

**ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СИБИРСКИЙ КОЛЛЕДЖ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»
(ЧПОУ СКСТ)**

РАССМОТРЕНО
на заседании Педагогического совета ЧПОУ СКСТ
Протокол № 61
от «24» июля 2024г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОО
Лисовец С.Ю.
Приказ № 61/1 от «24» июля 2024 г.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (МАТЕРИАЛОВ)

Вариант 1

по специальности

38.02.03 Операционная деятельность в логистике

по компетенциям

Оценочные материалы для проверки сформированности компетенции

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Барнаул, 2024

Оценочные материалы для проверки сформированности компетенции

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Компетенция формируется дисциплинами:

Дисциплина по УП	Очная	Очно/заоч	Заочная
СГЦ.04 Физическая культура	3-4 семестр		3-4 семестр
МДК 02.02 Распределительная логистика	5 семестр		5 семестр

Вопросы и задания для проверки сформированности компетенции

Дисциплина «СГЦ.04 Физическая культура»

1. Прочитайте текст и установите соответствие:

А. Разминка	1. Комплекс упражнений для подготовки организма к нагрузке
В. Основная часть тренировки	2. Основной комплекс упражнений, направленный на достижение целей занятия
С. Заминка	3. Комплекс упражнений для восстановления после нагрузки
Д. Растяжка	4. Упражнения для улучшения гибкости и подвижности суставов

2. Прочитайте текст и установите соответствие:

А. Аэробные упражнения	1. Упражнения на выносливость и сердечно-сосудистую систему
В. Анаэробные упражнения	2. Упражнения с отягощением для мышечной силы
С. Силовая тренировка	3. Упражнения для развития силы и взрывной мощности
Д. Кардиотренировка	4. Упражнения, способствующие улучшению работы сердца и лёгких

3. Прочитайте текст и установите соответствие:

А. Гимнастика	1. Игры с командным взаимодействием (футбол, волейбол, баскетбол)
В. Лёгкая атлетика	2. Комплекс упражнений для развития гибкости, координации и силы
С. Плавание	3. Виды спорта, включающие бег, прыжки и метание
Д. Командные игры	4. Вид физической активности в воде для укрепления мышц и дыхательной системы

4. Прочитайте текст и установите соответствие:

А. Силовая выносливость	1. Способность выполнять силовые упражнения в течение длительного времени
В. Скоростная выносливость	2. Способность совершать движения с большой амплитудой
С. Гибкость	3. Способность поддерживать высокую скорость в течение длительного времени

D. Координация	4. Способность точно и согласованно выполнять движения
----------------	--

5. Прочитайте текст и установите соответствие:

A. Тренировочная нагрузка	1. Время отдыха между упражнениями или подходами
B. Пульс	2. Число сердечных сокращений в минуту
C. Темп	3. Скорость выполнения упражнений
D. Интервал	4. Количество и интенсивность упражнений за определённое время

Ключ к заданиям:

1	2	3	4	5
A-1	A-4	A-2	A-1	A-4
B-2	B-3	B-3	B-3	B-2
C-3	C-2	C-4	C-2	C-3
D-4	D-1	D-1	D-4	D-1

Прочитайте текст и установите последовательность:

1. Упорядочите этапы разминки перед тренировкой
 1. Выполнить общеразвивающие упражнения для суставов
 2. Разогреть крупные группы мышц лёгкими упражнениями
 3. Провести дыхательные упражнения
 4. Выполнить динамическую растяжку
2. Расположите шаги правильного выполнения приседаний
 1. Вернуться в исходное положение
 2. Следить за положением спины — спина прямая
 3. Опустить таз назад, сгибая колени
 4. Встать прямо, ноги на ширине плеч
3. Упорядочите этапы выполнения утренней зарядки
 1. Начать с лёгкой ходьбы или бега на месте
 2. Сделать упражнения на растяжку

3. Выполнить упражнения на силу (приседания, отжимания)
4. Закончить дыхательными упражнениями и спокойным шагом
4. Расположите шаги техники безопасности при занятиях спортом на открытом воздухе
 1. Использовать соответствующую спортивную обувь и одежду
 2. Проверить состояние спортивного инвентаря и площадки
 3. Разминаться перед основной нагрузкой
 4. Следить за метеоусловиями и уровнем усталости
5. Упорядочите этапы восстановления после физической нагрузки
 1. Провести растяжку основных мышечных групп
 2. Принять душ и восполнить жидкость
 3. Выполнить лёгкую разминку для постепенного снижения нагрузки
 4. Отдохнуть и восстановить силы

Ключ к заданиям:

1	2	3	4	5
3 2 1 4	1 2 3 4	4 3 2 1	2 1 3 4	3 1 2 4

Прочитайте вопрос, выберите правильный ответ:

1	Какое упражнение развивает мышцы ног?
А	Приседания
Б	Отжимания
В	Планка
Г	Подтягивания
2	Какая разминка обязательна перед тренировкой?
А	Чтение книги
Б	Силовые упражнения на максимум
В	Сон и отдых
Г	Растяжка и лёгкая пробежка
3	Какой вид спорта относится к командным?
А	Теннис

Б	Футбол
В	Лёгкая атлетика
Г	Плавание
4	Какая нагрузка полезна для сердечно-сосудистой системы?
А	Аэробная тренировка
Б	Статические упражнения
В	Медитация
Г	Сон
5	Как правильно дышать при беге на длинные дистанции?
А	Поверхностно и часто
Б	Задерживать дыхание
В	Глубоко и ритмично
Г	Только через нос

Ключ к тестовым заданиям

1	2	3	4	5
А	Г	Б	А	В

Прочитайте вопрос, выберите несколько правильных ответов:

1	Какие упражнения относятся к общеукрепляющим?
А	Приседания
Б	Бег на длинные дистанции
В	Жим лёжа
Г	Растяжка
2	Какие виды бега развивают выносливость?
А	Кросс
Б	Спринт
В	Бег с препятствиями
Г	Бег на длинные дистанции
3	Какие элементы входят в разминку перед тренировкой?

А	Лёгкая пробежка
Б	Статическая растяжка
В	Прыжки на месте
Г	Игнорирование разминки
4	Какие виды спорта относятся к командным?
А	Футбол
Б	Баскетбол
В	Лёгкая атлетика
Г	Волейбол
5	Какие качества развивают гимнастические упражнения?
А	Гибкость
Б	Сила
В	Координация
Г	Лень

Ключ к тестовым заданиям

1	2	3	4	5
А В Г	А Г	А Б В	А Б Г	А В Г

Прочитайте текст и напишите развернутый ответ:

№	Определение	Понятие
1	Система упражнений для укрепления здоровья	ЛФК
2	Способность организма противостоять усталости	Выносливость
3	Упражнение для развития силы рук	Отжимания
4	Упражнение для укрепления сердечно-сосудистой системы	Бег
5	Способность быстро менять положение тела	Ловкость
6	Умение поддерживать равновесие	Координация
7	Упражнение для развития гибкости	Наклоны
8	Виды спорта с мячом	Командные игры
9	Система упражнений для дыхательной системы	Дыхательная гимнастика

10	Способность быстро реагировать на сигнал	Скорость реакции
----	--	------------------

Вопросы и задания для проверки сформированности компетенции

Дисциплина «МДК 02.02 Распределительная логистика»

6. Прочитайте текст и установите соответствие:

Термин/понятие	Определение/характеристика
А. Складской учет	1. Метод выдачи товаров с склада в обратном порядке поступления
В. FIFO	2. Метод выдачи товаров с склада в порядке их поступления
С. LIFO	3. Регистрация и контроль движения товаров на складе
Д. Инвентаризация	4. Проверка наличия, состояния и количества товаров на складе

7. Прочитайте текст и установите соответствие:

Термин/понятие	Определение/характеристика
А. Межскладская транспортировка	1. Перемещение товаров между складами организации
В. Последняя миля	2. Доставка товаров непосредственно конечному потребителю
С. Консолидация грузов	3. Процесс приема и передачи грузов при транспортировке
Д. Разгрузочно-погрузочные работы	4. Объединение мелких партий товаров для экономии транспортных расходов

8. Прочитайте текст и установите соответствие:

Термин/понятие	Определение/характеристика
А. Транспортная логистика	1. Организация и управление перевозками товаров
В. Складская логистика	2. Организация хранения и обработки товаров
С. Информационная логистика	3. Сбор и обработка данных для управления потоками товаров
Д. Обратная логистика	4. Организация возврата товаров от потребителей или переработку отходов

9. Прочитайте текст и установите соответствие:

Термин/понятие	Определение/характеристика
А. Аутсорсинг логистики	1. Передача части логистических функций сторонним компаниям

В. Внутренняя логистика	2. Комплексное управление всеми потоками от поставщика до потребителя
С. Сквозная логистика	3. Управление логистикой внутри предприятия
Д. Логистический партнер	4. Компания, выполняющая отдельные логистические операции по заказу клиента

10. Прочитайте текст и установите соответствие:

Термин/понятие	Определение/характеристика
А. Оптимизация складов	1. Контроль и координация выполнения клиентских заказов
В. Автоматизация процессов	2. Определение необходимого количества товаров для бесперебойного снабжения
С. Планирование запасов	3. Использование технологий для управления логистическими операциями
Д. Управление заказами	4. Повышение эффективности размещения и обработки товаров на складе

Ключ к заданиям:

1	2	3	4	5
А-3	А-1	А-1	А-1	А-4
В-2	В-2	В-2	В-3	В-3
С-1	С-4	С-3	С-2	С-2
Д-4	Д-3	Д-4	Д-4	Д-1

Прочитайте текст и установите последовательность:

1. Упорядочите этапы планирования распределительной логистики
 1. Анализ потребностей рынка и спроса
 2. Определение оптимальных каналов распределения
 3. Разработка планов поставок и запасов
 4. Мониторинг и корректировка планов

2. Упорядочите этапы складской логистики
 1. Размещение товаров на складе
 2. Прием и проверка поступивших товаров
 3. Учет и контроль остатков
 4. Отгрузка товаров в соответствии с заказами
3. Упорядочите этапы транспортной логистики
 1. Доставка товаров до пункта назначения
 2. Формирование партии товаров к отправке
 3. Определение маршрутов и транспортных средств
 4. Контроль сроков и состояния груза
4. Упорядочите этапы управления запасами
 1. Анализ эффективности управления запасами
 2. Мониторинг остатков на складе
 3. Планирование пополнения запасов
 4. Определение норм запасов
5. Упорядочите этапы распределения товаров между филиалами
 1. Определение потребностей каждого филиала
 2. Доставка товаров в филиалы
 3. Распределение товаров с центрального склада
 4. Контроль выполнения поставок

Ключ к заданиям:

1	2	3	4	5
1 2 3 4	2 1 3 4	3 2 1 4	4 2 3 1	1 3 2 4

Прочитайте вопрос, выберите правильный ответ:

1	Что такое распределительная сеть в логистике?
А	График работы сотрудников
Б	План маркетинговых акций
В	Система бухгалтерского учета
Г	Совокупность каналов и точек распределения товаров от производителя к потребителю

2	Какой процесс включает выбор способа доставки товаров потребителю?
А	Транспортная логистика
Б	Финансовое планирование
В	Управление персоналом
Г	Информационное обеспечение
3	Какой фактор влияет на эффективность распределительной логистики?
А	Цвет упаковки товаров
Б	Количество проведенных собраний
В	Оптимизация маршрутов и складских запасов
Г	Время отпуска сотрудников
4	Какой элемент системы обеспечивает контроль за движением товаров?
А	Информационная система управления складом
Б	Отдел кадров
В	Финансовый отчет
Г	План маркетинга
5	Какой подход в распределительной логистике минимизирует затраты и время доставки?
А	Использование бумажных журналов
Б	Увеличение штата сотрудников
В	Частые собрания отдела
Г	Оптимизация цепочки поставок

Ключ к тестовым заданиям

1	2	3	4	5
Г	А	В	А	Г

Прочитайте вопрос, выберите несколько правильных ответов:

1	Какие цели преследует распределительная логистика?
А	Снижение издержек на транспортировку
Б	Обеспечение своевременной доставки
В	Увеличение производственных мощностей
Г	Повышение уровня обслуживания клиентов

2	Какие виды информации важны для управления распределительной логистикой?
А	Данные о запасах
Б	Заказы клиентов
В	Финансовые отчеты
Г	Транспортные маршруты
3	Какие методы оптимизации логистических процессов применяются в распределительной логистике?
А	Планирование маршрутов
Б	Производственное планирование
В	Управление запасами
Г	Автоматизация складских процессов
4	Какие факторы влияют на эффективность распределительной логистики?
А	Правильность бухгалтерского учета
Б	Качество транспортных средств
В	Уровень автоматизации
Г	Своевременность поставок
5	Какие задачи решает система управления цепочками поставок в распределительной логистике?
А	Координация поставщиков и складов
Б	Планирование объемов поставок
В	Контроль финансовых потоков
Г	Обеспечение наличия товара у конечного потребителя

Ключ к тестовым заданиям

1	2	3	4	5
А Б Г	А Б Г	А В Г	Б В Г	А Б Г

Прочитайте текст и напишите развернутый ответ:

№	Определение	Понятие
1	Процесс планирования закупок и поставок товаров	Планирование поставок
2	Выбор оптимальных способов транспортировки продукции	Транспортное планирование
3	Система управления потоками товаров и информации	Логистическая система

4	Определение потребности в запасах для обеспечения производства	Управление запасами
5	Контроль сроков доставки и качества поставок	Мониторинг поставок
6	Процесс передачи товаров от одного склада к другому	Перемещение товаров
7	Система упаковки и маркировки для эффективного хранения	Этикетирование
8	Оценка затрат и эффективности логистических операций	Логистический анализ
9	Определение приоритетов и маршрутов распределения	Оптимизация маршрутов
10	Организация работы персонала склада и транспортной службы	Управление логистикой

