

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович
Должность: Ректор
Дата подписания: 11.03.2024 15:28:21
Уникальный прогамма-код:
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ»
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)**

Кафедра Социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук

**Методические материалы по выполнению контрольной работы по
дисциплине
«Информационные технологии в физической культуре и спорте»**

Для заочной формы обучения по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

Разработчик:
Ветров В.А.,
ст. преподаватель

Рассмотрено на
заседании кафедры
СГПиЕН
Протокол от «11»
февраля 2020 г. № 14

Чайковский 2020

ВВЕДЕНИЕ

Уменьшение удельного веса аудиторных занятий в современных условиях образования актуализирует самообразовательную деятельность студентов в форме индивидуального усвоения личностно значимых знаний и выработки умений и навыков самосовершенствования. В этой связи, огромным потенциалом обладают различные формы самостоятельной работы. Одной из форм организации такой работы является контрольная работа.

Контрольная работа выполняется в соответствии с рабочим учебным планом по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура и способствует развитию необходимых навыков практического использования методов, изучаемых на лекционных занятиях.

Высокий уровень информатизации высшего образования рассматривается как обязательное условие подготовки конкурентоспособных специалистов в области физической культуры и спорта. Только обладая достаточным уровнем «информационной компетенции», современный специалист способен находить рациональные способы решения стоящих перед ним задач. Для принятия правильного решения необходимо учитывать массу факторов (уровень физической подготовленности, степень развития функциональных систем организма, спортсмена, особенности развития его психики, характер питания и многое другое), влияющих на учебно-тренировочный процесс.

Цель учебного курса «Информационные технологии в физической культуре и спорте» заключается в повышении уровня информационно-коммуникационной компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта на основе использования в учебном процессе современных информационных технологий.

1. Общие положения

Контрольная работа является формой текущего контроля (оценки) знаний. Данный вид контроля позволяет объективно оценить уровень подготовленности и самостоятельности студента по ключевым темам изучаемого курса «Информационные технологии в физической культуре и спорте».

Выполнение работы предполагает самостоятельную работу студента по выбранной теме на основе изучения научной и учебно-методической литературы.

Цель выполнения контрольной работы - формирование прочных знаний, навыков и умений студентов по предлагаемому курсу на основе следующих компонентов образовательного процесса:

1. Понимание теоретического материала изучаемого курса.
2. Формирование навыков:
 - самостоятельной работы с различными видами информационных ресурсов и информационных технологий;
 - самостоятельной работы с программами MS Excel и StutPlus для обработки числовых данных;
 - обобщения, формулирования выводов и оформления их в различной форме (текст, таблицы, графики, схемы).

2. Структура и оформление контрольной работы

Контрольная работа должна быть выполнена в соответствии с вариантом (Приложение А) по темам «Первичный статистический анализ» и «Основы теории оценок», в каждой из которых обучающиеся должны провести обработку данных в соответствии с задачами, указанными ниже.

1. Первичный статистический анализ:

1.1) определить, какое качество (вид подготовленности) раскрывают данные тесты;

1.2) сформулировать педагогическую задачу, для решения которой целесообразно использовать первичный статистический анализ;

1.3) провести первичную статистическую обработку измерений, рассчитав основные статистические характеристики:

- среднее арифметическое значение (\bar{x}),
- дисперсию (S^2),
- среднее квадратическое отклонение (S),
- коэффициент вариации (V),
- уровень надежности (для $\alpha=0,05$);

1.4) сделать выводы на основе полученных статистических характеристик;

1.5) представить выборку в виде интервального ряда (колонка 3):

– показать частотное распределение графически в виде гистограммы и полигона распределения;

- сделать выводы на основе построения интервального ряда.

2. Основы теории оценок:

1) дать понятие «оценка», указать значение оценок в практике физического воспитания;

2) провести оценивание ряда измерений (колонка 3):

- построить Т - шкалу графически;
- начислить баллы, используя разработанный график;
- разработать сопоставительные нормы;
- построить гистограмму на основе проведенных расчетов.

3) сделать выводы по оценке подготовленности данного коллектива.

Кроме того, студенты должны:

1) Подготовить аналитический обзор на тему «Применение

информационных технологий в физической культуре и спорте». Примерный объем - 7-8 страниц.

2) Подготовить терминологический словарь в соответствии с темой аналитического обзора - 5-6 ключевых понятий с их анализом (примерный объем - 1 страница).

3) Подготовить краткий обзор технических средств, периферийных устройств и оргтехники, используемых в процессе делопроизводства специалиста в сфере физической культуры и спорта (манипуляторы, принтеры, плоттеры, сканеры, графические планшеты, flash-накопители, цифровые фотокамеры, цифровые видео-камеры, сотовые телефоны и другие). Примерный объем - 1 страница.

4) Выполнить исследовательские задания по курсу (результаты выполнения исследовательских заданий представляются в виде кратких отчетов, примерный объем - 2-3 страницы).

5) Решить профессионально-прикладные задачи с использованием табличного процессора Microsoft Excel (в соответствии с вариантом).

6) Разработать компьютерную презентацию с использованием возможностей программы презентационной графики Microsoft Power Point. Тема компьютерной презентации соответствует теме аналитического обзора, примерный объем презентации - 10-15 анимированных слайдов.

7) Ответить на тестовые вопросы.

При оформлении контрольной работы необходимо следовать требованиям, предъявляемым к данному виду работы.

Необходимые требования для оформления контрольной работы:

- наличие титульного листа (приложение Б);
- основной текст.

Титульный лист.

Титульный лист содержит следующие реквизиты: наименование вуза, кафедры, название дисциплины, номер варианта, номер группы, фамилия, имя и отчество исполнителя, фамилия, имя и отчество проверяющего.

Номер варианта контрольной работы на титульном листе должен соответствовать последней цифре номера зачетной книжки.

Основной текст контрольной работы

Структура основного текста контрольной работы представляет собой полный ответ по четырем темам на поставленные вопросы, указанные выше. Ответ заканчивается выводами.

К оформлению контрольной работы предъявляются следующие требования.

1. Текст представляется в печатном варианте, без стилистических и грамматических ошибок.

2. Текст должен иметь книжную ориентацию, набираться через 1,5 интервала на листах формата А4 (210 x 297 мм). Для набора текста в текстовом редакторе Microsoft Word рекомендуется использовать шрифты: Times New Roman, размер шрифта – 14 пт. При использовании других текстовых редакторов шрифт выбирается самостоятельно, исходя из требований – 60 строк на лист (через 2 интервала).

3. Поля страницы: левое – 3 см., правое – 1,5 см., нижнее – 2 см., верхнее – 2 см. Абзац (красная строка) должен равняться четырем знакам (1,25 см).

4. Выравнивание текста на листах должно производиться по ширине строк.

5. Каждая структурная часть контрольной работы (разделы основной части и т. д.) начинается с новой страницы.

6. Заголовки разделов, библиографический список набираются прописным полужирным шрифтом.

7. Не допускаются подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовков.

8. После заголовка, располагаемого посередине строки, точка не ставится.

9. Расстояние между заголовком и следующим за ней текстом составляет 2 интервала.

10. Иллюстрации, рисунки, графики, которые приводятся по тексту работы, должны иметь нумерацию.

11. Все страницы контрольной работы, кроме титульного листа, нумеруются арабскими цифрами. Номер проставляется внизу в центре страницы.

12. Титульный лист контрольной работы включается в общую нумерацию, но номер страницы на нем не проставляется.

13. Объем контрольной работы в среднем - 15-20 страниц (или 25-40 тыс. печатных знаков) формата А4, набранных на компьютере на одной (лицевой) стороне.

3. Правила выбора варианта контрольной работы

Студенты выбирают вариант контрольной работы в соответствии с последней цифрой номера зачетной книжки (предлагается 10 вариантов). Изменения допускаются только по согласованию с преподавателем, ведущим данный курс по предложенному списку. Контрольная работа, выполненная не по своему варианту, к проверке и защите *не допускается*.

4. Критерии оценки контрольной работы

Подготовленная и оформленная в соответствии с требованиями контрольная работа оценивается преподавателем по следующим критериям:

- правильность выполненных расчетов и соответствие выводов полученным числовым характеристикам;
- использование программ MS Excel и StutPlus;

– культура оформления материалов работы (соответствие работы всем стандартным требованиям).

Объективность оценки работы преподавателем заключается в определении ее положительных и отрицательных сторон, по совокупности которых он окончательно оценивает представленную работу.

При положительном заключении работа допускается к защите, при отрицательном заключении работа возвращается на доработку с последующим представлением на повторную проверку с приложением замечаний, сделанных преподавателем.

Студент, не подготовивший контрольную работу, считается не выполнившим учебный план и не может быть допущен к зачету.

5. Литература и информационные ресурсы, рекомендуемые для использования при выполнении контрольной работы

1. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебное пособие / П. К. Петров. — Саратов : Вузовское образование, 2020. — 377 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/98504>.
2. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебник / П. К. Петров. – Москва : Академия, 2013. – 288 с. – 5 экз.

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| <i>№ п.п.</i> | <i>Наименование программного продукта</i> |
|---|---|
| <i>Лицензионное программное обеспечение</i> | |
| 1. | Операционная система Windows 10 Pro |
| 2. | Операционная система Windows 7 Professional |
| 3. | Операционная система Windows 8 Pro |
| 4. | Операционная система Windows 8.1 Pro |
| 5. | Операционная система Windows Server 2008 |
| 6. | Операционная система Windows Server 2012 |
| 7. | Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard |
| 8. | Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard |
| 9. | Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard |
| 10. | ABBY FineReader 11 Corporate Edition |
| 11. | Kaspersky Endpoint Security 11 |

| | |
|-----|--|
| 12. | Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4) |
| 13. | VideoStudio Pro X4 License (1 - 10) |
| 14. | Astra Linux Special Edition |
| 15. | СПС Консультант-плюс |
| 16. | Stat+ Professional 5.8 (Академическая версия) |
| | <i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i> |
| 17. | Яндекс Браузер |
| 18. | Kinovea |
| 19. | STDUViewer |
| 20. | Telegram |

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Варианты контрольной работы

ВАРИАНТ 1

Протокол тестирования юношей

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|-----------------|-----------------|--------------------------------|--------------------------------|
| № п/п | бег 100 м (сек) | бег 100 м (сек) | прыжок в длину с места (см) | прыжок в длину с места (см) |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 14,6 | 14,2 | 200 | 205 |
| 2 | 14,4 | 14 | 212 | 210 |
| 3 | 14,5 | 13,8 | 221 | 220 |
| 4 | 14,2 | 13,9 | 218 | 215 |
| 5 | 14,8 | 14,3 | 195 | 200 |
| 6 | 14,7 | 14 | 206 | 210 |
| 7 | 14 | 13,6 | 222 | 220 |
| 8 | 15 | 14,3 | 198 | 204 |
| 9 | 15,2 | 14,5 | 199 | 195 |
| 10 | 14,4 | 13,9 | 214 | 218 |
| 11 | 14,2 | 13,7 | 216 | 215 |
| 12 | 14,8 | 14,1 | 203 | 208 |
| 13 | 14,5 | 14 | 207 | 202 |
| 14 | 14,2 | 13,8 | 213 | 215 |
| 15 | 14 | 13,5 | 223 | 225 |
| 16 | 14,7 | 14,2 | 201 | 203 |
| 17 | 14,5 | 13,9 | 207 | 206 |
| 18 | 14,2 | 13,6 | 223 | 225 |
| 19 | 15 | 14,3 | 190 | 195 |
| 20 | 14,2 | 13,7 | 214 | 218 |

ВАРИАНТ 2**Протокол тестирования юношей**

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|--------------------|--------------------|--------------------------|--------------------------|
| № п/п | бег 100 м (сек) | бег 100 м (сек) | 5 -кратный прыжок (м) | 5 -кратный прыжок (м) |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 15,3 | 14,8 | 13,3 | 13 |
| 2 | 15,4 | 14,8 | 12,7 | 13 |
| 3 | 14 | 13,2 | 13,5 | 13,7 |
| 4 | 14,9 | 14,2 | 12,8 | 13 |
| 5 | 14,1 | 13,5 | 13 | 12,7 |
| 6 | 14,2 | 13,7 | 13,3 | 13,8 |
| 7 | 13,6 | 13,1 | 11,7 | 12,1 |
| 8 | 14,7 | 14,2 | 12,2 | 12,6 |
| 9 | 14,5 | 14,2 | 13,5 | 13,8 |
| 10 | 13,7 | 14 | 12,6 | 13 |
| 11 | 14,9 | 14,5 | 12,9 | 13,1 |
| 12 | 15,5 | 15 | 12 | 12,1 |
| 13 | 14,8 | 14,3 | 12,8 | 12,6 |
| 14 | 15,4 | 15 | 11,8 | 12 |
| 15 | 14,5 | 13,8 | 12,5 | 12,8 |
| 16 | 14,8 | 14,4 | 13,3 | 13,1 |
| 17 | 14,4 | 13,6 | 11,7 | 11,3 |
| 18 | 14,7 | 14,3 | 12,2 | 11,9 |
| 19 | 14,7 | 14,2 | 11,9 | 12 |
| 20 | 15,2 | 14,8 | 12 | 11,8 |

ВАРИАНТ 3
Протокол тестирования юношей

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|-----------------|-----------------|-------------------------------|-------------------------------|
| № п/п | бег 100 м (сек) | бег 100 м (сек) | челночный бег 3*10 м (сек) | челночный бег 3*10 м (сек) |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 15,3 | 14,8 | 7,4 | 7,5 |
| 2 | 15,4 | 14,8 | 7,4 | 7,4 |
| 3 | 14 | 13,2 | 7,2 | 7,2 |
| 4 | 14,9 | 14,2 | 7,5 | 7,4 |
| 5 | 14,1 | 13,5 | 7,3 | 7,2 |
| 6 | 14,2 | 13,7 | 7,2 | 7,3 |
| 7 | 13,6 | 13,1 | 7,2 | 7,2 |
| 8 | 14,7 | 14,2 | 7,4 | 7,3 |
| 9 | 14,5 | 14,2 | 7,3 | 7,4 |
| 10 | 13,7 | 14 | 7,3 | 7,3 |
| 11 | 14,9 | 14,5 | 7,8 | 7,7 |
| 12 | 15,5 | 15 | 7,8 | 7,8 |
| 13 | 14,8 | 14,3 | 7,4 | 7,5 |
| 14 | 15,4 | 15 | 7,6 | 7,5 |
| 15 | 14,5 | 13,8 | 7,6 | 7,6 |
| 16 | 14,8 | 14,4 | 7,6 | 7,5 |
| 17 | 14,4 | 13,6 | 7,2 | 7,2 |
| 18 | 14,7 | 14,3 | 7,6 | 7,5 |
| 19 | 14,7 | 14,2 | 7,3 | 7,4 |
| 20 | 15,2 | 14,8 | 7,5 | 7,4 |

ВАРИАНТ 4

Протокол тестирования юношей

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|--------------------|-----------------|--------------------------------|--------------------------------|
| № п/п | бег 100 м (сек) | бег 100 м (сек) | прыжок в длину с места (см) | прыжок в длину с места (см) |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 15,3 | 14,8 | 230 | 225 |
| 2 | 15,4 | 14,8 | 220 | 220 |
| 3 | 14 | 13,2 | 235 | 240 |
| 4 | 14,9 | 14,2 | 250 | 250 |
| 5 | 14,1 | 13,5 | 255 | 250 |
| 6 | 14,2 | 13,7 | 235 | 240 |
| 7 | 13,6 | 13,1 | 260 | 255 |
| 8 | 14,7 | 14,2 | 225 | 225 |
| 9 | 14,5 | 14 | 235 | 230 |
| 10 | 13,7 | 13,2 | 235 | 235 |
| 11 | 14,9 | 14,5 | 225 | 230 |
| 12 | 15,5 | 15 | 210 | 215 |
| 13 | 14,8 | 14,3 | 225 | 220 |
| 14 | 15,4 | 15 | 225 | 220 |
| 15 | 14,5 | 13,8 | 245 | 245 |
| 16 | 14,8 | 14,4 | 220 | 225 |
| 17 | 14,4 | 13,6 | 245 | 240 |
| 18 | 14,7 | 14,3 | 220 | 220 |
| 19 | 14,7 | 14,2 | 220 | 225 |
| 20 | 15,2 | 14,8 | 215 | 220 |

ВАРИАНТ 5
Протокол тестирования юношей

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|---------------------------|---------------------------|------------------------|------------------------|
| № п/п | подтягивание (кол/раз) | подтягивание (кол/раз) | метание гранаты (м) | метание гранаты (м) |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 10 | 12 | 24 | 23 |
| 2 | 9 | 12 | 26 | 26 |
| 3 | 6 | 8 | 24 | 26 |
| 4 | 7 | 8 | 23 | 24 |
| 5 | 14 | 17 | 35 | 33 |
| 6 | 9 | 12 | 23 | 23 |
| 7 | 11 | 14 | 31 | 30 |
| 8 | 8 | 10 | 25 | 26 |
| 9 | 9 | 12 | 27 | 25 |
| 10 | 10 | 12 | 27 | 26 |
| 11 | 11 | 13 | 27 | 27 |
| 12 | 13 | 15 | 33 | 32 |
| 13 | 13 | 14 | 28 | 29 |
| 14 | 14 | 16 | 36 | 35 |
| 15 | 9 | 11 | 28 | 27 |
| 16 | 6 | 8 | 24 | 25 |
| 17 | 9 | 11 | 27 | 26 |
| 18 | 9 | 10 | 25 | 24 |
| 19 | 8 | 10 | 23 | 24 |
| 20 | 10 | 12 | 26 | 25 |

ВАРИАНТ 6
Протокол тестирования юношей

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|---------------------------|---------------------------|------------------|------------------|
| № п/п | подтягивание (кол/раз) | подтягивание (кол/раз) | метание мяча (м) | метание мяча (м) |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 6 | 7 | 41 | 40 |
| 2 | 7 | 9 | 50 | 48 |
| 3 | 5 | 6 | 37 | 39 |
| 4 | 4 | 6 | 34 | 33 |
| 5 | 9 | 11 | 47 | 46 |
| 6 | 6 | 7 | 46 | 45 |
| 7 | 5 | 6 | 37 | 36 |
| 8 | 7 | 8 | 45 | 45 |
| 9 | 4 | 6 | 40 | 41 |
| 10 | 4 | 5 | 30 | 32 |
| 11 | 8 | 9 | 37 | 36 |
| 12 | 6 | 8 | 47 | 45 |
| 13 | 11 | 13 | 47 | 46 |
| 14 | 6 | 7 | 39 | 38 |
| 15 | 9 | 11 | 41 | 42 |
| 16 | 5 | 6 | 36 | 38 |
| 17 | 4 | 6 | 38 | 40 |
| 18 | 4 | 6 | 40 | 38 |
| 19 | 6 | 8 | 44 | 42 |
| 20 | 5 | 6 | 38 | 36 |

ВАРИАНТ 7
Протокол тестирования юношей

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| № п/п | бег 3000 м (мин/сек)* | бег 3000 м (мин/сек)* | бег 1000 м (мин/сек)* | бег 1000 м (мин/сек)* |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 12,32 | 11,05 | 3,25 | 3,31 |
| 2 | 13,43 | 12,15 | 3,27 | 3,34 |
| 3 | 12,35 | 11,14 | 3,17 | 3,25 |
| 4 | 13,02 | 11,25 | 3,23 | 3,18 |
| 5 | 13,07 | 11,17 | 3,25 | 3,21 |
| 6 | 14,05 | 13,05 | 3,43 | 3,37 |
| 7 | 15,56 | 15,03 | 4,35 | 4,32 |
| 8 | 15,45 | 14,41 | 3,33 | 3,25 |
| 9 | 16,07 | 15,32 | 4,28 | 4,26 |
| 10 | 15,08 | 14,26 | 3,35 | 3,23 |
| 11 | 16,54 | 16,07 | 3,35 | 3,24 |
| 12 | 16,45 | 15,54 | 4,51 | 4,25 |
| 13 | 15,47 | 14,45 | 3,35 | 3,36 |
| 14 | 15,23 | 14,23 | 3,14 | 3,28 |
| 15 | 16,05 | 15,07 | 4,04 | 3,52 |
| 16 | 17,45 | 16,43 | 5,47 | 5,23 |
| 17 | 14,56 | 14,31 | 3,54 | 3,43 |
| 18 | 16,54 | 16,17 | 4,33 | 4,25 |
| 19 | 16,25 | 15,43 | 4,15 | 4,02 |
| 20 | 14,07 | 13,35 | 3,33 | 3,14 |

*Результаты теста перевести в секунды

ВАРИАНТ 8
Протокол тестирования юношей

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| № п/п | бег 2000 м (мин/сек)* | бег 2000 м (мин/сек)* | бег 1000 м (мин/сек)* | бег 1000 м (мин/сек)* |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 7,45 | 7,15 | 3,25 | 3,31 |
| 2 | 8,25 | 8,08 | 3,27 | 3,34 |
| 3 | 7,09 | 6,45 | 3,17 | 3,25 |
| 4 | 7,51 | 7,23 | 3,23 | 3,18 |
| 5 | 8,01 | 7,31 | 3,25 | 3,21 |
| 6 | 8,56 | 8,26 | 3,43 | 3,37 |
| 7 | 9,53 | 9,35 | 4,35 | 4,32 |
| 8 | 8,45 | 8,22 | 3,33 | 3,25 |
| 9 | 9,14 | 8,56 | 4,28 | 4,26 |
| 10 | 8,56 | 8,18 | 3,35 | 3,23 |
| 11 | 9,02 | 8,35 | 3,35 | 3,24 |
| 12 | 9,07 | 8,45 | 4,51 | 4,25 |
| 13 | 8,53 | 8,25 | 3,35 | 3,36 |
| 14 | 8,24 | 7,57 | 3,14 | 3,28 |
| 15 | 9,05 | 8,45 | 4,04 | 3,52 |
| 16 | 9,32 | 9,04 | 5,47 | 5,23 |
| 17 | 9,48 | 9,31 | 3,54 | 3,43 |
| 18 | 9,54 | 9,45 | 4,33 | 4,25 |
| 19 | 9,45 | 9,25 | 4,15 | 4,02 |
| 20 | 9,32 | 9,06 | 3,33 | 3,14 |

*Результаты теста перевести в секунды

ВАРИАНТ 9
Протокол тестирования девушек

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|---|---|------------------|------------------|
| № п/п | сгиб.и разгиб. рук в упоре лёжа (кол/раз) | сгиб.и разгиб. рук в упоре лёжа (кол/раз) | метание мяча (м) | метание мяча (м) |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 26 | 31 | 23 | 23 |
| 2 | 28 | 34 | 28 | 26 |
| 3 | 26 | 34 | 24 | 24 |
| 4 | 20 | 23 | 21 | 23 |
| 5 | 19 | 23 | 20 | 19 |
| 6 | 29 | 35 | 25 | 26 |
| 7 | 36 | 42 | 34 | 31 |
| 8 | 34 | 38 | 20 | 24 |
| 9 | 30 | 33 | 21 | 23 |
| 10 | 28 | 31 | 22 | 22 |
| 11 | 37 | 42 | 30 | 28 |
| 12 | 30 | 34 | 25 | 26 |
| 13 | 35 | 40 | 28 | 26 |
| 14 | 33 | 39 | 24 | 26 |
| 15 | 29 | 33 | 25 | 24 |
| 16 | 35 | 40 | 31 | 30 |
| 17 | 26 | 31 | 30 | 29 |
| 18 | 31 | 36 | 24 | 25 |
| 19 | 40 | 47 | 35 | 33 |
| 20 | 34 | 38 | 25 | 25 |

ВАРИАНТ 10
Протокол тестирования девушек

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|----------------|----------------|----------------------------------|----------------------------------|
| № п/п | бег 60 м (сек) | бег 60 м (сек) | прыжок в длину с разбега (см) | прыжок в длину с разбега (см) |
| | 2020 г. | 2021 г. | 2021 г. 1 замер | 2021 г. 2 замер |
| 1 | 9,8 | 9,4 | 335 | 320 |
| 2 | 11,3 | 11 | 280 | 280 |
| 3 | 11,3 | 10,6 | 290 | 270 |
| 4 | 11,4 | 11 | 275 | 265 |
| 5 | 10,3 | 10,5 | 295 | 290 |
| 6 | 10,4 | 10 | 340 | 320 |
| 7 | 11,5 | 11 | 250 | 255 |
| 8 | 10,3 | 9,7 | 300 | 305 |
| 9 | 10,2 | 9,6 | 320 | 310 |
| 10 | 10,4 | 10 | 285 | 300 |
| 11 | 10,7 | 10 | 320 | 300 |
| 12 | 10,2 | 9,6 | 310 | 300 |
| 13 | 10,4 | 9,9 | 290 | 280 |
| 14 | 10,8 | 10,5 | 280 | 270 |
| 15 | 10 | 9,5 | 320 | 315 |
| 16 | 10,5 | 10 | 310 | 300 |
| 17 | 10,1 | 9,7 | 335 | 320 |
| 18 | 10,8 | 10,4 | 335 | 330 |
| 19 | 10,8 | 10,3 | 325 | 310 |
| 20 | 9,8 | 9,3 | 340 | 345 |

ПРИЛОЖЕНИЕ Б
Образец оформления титульного листа

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)

Кафедра Социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА
по дисциплине «ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ»
Вариант 1

Выполнил: студент группы _____

(Фамилия, инициалы студента)

Проверила: к.п.н., доцент
Трегубова С.Н.

Чайковский, 2020