

**Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение
высшего образования
«ФИНАНСОВЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»
(Финуниверситет)**

Тульский филиал Финуниверситета

Кафедра «Философия, история и право»

УТВЕРЖДАЮ

Директор филиала
Г.В. Кузнецов
24 декабря 2024 г.



И.В. Бормотов

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И
СПОРТУ**

для студентов, обучающихся по направлению подготовки
09.03.02 Информационные системы и технологии,
образовательная программа «Информационные технологии в экономике»,
профиль «Информационные технологии в управлении цифровой
экономикой»

Рекомендовано Ученым советом Тульского филиала Финуниверситета
(протокол от 24 декабря 2024 г. № 22)

Одобрено кафедрой «Философия, история и право»
(протокол от 17 декабря 2024 г. № 4)

Тула 2024

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

КОД И НАИМЕНОВАНИЕ ОПОП:

09.03.02 Информационные системы и технологии

Образовательная программа - Информационные технологии в экономике

Профиль «Информационные технологии в управлении цифровой экономикой»

Общее количество заданий

Код компетенции	Наименование компетенции	Количество заданий
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	40
Всего:		40

Количество заданий по дисциплине в одном варианте

Код компетенции	Наименование компетенции	Количество заданий
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	20
Всего:		20

Типы заданий

Наименование типа тестовых заданий	Номер типа тестовых заданий
Задание закрытого типа на установление соответствия	1
Задание закрытого типа на установление последовательности	2
Задание открытого типа с развернутым ответом	3

Распределение заданий по компетенциям

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование индикаторов сформированности компетенции	Семестр	Номер задания
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	2-6	1.1 - 1.10; 2.1. – 2.10
		2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	2-6	1.11 – 1.20; 2.11 – 2.20

Типы, уровень сложности и время выполнения заданий

Код компетенции	Индикатор сформированности компетенции	Номер задания	Тип задания	Уровень сложности задания	Время выполнения задания (мин.)
УК-7	1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	1.1-1.5; 2.1 – 2.5	1	Базовый	2
УК-7	1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	1.6 – 1.10; 2.6 – 2.10	2	Повышенный	4
УК-7	1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	1.11 – 1.12; 2.11 – 2.12	3	Высокий	8
УК-7	2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	1.13 – 1.20; 2.13 – 2.20	3	Высокий	8

Тестовые задания, позволяющие осуществлять оценку компетенций, установленных для дисциплины

Вариант 1

Задание 1.1.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между состоянием организма и признаками переутомления:

Состояние организма:

- а) Утомление
- б) Переутомление

Признаки:

- 1. Снижение продуктивности труда.
- 2. Снижение интенсивности и скорости движений.
- 3. Повышенное потоотделение.
- 4. Значительное покраснение кожных покровов.
- 5. Ослабленное внимание
- 6. Одышка
- 7. Учащенное сердцебиение.
- 8. Нарушение координации движений.
- 9. Нарушение согласованности и ритмичности работы разных групп мышц.
- 10. Пропадает желание выполнять какие-либо действия.
- 11. Поверхностное дыхание через рот
- 12. Головная боль, тошнота, рвота

Ответ:

Задание 1.2.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между характером работы и количеством мышечных групп, вовлечённых при этом в работу:

Характер работы

- 1. глобальный характер работы
- 2. локальный характер работы
- 3. региональный характер работы

Количество мышечных групп

- А) 2/3 и более мышечных групп
- Б) от 1/3 до 2/3 мышечных групп
- В) до 1/3 мышечных групп

Ответ:

Задание 1.3.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между видом спорта и временем игры:

Вид спорта

- 1. баскетбол
- 2. гандбол
- 3. футбол
- 4. регби
- 5. хоккей

Время игры

- а) 2 по 30 мин.

- б) 2 по 45 мин.
- в) 3 по 20 мин.
- г) 4 по 10 мин.
- д) 2 по 40 мин

Ответ:

Задание 1.4.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между видами испытаний ВФСК ГТО и проявляемыми двигательными способностями человека:

Виды испытаний комплекса ГТО

- 1. Бег на 60 или 100 метров
- 2. Прыжок в длину с места
- 3. Метание мяча в цель
- 4. Подтягивание на перекладине
- 5. Наклон из положения стоя
- 6. Бег на 2 км

Двигательные способности человека

- а) скоростно-силовые способности
- б) координационные способности
- в) скоростные способности
- г) выносливость
- д) гибкость
- е) силовые способности

Ответ:

Задание 1.5.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между приемами и видами спорта:

- а) Волейбол
- б) Баскетбол
- 1) прием
- 2) ведение
- 3) пас
- 4) ловля
- 5) подача
- б) нападающий удар

Ответ:

Задание 1.6.

Прочитайте текст и установите последовательность:

В какой последовательности необходимо проводить обучение способам поворотов на лыжах:

- а) упором
- б) переступанием
- в) «плугом»
- г) на параллельных лыжах

Ответ:

Задание 1.7.

Прочитайте текст и установите последовательность:

В какой последовательности необходимо проводить обучение ведению мяча в баскетболе:

- а) высокое ведение на месте поочередно правой и левой рукой в стойке с выставленной вперед ногой
- б) высокое ведение в заданном коридоре с изменением направления движения переводом мяча с руки на руку перед собой
- в) объяснение и показ
- г) высокое ведение в движении по прямой: одной и другой рукой

Ответ:

Задание 1.8.

Прочитайте текст и установите последовательность:

Установите последовательность выполнения верхней подачи в волейболе:

- а) прицельтесь;
- б) подготовьте мяч для удара;
- в) ударьте;
- г) подбросьте мяч;
- д) займите позицию
- е) размахнитесь

Ответ:

Задание 1.9.

Прочитайте текст и установите последовательность:

Между техническими приёмами в волейболе и возможными ошибками в процессе обучения им:

- 1. передача мяча сверху двумя руками
- 2. нижняя прямая подача
- 3. верхняя прямая подача с опоры
- 4. приём мяча снизу двумя руками
- а) подброс мяча не оптимален по высоте и не в сагиттальной плоскости
- б) в момент приёма руки в локтях согнуты
- в) удар по мячу выше пояса и ненапряжённой кистью
- г) неточный выход под мяч (мяч не перед лицом)

Ответ:

Задание 1.10.

Прочитайте текст и установите последовательность:

Установите правильную последовательность обучения техники броска баскетбольного мяча двумя руками от груди:

- а) Броски мяча со средней дистанции (3м – 3,60м);
- б) Согласованность движений рук и ног;
- в) Броски мяча в сочетании с другими техническими приёмами;
- г) Исходное положение;
- д) Бросок мяча с близкой дистанции (1,5м – 2м);
- е) Выпуск мяча с различной траекторией полёта.

Ответ:

Задание 1.11.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:
Назовите критерии физического развития.

Ответ:

Задание 1.12.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:
Перечислите признаки переутомления.

Ответ:

Задание 1.13.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:
Игрок команды А обманным ударом направляет мяч на сторону команды Б и мяч приземляется снаружи боковой линии, близко к ней, так, что часть мяча проецируется на линию, но не касается ее. Звучит свисток судьи.
Какое решение примет судья?

Ответ:

Задание 1.14.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:
Игрок команды А выполняет передачу в прыжке вдоль сетки товарищу по команде. Опускаясь после передачи он задевает сетку. Звучит свисток.
Какое решение примет судья и покажет жест?

Ответ:

Задание 1.15.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:
Вы систематически занимаетесь физической культурой: дома, на стадионе, в университете.
Перечислите правила поведения при занятиях физической культурой и спортом.

Ответ:

Задание 1.16.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:
При выполнении игроком команды «А» последнего метрового броска мяч не коснулся кольца; мяч передан игроку команды «Б» для вбрасывания из-за боковой линии.
Возможна ли замена игроков?

Ответ:

Задание 1.17.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:
Во время борьбы за переходящий мяч над сеткой игроки обеих команд совершают обоюдную ошибку. Звучит свисток судьи.
Какое решение примет судья?

Ответ:

Задание 1.18.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Анаэробная выносливость:

Ответ:

Задание 1.19.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Метаболизм:

Ответ:

Задание 1.20.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Физическая активность:

Ответ:

Вариант 2.

Задание 2.1.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между видами спорта и времени игры:

	Виды спорта		Время игры
а	баскетбол	1	2 по 30 мин.
б	гандбол	2	2 по 45 мин.
в	футбол	3	3 по 20 мин.
г	регби	4	4 по 10 мин.
д	хоккей	5	2 по 40 мин.

Ответ:

Задание 2.2.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между видами гибкости и их характеристикой:

Виды гибкости:	Характеристики:
1. активная гибкость	а) подвижность во всех суставах человеческого тела, позволяющая выполнять разнообразные движения с максимальной амплитудой
2 пассивная гибкость	б). способность человека достигать больших амплитуд движения за счёт сокращения мышечных групп, проходящих через тот или иной сустав
3. общая гибкость	в). значительная или даже предельная подвижность лишь в отдельных суставах, соответствующая требованиям конкретного вида деятельности
4. специальная гибкость	г) определяется наибольшей амплитудой движений, которую можно достичь за счёт приложения к движущей части тела внешних сил

Ответ:

Задание 2.3.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между видами испытаний ВФСК ГТО и проявляемыми двигательными способностями человека:

Виды испытаний комплекса ГТО:	Двигательные способности человека:
1. Бег на 60 или 100 метров	а) скоростно-силовые способности
2. Прыжок в длину с места	б) координационные способности
3. Метание мяча в цель	в) скоростные способности
4. Подтягивание на перекладине	г) выносливость
5. Наклон из положения стоя	д) гибкость
6. Бег на 2 км	е) силовые способности

Ответ:

Задание 2.4.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между состоянием организма и признаками переутомления:

Состояние организма:	Признаки:
а) Утомление	1. Снижение продуктивности труда.
б) Переутомление	2. Снижение интенсивности и скорости движений.
	3. Повышенное потоотделение.
	4. Значительное покраснение кожных покровов.
	5. Ослабленное внимание.
	6. Одышка
	7. Учащенное сердцебиение.
	8. Нарушение координации движений.
	9. Нарушение согласованности и ритмичности работы разных групп мышц.
	10. Пропадает желание выполнять какие - либо действия.
	11. Поверхностное дыхание через рот
	12. Головная боль, тошнота, рвота.

Ответ:

Задание 2.5.

Прочитайте текст и установите соответствие:

Между физическими качествами и упражнениями:

Качества:	Упражнения:
1 Выносливость	а) Челночный бег, метание предметов
2 Сила	б) плавание без остановок от 25м до 100м.
3 Скорость	в) пружинящие приседания
4 Ловкость, координация	г) подвижные игры
5 Гибкость	д) лазание по канату, шесту, поднимание гантелей.

Ответ:

Задание 2.6.

Прочитайте текст и установите последовательность:

Последовательность действий при нападающем ударе в волейболе:

- а) Прыжок;
- б) Удар по мячу;
- в) Разбег;
- г) Выбор траектории движения волейболиста.

Ответ:

Задание 2.7.

Прочитайте текст и установите последовательность:

Последовательность исполнения движения V-step в аэробике:

- а) Шаг одной ногой вперед в сторону (если начинаем с правой ноги – шагаем ей вперед вправо, если с левой – вперед
- б) Возвращаем первую ногу на место;

- в) Шаг второй ногой вперед в другую сторону;
- г) Шаг вторую ногу на место.

Ответ:

Задание 2.8.

Прочитайте текст и установите последовательность:

Расположите последовательно виды нагрузки, рекомендуемые для тренировок, от наименьшей до наибольшей.

- а) Анаэробные тренировки
- б) Оздоровительные тренировки
- в) Аэробные тренировки
- г) Фитнес- тренировки

Ответ:

Задание 2.9.

Прочитайте текст и установите последовательность:

Установите правильную последовательность упражнений в разминке?

- а) Ходьба;
- б) Специальные беговые упражнения;
- в) Упражнения для мышц ног;
- г) Упражнения для мышц туловища;
- д) Упражнения для мышц рук;
- е) Упражнения для мышц шеи;
- ж) Бег трусцой.

Ответ:

Задание 2.10.

Прочитайте текст и установите правильную последовательность

В какой последовательности целесообразно выполнять перечисленные ниже упражнения для повышения скорости бега в основной части (после разминки) самостоятельного занятия:

- а) дыхательные упражнения;
- б) дыхательные упражнения в интервалах отдыха;
- в) легкий продолжительный бег;
- г) повторный бег на короткие дистанции;
- д) прыжковые упражнения с отягощением и без;
- е) ходьба.

Ответ:

Задание 2.11.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Какое решение принимает волейбольный арбитр, если команда проигрывает розыгрыш при своей подаче?

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.12.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Как в футболе выявляется победитель при ничейном счете в матчах плей-офф?

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.13.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Перечислите виды аэробики и дайте их классификацию:

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.14.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Дайте характеристику структуре и содержанию занятий оздоровительной аэробикой.

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.15.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Назовите основные различия самбо от дзюдо?

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.16.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Перечислите ринговые дисциплины в кикбоксинге. Дайте им характеристику.

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.17.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

В каком стиле спортивного плавания ноги пловца выполняют толчковые движения?

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.18.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Назовите прикладные виды спорта:

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.19.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Ситуативная задача в баскетболе. После сигнала в конце первой половины игры игрок «А-3» получает технический фол; это третий фол игроку.

Решение судьи?

Ответ:

Обоснование ...

Задание 2.20.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ:

Назовите, что представляют собой ациклические упражнения:

Ответ:

Обоснование ...

Ключи к оцениванию заданий

Вариант 1.

№ задания	Верный ответ	Критерии оценивания
1.1.	A1; B2,3,4,5,6,7,8	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.2.	1A; 2B; 3Б	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.3.	1Г; 2А; 3Б; 4Д; 5В	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.4.	1В; 2А; 3Б; 4Е; 5Д; 6Г	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.5.	A1,5,6; B2,3,4	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.6.	БАВГ	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.7.	ВАБГ	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.8.	ДБАГЕВ	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.9.	1Г2А3В4Б	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.10.	ГБЕДАВ	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.11.	Сравнительная оценка физического развития индивида с помощью средних величин, зафиксированных у близких по возрасту, полу, социальному составу людей.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.12.	Накопление (кумуляция) утомления в результате неправильного режима труда и отдыха, не обеспечивающего необходимого восстановления сил и проявляющееся в снижении работоспособности и продуктивности труда, появлении раздражительности, головных болях, расстройстве сна и др. Различают – начинающееся, легкое, выраженное и тяжелое переутомление.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие

1.13.	1) мяч «в площадке» 2) подача мяча переходит к другой команде. 3) подачу надо повторить	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.14.	Если игрок команды А во время игры в волейбол выполняет передачу в прыжке вдоль сетки и, опускаясь после неё, задевает сетку, то судья примет решение «касание сетки».	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.15.	1. Контроль за здоровьем. 2. Соблюдение правил на спортивных объектах. 3. Наличие спортивной формы и сменной обуви. 4. Выполнение упражнений с разрешения преподавателя. 5. Соблюдение интервалов при поточном выполнении упражнений. 6. Бережное отношение к спортивному инвентарю.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.16.	Замена игроков в данной ситуации невозможна, так как судья уже передал мяч игроку.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.17.	В случае обоюдной ошибки судья примет решение «двойное касание»	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.18.	Способность мышц поддерживать работу в условиях недостаточного поступления кислорода.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
1.19.	Обмен веществ в организме, совокупность процессов анаболизма – создания и превращения живой материи, и катаболизма – процессов распада тканевых, клеточных структур и сложных соединений для энергетического и пластического обеспечения процессов жизнедеятельности. В более узком смысле метаболизм – это промежуточные превращения определенных веществ (белков, жиров,	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие

	углеводов и др.) внутри клеток с момента их поступления до образования конечных продуктов обмена веществ	
1.20.	Целенаправленная двигательная деятельность человека, выступающая как природно- и социально детерминированная необходимость, потребность организма и личности в поддержании гомеостаза, обеспечении морфологических, функциональных, биомеханических и психологических условий реализации генетической и социокультурной программы развития в онтогенезе и преодоления факторов, этому препятствующих.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие

Ключи к оцениванию заданий

Вариант 2.

№ задания	Верный ответ	Критерии оценивания
2.1.	1Г; 2А; 3Б; 4Д; 5В	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.2.	1(Б), 2(В), 3(А), 4(Г)	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.3.	1(А), 2(Б), 3(В), 4(Г), 5(Д), 6(Е)	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.4.	<i>А. Утомление:</i> 1. Снижение продуктивности труда. <i>Б. Переутомление:</i> 2. Снижение интенсивности и скорости движений, 3. Повышенное потоотделение, 4. Значительное покраснение кожных покровов, 5. Ослабленное внимание, 6. Одышка,	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие

	7. Учащённое сердцебиение, 8. Нарушение координации движений, 9. Нарушение согласованности и ритмичности работы разных групп мышц, 10. Пропадает желание выполнять какие-либо действия, 11. Поверхностное дыхание через рот, 12. Головная боль, тошнота, рвота	
2.5.	1Б, 2Д, 3А, 4Г, 5В	1 балл – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.6.	В, А, Б, Г	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.7.	А, В, Б, Г	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.8.	В, А, Г, Б	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.9.	А, Ж, Е, Д, Г, В, Б	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.10.	Г, Д, В, Б, А, Е	2 балла – полное совпадение с верным ответом 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.11.	Если команда проигрывает розыгрыш при своей подаче, волейбольный арбитр принимает решение о «потере права на подачу». При этом команда теряет очко, а противник получает право подавать.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.12.	В футболе при ничейном счёте в матчах плей-офф назначаются два дополнительных тайма по 15 минут. В коротком перерыве команды меняются местами.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие

	Если по истечении дополнительного времени исход по-прежнему ничейный, то назначается серия пенальти	
2.13.	Виды аэробики: классическая аэробика, степ-аэробика, танцевальная аэробика, фитбол-аэробика, аквааэробика, силовая аэробика. Классификация аэробики: оздоровительная, прикладная и спортивная.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.14.	Структура занятий оздоровительной аэробикой включает три части: - подготовительная (разминка); - основная; -заключительная	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.15.	Стоит сказать, что дзюдо – это японское боевое искусство, а самбо – советское. Дзюдо появилось еще в конце 19-го века. Важным отличием между единоборствами является то, что в дзюдо нет ударных приемов. Также нельзя применять болевые приемы на ноги. В самбо это возможно. В самбо нельзя применять удушения, а дзюдо основано на бросках и удушениях. У самбистов стойка ниже, чем дзюдоистов. Также есть различия и в экипировке.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.16.	Ринговые дисциплины в кикбоксинге: фулл-контакт, лоу-кик и K1. Характеристика дисциплин: 1. Фул-контакт. Разрешены удары руками и ногами в голову и туловище выше пояса, подсечки. Каждый обязан нанести не менее шести ударов ногами за раунд.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие

	2. Лоу-кик. То же, что и фулл-контакт, только с разрешением использовать удары по бёдрам. 3. К-1. Самый жёсткий вид кикбоксинга, в котором разрешены удары руками и ногами в голову и корпус, а также удары ногами и коленями по ногам, включая суставы.	
2.17.	Толчковые движения ногами выполняются в стиле спортивного плавания «брасс».	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.18.	К прикладным видам спорта относятся: авто-мотоспорт, гребной, водно-моторный, конный спорт.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.19.	<i>Решение судьи:</i> фол будет записан на вторую четверть, а штрафные броски будут пробиваться перед началом третьей четверти.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие
2.20.	Ациклические упражнения — это упражнения, на протяжении выполнения, которых резко меняется характер двигательной активности. К таким упражнениям относятся, например: прыжки, метания, спортивные игры и единоборства.	3 балла – полное совпадение с верным ответом по смыслу 1 балл – правильный, но не полный ответ 0 баллов – неверный ответ или его отсутствие