать с точностью до десятой доли процента.

2. Доходность инвестиций составляет 12%. Инфляция = 8%. Определить реальную доходность инвестиций, используя формулу Фишера. Ответ указывать с точностью до десятой доли процента.

3. Доходность инвестиций составляет 10%. Инфляция = 15%. Определить реальную доходность инвестиций, используя формулу Фишера. Ответ указывать с точностью до десятой доли процента.

4. Доходность инвестиций составляет 12%. Инфляция = 15%. Определить реальную доходность инвестиций, используя формулу Фишера. Ответ указывать с точностью до десятой доли процента.

5. Найдите в Интернете любую инвестиционную компанию или банк, оказывающие услуги индивидуального доверительного управления и любую Управляющую компанию, являющуюся учредителем Паевого инвестиционного фонда. Сравните условия предоставления услуг и ответьте на вопрос: Какие существенные различия содержатся в договорах.

Критерии оценивания

Уровень подготовки студентов оценивается в баллах: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценки теста

Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл.

Максимальное количество баллов – 29.

Перевод баллов в оценку:

отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно

27-29	24-26	20-23	19 и менее

Критерии оценки задач

Каждая правильно решенная задача – 2 балла - при наличии подробного решения

При правильном ответе, без решения – 1 балл

Максимальное количество баллов – 10.

Общая оценка за дисциплину – среднее арифметическое из 2х оценок: за тест и за решенные задачи.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов обучения.

Требования к выполнению практических работ

Практические работы выполняются обучающимися в обязательном порядке по указанию преподавателя.

Работы выполняются в рабочей тетради и сдаются для проверки преподавателю. Полученная оценка выставляется в журнал и учитывается при освоении учебной дисциплины в целом.

Критерии оценивания практических работ

«Отлично»- ответы на задачи или письменные вопросы даны полностью и правильно. При ответе присутствуют причинно-следственные связи.
Общее количество правильных ответов- 90-100%.

«Хорошо» -в ответах на задачи или письменные вопросы присутствуют неточности или отсутствуют некоторые моменты. При ответе не всегда присутствуют причинно-следственные связи. Общее количество правильных ответов – 80-89%.

«Удовлетворительно» - ответы на задачи или письменные вопросы даны частично. Общее количество правильных ответов – 70-80%.

«Неудовлетворительно» - ответы на задачи или вопросы либо отсутствуют, либо даны неправильные ответы, либо ответ содержит менее половины правильного ответа. Общее количество правильных ответов – менее 69%.

Практическое занятие № 1

Тема «Кредиты: брать или не брать»

Цель: сформировать умения применять знания по финансовой грамотности в быту и профессиональной деятельности

Время выполнения - 2 часа

Порядок выполнения:

1. Решите практические задачи (см.[1] стр.78-79)

Практическая задача 1

1. Распределите потенциальных заёмщиков по убыванию надёжности и объясните свой выбор.

А) Профессор, 45 лет, зарплата 40 тыс. руб. в месяц, есть машина и квартира.

Б) Индивидуальный предприниматель, 30 лет, может подтвердить доход от бизнеса 30 тыс. руб. в месяц за последние три месяца, в прошлом – два просроченных кредита.

В) Ученик колледжа, 21 год, поручителем выступает старший брат с доходом 30 тыс. руб. в месяц.

Г) Пенсионерка, 70 лет, владелец двухкомнатной квартиры и деревенского дома, пенсия + доход 15 тыс. руб. в месяц от сдачи квартиры.

2. Кому из заёмщиков банк, скорее всего, откажет в кредите и почему?

Практическая задача 2

Если клиент банка возьмёт 40 тыс. руб. в кредит на два года под 25% годовых при эффективной ставке по кредиту 30%, каков будет ежемесячный платёж? Если этот клиент просрочит 12-й и 13-й платежи и погасит их только вместе с 14-м платежом, а штраф за просроченный платёж составит 70% от суммы ежемесячного платежа, сколько всего он заплатит за два года?

Практическая задача 3

Какую вещь или услугу вы хотели бы приобрести в кредит. Это может быть любое крупное приобретение: автомобиль, новая мебель, оплата образования. (Не выбирайте квартиру или дом – это ипотека)

1. Определите (с помощью Интернета) примерную стоимость выбранного товара (услуги).

2. Выясните условия кредитования в различных банках, имеющих отделения в вашем городе (например, на портале www.banki.ru). Под какой процент и на какой срок вы можете взять кредит?

3. Оцените ваш будущий семейный бюджет. Можете ли вы позволить себе такой кредит? Если да, переходите к следующему пункту. Если нет, замените выбранный товар (услугу) на что-то более доступное.

4. Позвоните в один из понравившихся вам банков (зайдите на его сайт) и узнайте, какую эффективную ставку банк готов предложить вашей семье. Составьте с помощью онлайн-калькулятора график и размер выплат по кредиту. Ещё раз оцените, можете ли вы позволить себе этот кредит.

Практическое занятие № 2

Тема «Облигации. Акции: что выгоднее?»

Цель: сформировать умения применять знания по финансовой грамотности в быту и профессиональной деятельности

Время выполнения - 2 часа

Порядок выполнения:

1. Решите практические задачи (см.[1] стр.137)

Практическая задача 1

Компания ПАО «Супер-Эмитент» в ноябре 2016 г. разместила облигации номиналом 1000 руб. со сроком погашения через четыре года и купоном 18% годовых с выплатой раз в год.

1. За сколько вы готовы купить эту облигацию, если ставка дисконтирования 20%? А если ставка дисконтирования 15%?

2. Если вы купили эту облигацию за 962 руб., когда до погашения оставалось чуть меньше двух лет, и держали до конца срока, какова её чистая годовая доходность после уплаты налогов? Какова её доходность, если бы вы держали облигацию один год и один день и продали за 975 руб.?

Практическая задача 2

1. На сайте АКРА изучите рейтинг российских эмитентов ценных бумаг и рейтинг эмиссий (www.acra-ratings.ru: Рейтинги → Рейтинг эмиссий или Рейтинг эмитентов). В строке «Поиск» введите запрос «облигация». Затем в поле «Рейтинг» выберите категорию ААА. Назовите три компании, чьи облигации имеют самый высокий рейтинг. Выше ли он рейтинга государственных облигаций с аналогичным сроком? Обсудите со сверстниками, какую часть сбережений они были бы готовы вложить в корпоративные облигации, а какую – в государственные. (Если хотите узнать доходность этих облигаций, найдите график изменения цен облигаций на портале https://quote.rbc.ru, введя название облигации в строке поиска*.)

2. Назовите три компании с самым низким рейтингом (выберите в поле «Рейтинг» соответствующую категорию). Обсудите с родителями, насколько рискованно приобретать такие облигации. Какова должна быть доходность этих облигаций, чтобы привлечь ваших родителей?

Практическое занятие № 3
Тема «Страховой рынок России»

Цель: сформировать умения применять знания по финансовой грамотности в быту и профессиональной деятельности

Время выполнения - 2 часа

Порядок выполнения:

1. Решите практические задачи (см.[1] стр.208-209)

Изучите структуру страхового рынка России по видам страхования, представленную в таблице, и ответьте на вопросы.

Вид страхования	Страховые премии (взносы), млн руб.		Выплаты по договорам страхования, млн руб.	
	2008 г.	2017 г.	2008 г.	2017 г.
Всего по добровольному и обязательному страхованию	954 754,2	1 284 990,8	633 233,6	513 205,4
Добровольное страхование – всего	468 764,4	1 036 531,8	200 512,4	316 736,1
В том числе: *Личное страхование*	128 479,6	593 826,8	69 553,3	157 180,1
В том числе страхование: жизни	19 229,8	331 734,7	6 089,1	36 709,8
от несчастных случаев и болезни	34 760,1	121 811,4	4 396,7	14 508,6
медицинское	74 489,7	140 280,6	59 067,5	105 961,7
Имущественное страхование	**340 284,8**	**442 705,0**	**130 959,1**	**178 222,2**
В том числе страхование: имущества юридических лиц	162 393,9	185 509,2	41 627,2	73 901,1
имущества граждан	152 363,2	164 311,3	86 241,1	63 395,0
предпринимательских и финансовых	4 069,5	35 322,1	427,5	13 350,0
гражданской ответственности рисков	21 458,3	53 617,5	2 663,3	7 370,1
Обязательное страхование – всего	485 989,8	248 459,0	432 721,2	196 469,4
В том числе: *Личное страхование*	405 609,3	18 328,3	384 302,1	16 520,1
Имущественное страхование	80 380,5	230 130,8	48 419,1	179 949,3

в том числе страхование гражданской ответственности	80 361,4	230 130,7	48 414,0	179 949,3
из него владельцев транспортных средств	80 355,6	224 259,5	48 314,0	178 754,3

Источник: по данным Росстата

1. Как изменилась структура российского рынка страхования с 2008 по 2017 г.? Какие виды страхования занимали наибольшую долю на рынке в 2008 г. и какие – в 2017 г.?

2. Какую долю на этом рынке занимало добровольное страхование имущества граждан в 2008 и 2017 гг.? По вашему мнению, это много или мало? Нужно ли семьям страховать своё имущество?

Практическое занятие № 4
Тема «Налоговая декларация»

Цель: сформировать умения применять знания по финансовой грамотности в быту и профессиональной деятельности

Время выполнения - 2 часа

Порядок выполнения:

1. Решите практические задачи (см.[1] стр.235)

1. Воспользуйтесь порталом ФНС России https://service.nalog.ru/ inn.do, чтобы узнать, есть ли у вас ИНН.

2. Обсудите с родителями, были ли в вашей семье или у ближайших родственников расходы, связанные с лечением в медицинских организациях России или очным обучением. Имеют ли члены вашей семьи право на получение социального налогового вычета?

3. Узнайте, получают ли ваши родители налоговый вычет в связи с наличием детей.

4. Сайт ФНС России предоставляет примеры заполнения налоговых деклараций по форме 3-НДФЛ (https://www.nalog.ru: Налогообложение в РФ → Действующие в РФ налоги и сборы → Налог на доходы физических лиц (НДФЛ) → Налоговые вычеты → Примеры заполнения налоговых деклараций по форме 3-НДФЛ). Если вы определили, что члены вашей семьи могут претендовать на получение социального вычета, помогите им заполнить налоговую декларацию.

5. Если ваша семья не может претендовать на социальный вычет, используйте сайт ФНС России для заполнения гипотетической налоговой декларации. Пусть некий Александр Булочкин получил в предыдущий год доход в виде заработной платы от ООО «Вологодские спички» и оплатил обучение своего сына в колледже.

Стоимость обучения в колледже и размер заработной платы, а также все остальные недостающие данные придумайте сами. Оцените, на какой налоговый вычет может претендовать Александр. Чему оказался равен налоговый вычет?

Не подавайте данную декларацию в налоговую инспекцию!
Это может быть расценено как предоставление заведомо ложных данных.

Практическое занятие № 5
Тема «Пенсионный калькулятор»

Цель: сформировать умения применять знания по финансовой грамотности в быту и профессиональной деятельности

Время выполнения - 2 часа

Порядок выполнения:

1. Зайдите на сайт Пенсионного фонда РФ www.pfr.ru и рассчитайте свою будущую пенсию

Практическое занятие № 6
Тема «Решение практических задач»

Цель: сформировать умения применять знания по финансовой грамотности в быту и профессиональной деятельности

Время выполнения - 2 часа

Порядок выполнения:

1. Решите практические задачи (см.[1] стр.296-297)

Предприятие «Мопс-М» занимается пошивом комбинезонов для карликовых пород собак. Каждая швея изготавливает 25 комбинезонов в месяц. Предположим, что одна швейная машинка служит 12 месяцев и каждой швее нужно по машинке.

В декабре прошлого года бухгалтерия предоставила следующие данные.

Наименование	**Стоимость, руб.**
Цена комбинезона	2000
Аренда швейного цеха, в месяц	50 000
Зарплата швеи, в месяц	20 000
Стоимость швейной машинки класса «Б»	5 000
Стоимость расходных материалов (ткани, ниток и пуговиц) для пошива одного комбинезона	400
Отопление и освещение в цехе, в месяц	15 000
Аренда офиса, в месяц	25 000

Зарплата директора, бухгалтера, менеджера по продажам, в месяц	120 000

1. Рассчитайте прибыль компании в декабре прошлого года, если было сшито 300 комбинезонов. Какова прибыль от продажи одного комбинезона?

2. Какова была выручка в декабре? Каковы были затраты на труд? На материалы? Можете ли вы выделить ещё одну статью переменных расходов (кроме труда и материалов)? Каковы были накладные расходы?

3. Как изменится общая прибыль, если бы было произведено 350 комбинезонов? 250 комбинезонов? Как изменилась бы прибыль от продажи одного комбинезона?

4. Выгодно ли директору предприятия заменить в следующем году машинки класса «Б» на машинки класса «А», которые позволяют одной швее изготавливать 30 комбинезонов в месяц, но стоят по 7 тыс. руб.?

5. Если профсоюз швей устроит забастовку и потребует повышения зарплаты до 25 тыс. руб. в месяц, будет ли выгоден переход на машинки класса «А»? Насколько это позволит сократить штат сотрудников, если цель производства в следующем году – 330 комбинезонов в месяц?

Тема эссе

Найдите в Интернете или в печатных изданиях информацию о банкротстве какой-либо российской или зарубежной компании. Опишите, чем занималась компания. Укажите, сколько в ней было сотрудников до банкротства. Что стало причиной банкротства? Если банкротство произошло в период экономического кризиса, то какие фирмы стали его жертвами? Принимало ли государство меры для оздоровления компании? Какие последствия имело банкротство для сотрудников и (или) акционеров?

Практическое занятие № 7
Тема «Стартап»

Цель: сформировать умения применять знания по финансовой грамотности в быту и профессиональной деятельности

Время выполнения – 4 часа

Порядок выполнения:

1. Решите практические задачи (см.[1] стр.332)

Создание собственной компании

1. Придумайте идею создания новой компании в вашем регионе.
2. Кого бы вы пригласили в команду? Чем эти люди могли бы помочь проекту?

3. Сколько времени потребуется, чтобы создать прототип вашего продукта или начать предоставлять вашу услугу?

4. Узнайте на сайте Министерства экономики вашего региона, можете ли вы получить субсидию на свой проект.

5. Какие программы реализует Фонд содействия инновациям в настоящее время? Можете ли вы получить финансирование под свой проект в этом фонде?

Исследовательское задание

Выберите любую частную компанию, которая была создана за последние 10 лет (если ваши родители работают в подобной компании, можете выбрать её). Изучите деятельность компании и ответьте на вопросы.

1. Какая идея бизнеса была у создателей компании?

2. Какие основные ресурсы компания использует?

3. Сколько человек работает в компании и как она нанимает сотрудников (если известно)?

4. Какую правовую форму имеет компания?

5. Если кто-нибудь из учредителей решит выйти из бизнеса, как он может это сделать? Имеет ли он право на долю имущества компании?

Автономная некоммерческая организация
среднего профессионального образования
«Московский академический колледж»

УТВЕРЖДАЮ
АНО СПО «МАК»
_____ С.Е. Хмельницкий
«__» ____ 2025 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОСНОВЫ БЕРЕЖЛИВОГО ПРОИЗВОДСТВА

Москва, 2025 г.

Фонд оценочных средств (ФОС) является элементом системы оценивания сформированности компетенций у обучающихся в целом или на определенном этапе ее формирования. ФОС разрабатывается в соответствии с рабочей программой (РП) дисциплины/модуля/практики и включает в себя набор оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине/модулю/практике.

Типовые оценочные материалы, необходимые для оценки образовательных результатов обучения.

Форма промежуточной аттестации – ***дифференцированный зачет.***

Вид – тест

Критерии оценки

В процентном соотношении оценки (по пятибалльной системе) выставляется выставлять в следующих диапазонах:

Оценка	отличн о	хорош о	удовлетворитель но	неудовлетворител ьно
Критерии	90-100%	75-89%	51-74%	50 и менее %
Количест во баллов	18-20	17-15	14-11	10 и менее

Тест

для промежуточной аттестации

по дисциплине Основы бережливого производства

Инструкция

Внимательно прочитайте задания и запишите правильные ответы.

Блок 1 – Выберите один правильный ответ из предложенных

Блок 3 – Установите соответствие

Блок 4 – Установите последовательность действий
Блок 5 – Задания на классификацию
Время выполнения – 40 минут.
Вариант 1

Блок 1. Выберите один правильный вариант ответа

1. Родоначальником концепции бережливого производства считается …

А) Эдвардс Деминг Б) Уолтер Эндрю Шухарт
В) International Organization for Standardization Г) Тайити Оно

2. Бережливое производство – это ..

А) Производственный метод, направленный на увеличение затрат
Б) Метод управления, фокусирующийся на снижении рисков
В) Подход к управлению, ориентированный на устранение потерь и повышение эффективности
Г) Система контроля качества

3. Процесс систематической проверки и упорядочивания рабочего места называется …

А) Управление проектами Б) Метод критического пути
В) Система КАНБАН Г) Метод 5S

4. Ключевым принципом в бережливом производстве является …

А) Увеличение объемов производства Б) Снижение цен
В) Устранение потерь Г) Сокращение времени работы

5. Какой принцип бережливого производства сосредоточен на создании ценности для клиента?

А) Устранение потерь Б) Метод TQM
В) Кайдзен Г) Ориентация на ценность

6. На каком предприятии впервые системно применили принципы и инструменты Бережливого производства?

А) Motorola Б) Toyota В) Ford Г) General Electrics

7. Какой из принципов бережливого производства направлен на вовлечение всех сотрудников в процесс улучшения?

А) Принцип Партнерства Б) Принцип Управления качеством

В) Принцип Just-In-Time Г) Принцип вовлеченности

8. Диаграмма Исикавы изображает …

А) Причины возникновения проблемы Б) Возможные пути решения проблемы

В) Ответственных за возникновение проблемы

Г) Затраты на ликвидацию последствий проблемы

Блок 2. Выберите несколько правильных ответов

9. Целями бережливого производства являются:

А) сокращение затрат, в том числе трудовых

Б) сокращение видов новой продукции

В) гарантия поставки продукции заказчику

Г) максимальное качество при определённой стоимости либо минимальная стоимость при определённом качестве

10. Укажите принципы бережливого производства.

А) Безопасность

Б) Взаимоотношение "заказчик-поставщик"

В) По первому требованию заказчика

Г) Качество

Д) Люди - самый ценный актив

Е) Гемба - решение вопросов на производственной площадке

Ж) Кайдзен - непрерывное усовершенствование

11. Внутренними затратам на дефект являются

А) Отходы и переделки, возникшие по вине поставщиков
Б) Обучение вопросам качества
В) Переделки и ремонт
Г) Проверки и испытания

12. Выберите виды потерь:

А) Ремонт оборудования Б) Перепроизводство
В) Ожидание Г) Уборка рабочей зоны
Д) Лишняя траектория Е) Лишние движения
Ж) Избыток запасов З) Переналадка оборудования
И) Лишние этапы обработки К) Исправление и брак

Блок 3. Установите соответствие

13. Соотнесите термин с его определением.

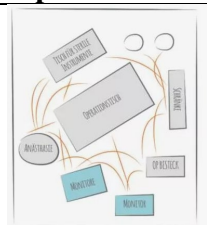
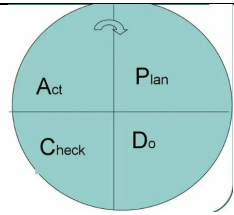
Термин	Определение
1) Кайдзен	А) фактическое место производства товара или услуги
2) Хейдзунка (Heijunka)	Б) это метод управления, который нацелен на улучшение бизнес-процессов, увеличение эффективности и сокращение времени, необходимого для выполнения операций.
3) Гемба	В) выравнивание производства по видам и объему продукции в течение фиксированного периода времени

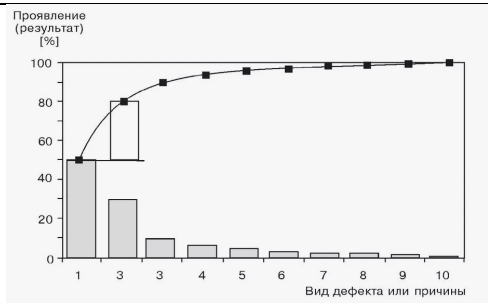
14. Соотнесите термин с его определением.

Термин	Определение
1) Ценность продукта	А) Система производства, при которой изготавливается необходимое потребителю количество нужных изделий в определенный им срок

2) Точно вовремя	Б) Новый тип производства, в котором ценность продукции определяется с точки зрения потребителя
3) Бережливое производство	В) Полезность продукта с точки зрения потребителя, создаваемая производителем в результате выполнения ряда последовательных действий

15. Соотнесите название с изображением

Название	Изображение
1) Диаграмма связей	А) 
2) Диаграмма Исикавы	Б) 
3) Диаграмма Парето	В)
4) Диаграмма «спагетти»	Г)

5) Цикл Деминга	Д) 

Блок 4. Установите последовательность действий

16. Установите по порядку принципы системы 5S

А) Сортировка
Б) Стандартизация
В) Содержание в чистоте
Г) Соблюдение порядка
Д) Совершенствование

17. Укажите правильную последовательность этапов быстрой переналадки

А) Упростить все элементы операций переналадки
Б) Разделить действия на внутренние и внешние
В) Стандартизация нового процесса.
Г) Преобразовать внутренние действия во внешние.
Д) Оценка текущего общего времени переналадки

18. Запишите стадии производственных процессов, начиная с первого

А) Контроль
Б) Хранение
В) Обработка
Г) Транспортировка
Д) Подготовка

Блок 5. Задание на классификацию

19. Разнесите особенности производства по их типам

Тип производства	Особенности производства
1) Традиционное производство 2) Бережливое производство	А) Перепроизводство продукции, которая не нужна потребителю. Б) Выпускается только такое количество продукции, которое требуется на следующей стадии. В) Оборудование переналаживается медленно. Г) Отсутствует брак. Д) Нет затрат на хранение. Е) Происходит накопление и складирование готовых изделий. Ж) Сокращаются затраты на устранение брака.

Блок 6. Допишите определения

20. Напишите термин, которому соответствует данное определение.

Все операции, на которые затрачиваются ресурсы, но которые не создают новую ценность - это _____.

Вариант 2

Блок 1. Выберите один правильный вариант ответа

1. Какой из принципов бережливого производства направлен на вовлечение всех сотрудников в процесс улучшения?

А) Принцип Партнерства Б) Принцип Управления качеством

В) Принцип Just-In-Time Г) Принцип вовлеченности

2. Первая идея бережливого производства, сформулированная Г. Фордом – это …

А) массовое производство на основе конвейера;

Б) производство должно быть построено по принципу «точно всрок»;

В) запасы являются необходимым и не взвинчивают цены

3. Диаграмма Исикавы изображает …

А) Причины возникновения проблемы Б) Возможные пути решения проблемы

В) Ответственных за возникновение проблемы Г) Затраты на ликвидацию последствий проблемы

4. Система 5 S обеспечивает

А) повысить безопасность рабочего места Б) организовать рабочее место

В) повысить производительность Г) для всего перечисленного

5. Диаграмма Парето основана на принципе …

А) непрерывного совершенствования Б) минимизации затрат

В) 80/20 Г) увеличения производительности

6. Понятие «ценность» означает:

А) Совокупность свойств продукта, по которым оценивается его стоимость

Б) Цена продукта, указанная в прайс- листе компании

В) Совокупность свойств продукта или услуги, за которые потребитель готов заплатить

Г) Все ответы верны

7. Родоначальником концепции бережливого производства считается …

А) Эдвардс Деминг Б) Уолтер Эндрю Шухарт

В) International Organization for Standardization Г) Тайити Оно

8. На каком предприятии впервые системно применили принципы и инструменты Бережливого производства?

А) Motorola Б) Toyota В) Ford Г) General Electrics

Блок 2. Выберите несколько правильных ответов

9. Выберите виды потерь:

А) Ремонт оборудования Б) Перепроизводство

В) Ожидание Г) Уборка рабочей зоны

Д) Лишняя траектория Е) Лишние движения

Ж) Избыток запасов З) Переналадка оборудования

И) Лишние этапы обработки К) Исправление и брак

10. Целями бережливого производства являются:

А) сокращение затрат, в том числе трудовых

Б) сокращение видов новой продукции

В) гарантия поставки продукции заказчику

Г) максимальное качество при определённой стоимости либо минимальная стоимость при определённом качестве

11. Укажите принципы бережливого производства.

А) Безопасность

Б) Взаимоотношение "заказчик-поставщик"

В) По первому требованию заказчика

Г) Качество

Д) Люди - самый ценный актив

Е) Гемба - решение вопросов на производственной площадке

Ж) Кайдзен - непрерывное усовершенствование

12. Внутренними затратами на дефект являются

А) Отходы и переделки, возникшие по вине поставщиков

Б) Обучение вопросам качества

В) Переделки и ремонт

Г) Проверки и испытания

Блок 3. Установите соответствие

13. Соотнесите термин с его определением.

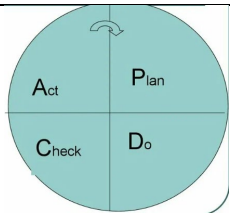
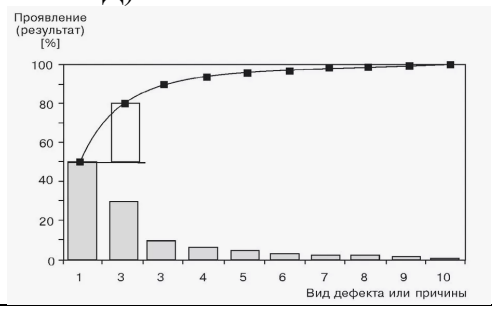
Термин	Определение
1) Ценность продукта	А) Система производства, при которой изготавливается необходимое потребителю количество нужных изделий в определенный им срок
2) Точно вовремя	Б) Новый тип производства, в котором ценность продукции определяется с точки зрения потребителя
3) Бережливое производство	В) Полезность продукта с точки зрения потребителя, создаваемая производителем в результате выполнения ряда последовательных действий

14. Соотнесите термин с его определением.

Термин	Определение
1) Кайдзен	А) фактическое место производства товара или услуги
2) Хейдзунка (Heijunka)	Б) это метод управления, который нацелен на улучшение бизнес-процессов, увеличение эффективности и сокращение времени, необходимого для выполнения операций.
3) Гемба	В) выравнивание производства по видам и объему продукции в течение фиксированного периода времени

15. Соотнесите название с изображением

Название	Изображение

1) Диаграмма связей	А)
2) Диаграмма Исикавы	Б) 
3) Диаграмма Парето	В)
4) Диаграмма «спагетти»	Г)
5) Цикл Деминга	Д) 

Блок 4. Установите последовательность действий

16. Запишите стадии производственных процессов, начиная с первого

А) Контроль
Б) Хранение
В) Обработка
Г) Транспортировка
Д) Подготовка

17. Укажите правильную последовательность этапов быстрой переналадки

А) Упростить все элементы операций переналадки
Б) Разделить действия на внутренние и внешние
В) Стандартизация нового процесса.
Г) Преобразовать внутренние действия во внешние.
Д) Оценка текущего общего времени переналадки

18. Установите по порядку принципы системы 5S

А) Сортировка
Б) Стандартизация
В) Содержание в чистоте
Г) Соблюдение порядка
Д) Совершенствование

Блок 5. Задание на классификацию

19. Разнесите особенности производства по их типам

Тип производства	**Особенности производства**
1) Традиционное производство 2) Бережливое производство	А) Перепроизводство продукции, которая не нужна потребителю. Б) Выпускается только такое количество продукции, которое требуется на следующей стадии.

	В) Оборудование переналаживается медленно. Г) Отсутствует брак. Д) Нет затрат на хранение. Е) Происходит накопление и складирование готовых изделий. Ж) Сокращаются затраты на устранение брака.

Блок 6. Допишите определения

20. Напишите термин, которому соответствует данное определение.

Все операции, на которые затрачиваются ресурсы, но которые не создают новую ценность - это _____.