

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 1 -</p>
--	---	--	--------------

**ПЯТИГОРСКИЙ МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –**  
 филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
 высшего образования  
**«ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ**  
**МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
 Министерства здравоохранения Российской Федерации

Зам. директора института по УВР  
 \_\_\_\_\_ д.ф.н. И.П. Кодониди  
 « 31 » августа 2023 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
**ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И**  
**ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

По направлению подготовки: 38.03.02 Менеджмент (уровень бакалавриата)  
 Направленность (профиль): Управление и экономика сферы здравоохранения  
 Квалификация выпускника: бакалавр  
 Кафедра: физического воспитания и здоровья

Курс: 2  
 Семестр: 4  
 Форма обучения: очно-заочная  
 Лекции – 4 часа  
 Практические занятия – 6 часов  
 Самостоятельная работа – 57,8 часов  
 Промежуточная аттестация: зачет – 4 семестр  
 Трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕ (72 часа)

Пятигорск, 2023

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 2 -</p>
--	---	--	--------------

**РАЗРАБОТЧИК:**

Канд. пед. наук, старший преподаватель кафедры физического воспитания и здоровья Ю.А.Пушкарская

**РЕЦЕНЗЕНТ:** канд.пед.наук, доцент кафедры физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «ПГУ», г.Пятигорск Ш.А. Имнаев

**1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**Перечень формируемых компетенций по соответствующей дисциплине (модулю) или практике**

No п/п	Код и наименование компетенции	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты освоения образовательной программы
1	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Знает основные средства и методы физического воспитания	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные понятия, определения, термины физической культуры;</li> <li>– научно-биологические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;</li> <li>– влияние физических упражнений на функциональные системы организма;</li> <li>– способы сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>– способы оценки и самооценки физического состояния организма;</li> <li>– механизмы формирования двигательных умений и навыков</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– корректно применять знания об обществе как системе в различных формах социальной практики;</li> <li>– формулировать и логично аргументировать собственную мировоззренческую позицию о применении средств физической культуры в процессе межличностной коммуникации с учетом ее специфики;</li> <li>– составить долгосрочный план по физическому самосовершенствованию;</li> <li>– составить комплекс гигиенической гимнастики;</li> <li>– составить комплекс общеразвивающих упражнений индивидуально и в группе;</li> <li>– контролировать уровень и интенсивность нагрузки при самостоятельных занятиях физической</li> </ul>

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 3 -</p>
--	---	--	--------------

			<p>культурой</p> <p><b>Иметь навык (опыт деятельности):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирования двигательных умений и навыков;</li> <li>– методами самоконтроля за физической подготовленностью;</li> <li>– методами физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья</li> </ul>
		<p>УК-7.2 Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– физические качества, средства и методы их развития;</li> <li>– средства физического воспитания для физического совершенствования человека;</li> <li>– методы самоконтроля, содержание методов самоконтроля за физической подготовленностью;</li> <li>– формы и организацию самостоятельных занятий для поддержания здоровья;</li> <li>– способы регулирования психоэмоционального состояния на занятиях физическими упражнениями и во внеаудиторное время;</li> <li>– действие и механизмы закаливания для укрепления здоровья.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить самоконтроль и анализировать полученные результаты;</li> <li>– определять оптимальный уровень физической нагрузки по ЧСС и ЧДД;</li> <li>– пользоваться навыками создания письменных и устных сообщений о вреде допинга в спорте, способах борьбы с ним;</li> <li>– вести активную пропаганду по неприменению допинга в спорте;</li> <li>– использовать информацию о препаратах и средствах, применяемых в спорте с целью управления работоспособностью человека;</li> <li>– применять врачебно-педагогические наблюдения для оценки физического и функционального состояния</li> </ul>

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 4 -</p>
--	---	--	--------------

			<p>занимающихся спортом и физическими упражнениями людей различных возрастных групп.</p> <p><b>Иметь навык (опыт деятельности):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками вести беседу о противостоянии применения допинга для повышения работоспособности, составления индивидуальной фармакологической карты спортсмена;</li> <li>– владеет навыком составления комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и укрепления здоровья человека;</li> <li>– навыком использовать данные, наблюдения и специальные исследования многих авторов в подборе средств коррекции двигательных нарушений, физического развития, физической подготовленности различных социальных групп</li> </ul>
--	--	--	---

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
	теоретические основы физической культуры и спорта и здорового образа жизни
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
	корректно применять знания о физической культуре и ЗОЖ в повседневной жизни; обобщать, критически анализировать способы занятий физическими упражнениями.
<b>3.3</b>	<b>Иметь навык (опыт деятельности):</b>
	овладения системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности

1. Доклад.
2. Собеседование.

### 3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация включает следующие типовые задания: тестирование, решение ситуационных задач, оценка освоения практических навыков (умений), собеседование по контрольным вопросам, подготовка доклада.

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 5 -</p>
--	---	--	--------------

### 3.1. ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

*Проверяемые индикаторы достижения компетенции:* УК-7.1 Знает основные средства и методы физического воспитания.

1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА – ЭТО ... (**ЧАСТЬ ОБЩЕЙ КУЛЬТУРЫ ОБЩЕСТВА, СОВОКУПНОСТЬ ДОСТИЖЕНИЙ ОБЩЕСТВА В СОЗДАНИИ И ИСПОЛЬЗОВАНИИ СПЕЦИАЛЬНЫХ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ**).

2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОСНОВЕ ИМЕЕТ ЦЕЛЕСООБРАЗНУЮ ДВИГАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ФОРМЕ... (**ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ**).

3. **НАИБОЛЕЕ ВЫРАЖЕННЫЙ СПЕЦИФИЧЕСКИЙ РЕЗУЛЬТАТ ВОЗДЕЙСТВИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЧЕЛОВЕКА – ЭТО... (ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВО)**.

4. ПРОЦЕСС, НАПРАВЛЕННЫЙ НА ВОСПИТАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ (ФИЗИЧЕСКИХ) КАЧЕСТВ, СПОСОБНОСТЕЙ, НЕОБХОДИМЫХ В ЖИЗНИ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, НАЗЫВАЕТСЯ... (**ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКОЙ**).

5. **ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ ПРИНЯТО НАЗЫВАТЬ... (ОПРЕДЕЛЕННЫМ ОБРАЗОМ ОРГАНИЗОВАННЫЕ ДВИГАТЕЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ)**.

6. МЕТОДЫ ТРЕНИРОВКИ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ЗАНЯТИИ:

- а) равномерный;
- б) повторный, интервальный;**
- в) круговой;**
- г) соревновательный;**
- д) теоретический;
- е) практический;
- ж) игровой.**

7. ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ СЛЕДУЮЩИЕ РАЗДЕЛЫ:

- а) теоретический;**
- б) научно-исследовательский;**
- в) самостоятельный;
- г) практический;**
- д) контрольный;**
- е) спортивный;
- ж) профессионально-прикладной физической подготовки.**

8. (**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ**) – ЭТО ПРОЦЕСС РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ПРИОБРЕТЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ.

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 6 -</p>
--	---	--	--------------

9. **(СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ)** – ЭТО СОВОКУПНОСТЬ ЗАДАЧ, СОДЕРЖАНИЯ, СРЕДСТВ, МЕТОДОВ И ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.

10. **ГОМЕОСТАЗ – ЭТО...:**

- а) качество занятий физическими упражнениями;
- б) застойные явления в системе кровообращения;
- в) отсутствие роста спортивных результатов;
- г) **поддержание постоянства внутренней среды организма.**

11. **ОНТОГЕНЕЗ – ЭТО...:**

- а) эволюционное формирование человека;
- б) историческое развитие организмов;
- в) **индивидуальное развитие организма, охватывающее все изменения от рождения до окончания жизни;**
- г) саморегуляция обмена веществ.

12. **ОРГАНИЗМ – ЭТО...:**

- а) совокупность клеток и межклеточного вещества;
- б) **единая, целостная, сложно устроенная саморегулирующаяся живая система, состоящая из органов и тканей;**
- в) совокупность органов;
- г) комплекс связанных друг с другом реакций.

13. **(ДВИГАТЕЛЬНЫЙ НАВЫК)** – ЭТО ФОРМА ДВИГАТЕЛЬНЫХ СТЕРЕОТИПОВ, ВЫРАБОТАННЫХ ПО МЕХАНИЗМУ УСЛОВНОГО РЕФЛЕКСА СООТВЕТСТВУЮЩИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ.

14. **СЛОЖНЫЙ КОМПЛЕКС СВЯЗАННЫХ ДРУГ С ДРУГОМ РЕАКЦИЙ РАСЩЕПЛЕНИЯ И СИНТЕЗА ОРГАНИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ СОСТАВЛЯЕТ (ОСНОВУ РАЗВИТИЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА).**

15. **УСПОКАИВАЮЩЕЕ ВЛИЯНИЕ БЕГА УСИЛИВАЕТСЯ ДЕЙСТВИЕМ ГОРМОНОВ ГИПОФИЗА – (ЭНДОРФИНОВ), КОТОРЫЕ ВЫДЕЛЯЮТСЯ В КРОВЬ ПРИ РАБОТЕ НА ВЫНОСЛИВОСТЬ.**

16. **ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ ПРИНЯТО НАЗЫВАТЬ...**

- а) многократное повторение двигательных действий;
- б) движения, способствующие повышению работоспособности;
- в) определенным образом организованные двигательные действия;
- г) **двигательные действия, которые выполняются специально и по правилам с целью улучшения здоровья.**

17. **К МЕТОДАМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОТНОСЯТСЯ:**

- а) **регламентированного упражнения;**

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 7 -</p>
--	---	--	--------------

- б) специальной подготовки;
- в) соревновательный;**
- г) общефизической подготовки;
- д) игровой;**
- е) воспитания физических качеств;
- ж) воспитания психических свойств личности.

18. СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА, ПРИ КОТОРОМ НАГРУЗКА ОКАЗЫВАЕТ НА ОРГАНИЗМ ИСТОЩАЮЩЕЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ, В СВЯЗИ С ЧЕМ ПРОИСХОДИТ ИЗНОС ОРГАНОВ, СИСТЕМ ИЛИ ОРГАНИЗМА В ЦЕЛОМ, НАЗЫВАЕТСЯ (ДИСТРЕСС).

19. ГИПОКИНЕЗИЯ – ЭТО...:

- а) состояние организма, обусловленное недостаточностью двигательной активности;**
- б) снижение роста спортивных результатов;
- в) снижение массы тела при регулярных занятиях физической культурой;
- г) недостаточное поступление питательных веществ в организме человека.

20. ГИПОКСИЯ – ЭТО...:

- а) снижение концентрации сахара в крови;
- б) недостаток воды в организме;
- в) кислородное голодание;**
- г) снижение количества гемоглобина в крови.

21. ОСАНКА – ЭТО... (ПРИВЫЧНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ТЕЛА НЕПРИНУЖДЕННО СТОЯЩЕГО ЧЕЛОВЕКА).

22. ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ ЛИЧНОСТИ ОПРЕДЕЛЯЮТ:

- а) физическая подготовленность, функциональные возможности организма;**
- б) духовные и материальные ценности физической культуры;
- в) физическое самосовершенствование;
- г) физическая подготовленность, физическое совершенство.

23. ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ДВИЖЕНИЕ – ЭТО...:

- а) совместная деятельность людей по использованию, распространению и приумножению ценностей физической культуры;**
- б) физкультурные парады;
- в) занятия физической культурой;
- г) показательные выступления.

24. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВО – ЭТО... :

- а) наиболее выраженный специфический результат воздействия физической культуры на человека;**
- б) красивое тело;
- в) уровень развития физических качеств;
- г) обучение двигательным умениям и навыкам.

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 8 -</p>
--	---	--	--------------

## 25. РЕФЛЕКС – ЭТО...:

- ответная реакция организма, на воздействие, осуществляющееся через центральную нервную систему;**
- пониженная подвижность вследствие уменьшения силы движения;
- индивидуальное развитие организма;
- критерий функционального состояния организма.

## 3.2. УСТАНОВЛЕНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ В ПРЕДЛОЖЕННЫХ ВАРИАНТАХ ОТВЕТОВ

### 1. УКАЖИТЕ ПРАВИЛЬНУЮ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ В ОБРАЗОВАНИИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ

- Этап углубленного разучивания
- Этап начального разучивания двигательного действия
- Закрепление и совершенствование двигательного действия, автоматизация движений

Ответы: 2 – 1 – 3.

### 2. УКАЖИТЕ ПРАВИЛЬНУЮ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ В ПОЗВОНОЧНОМ СТОЛБЕ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА

- Поясничный
- Копчиковый
- Шейный
- Грудной
- Крестцовый

Ответ: 3,4,1,5,2.

## 3.3. УСТАНОВЛЕНИЕ СООТВЕТСТВИЯ МЕЖДУ МНОЖЕСТВАМИ ВАРИАНТОВ ОТВЕТОВ

### 1. КОМПОНЕНТЫ ФК

- Физическое воспитание
- Физическая подготовка
- Физическое развитие

### ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- Процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качеств и способностей.
- Процесс формирования у человека двигательных умений и навыков, а также передачи специальных физкультурных знаний.
- Процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными умениями.

Ответы: 1-Б; 2-В; 3-А.

## 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ФВ НАПРАВЛЕННОСТЬ

- Сознательность и активность
- Наглядность
- Доступность

- Создает правильное представление, образ двигательного задания или отдельного элемента.
- Обязывает строго учитывать возрастные и

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 9 -</p>
--	---	--	--------------

4. Систематичность  
5. Динамичность

половые особенности, уровень подготовленности, а также индивидуальные различия в физических и психических способностях занимающихся.  
В) Формирует осмысленное отношение и устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями.  
Г) Заключается в постановке все более трудных заданий по мере выполнения предыдущих.  
Д) Обеспечивает регулярность занятий, рациональное чередование нагрузок и отдыха.

**3.4. УСТАНОВЛЕНИЕ СООТВЕТСТВИЯ ПРЕДПОЛАГАЕТ НАЛИЧИЕ ТРЕТЬЕГО МНОЖЕСТВА.** В таких заданиях элементы первого множества сопоставляются с элементами второго и третьего множеств.

### 1. КОМПОНЕНТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1. Физическое воспитание
2. Спорт
3. Физическая рекреация
4. Двигательная реабилитация

### СОДЕРЖАНИЕ

- I. Упражнения ЛФК
- II. Физические упражнения, прогулки
- III. Собственно-соревновательная деятельность и подготовка к ней
- IV. Педагогический процесс

### ЦЕЛЬ

- A) Развитие физических качеств и двигательных навыков
- B) Физическое совершенствование, достижение результата
- B) Восстановление работоспособности и организма
- Г) Поддержание и восстановление физических и духовных сил, профилактика утомления

Ответы: 1-IV-A; 2-III- Б; 3-II- Г; 4-I-B.

### Критерии оценки тестирования

Оценка по 100-балльной системе	Оценка по системе «зачтено - не зачтено»	Оценка по 5-балльной системе		Оценка по ECTS
96-100	зачтено	5	отлично	A
91-95	зачтено			B
81-90	зачтено	4	хорошо	C
76-80	зачтено			D
61-75	зачтено	3	удовлетворительно	E
41-60	не зачтено	2	неудовлетворительно	Fx
0-40	не зачтено			F

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 10 -</p>
--	---	--	---------------

### 3.5. СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

**Проверяемые индикаторы достижения компетенции:** УК-7.2 Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.

#### Ситуационная задача 1.

У студентки при антропометрическом исследовании получены следующие данные: масса тела (70 кг), длина тела (161 см), ЖИ (45мл/кг), СИ (42).

#### Вопросы (задание):

Какие средства коррекции физического развития целесообразно применить в первую очередь?

**Решение.** Необходимо начать коррекцию с нормализации массы тела соответствующей диетой и подбором физических упражнений.

#### Ситуационная задача 2.

У студента при антропометрическом обследовании было выявлено: длина тела 163 см, масса тела 48 кг, обхват грудной клетки в паузе 75 см.

#### Вопросы (задание):

Определите крепость телосложения.

**Решение.** Индекс Пинье менее 18,5; следовательно, крепость телосложения очень слабая.

#### Критерии оценки решения ситуационных задач

Форма проведения текущего контроля	Критерии оценивания
Решения ситуационной задачи	«5» (отлично) – выставляется за полное, безошибочное выполнение задания
	«4» (хорошо) – в целом задание выполнено, имеются отдельные неточности или недостаточно полные ответы, не содержащие ошибок
	«3» (удовлетворительно) – допущены отдельные ошибки при выполнении задания
	«2» (неудовлетворительно) – отсутствуют ответы на большинство вопросов задачи, задание не выполнено или выполнено не верно

### 3.6. ЗАДАНИЯ ПО ОЦЕНКЕ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ

**Проверяемые индикаторы достижения компетенции:** УК-7.2 Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.

1. При наружном осмотре у студента обнаружено дефект осанки. Определите вид нарушения.
2. Оцените свое физическое развитие по весо-ростовому показателю (индекс Брока).
3. Оцените свое физическое развитие по весо-ростовому показателю (индекс Кетле).
4. Оцените свое физическое развитие по индексу пропорциональности развития грудной клетки (Эрисмана).
5. Оцените свое физическое развитие по числовому показателю крепости телосложения (индекс Пинье).

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 11 -</p>
--	---	--	---------------

6. Оцените свое физическое развитие по коэффициенту пропорциональности (КП – индекс Пирке), в процентах.

### Критерии оценивания практических задач

Форма проведения текущего контроля	Критерии оценивания
Решения практической задачи	«5» (отлично) – выставляется за полное, безошибочное выполнение задания
	«4» (хорошо) – в целом задание выполнено, имеются отдельные неточности или недостаточно полные ответы, не содержащие ошибок
	«3» (удовлетворительно) – допущены отдельные ошибки при выполнении задания
	«2» (неудовлетворительно) – отсутствуют ответы на большинство вопросов задачи, задание не выполнено или выполнено не верно

### 3.7. КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ СОБЕСЕДОВАНИЯ

*Проверяемые индикаторы достижения компетенции:* УК-7.1 Знает основные средства и методы физического воспитания.

#### Модуль 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов в медицинских и фармацевтических вузах РФ

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
2. Физическая культура, спорт, ценности физической культуры, физическое совершенство, физическое воспитание, физическое развитие, психофизическая подготовка, жизненно необходимые умения и навыки, физическая и функциональная подготовленность.
3. Двигательная активность, профессиональная направленность физического воспитания, роль физической культуры и спорта в развитии общества.
4. Социальные функции физической культуры и спорта.
5. Современное состояние физической культуры и спорта.
6. Физическая культура и спорт как действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей, их физического совершенствования.
7. Роль физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям.
8. Роль жизненно необходимых умений и навыков в психофизической подготовке.
9. Деятельностная сущность физической культуры в сфере учебного и профессионального труда.
10. Краткая характеристика ценностных ориентаций студентов на физическую культуру и спорт.
11. Основные положения организации физического воспитания в вузе.

#### Модуль 2. Социально-биологические основы физической культуры спорта

1. Понятие о социально биологических основах физической культуры.
2. Саморегуляция и самосовершенствование организма в процессе его развития.
3. Основные анатомо-морфологические понятия.
4. Общее представление о строении тела человека.
5. Понятие об органах тела человека.
6. Строение и функции опорно-двигательного аппарата.
7. Нервная и гуморальная регуляция физиологических процессов в организме.

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 12 -</p>
--	---	--	---------------

8. Понятие о рефлекторной дуге.
9. Физиологическая характеристика утомления и восстановления.

### 3.8. ТЕМЫ ДОКЛАДОВ

**Проверяемые индикаторы достижения компетенции:** УК-7.1 Знает основные средства и методы физического воспитания.

1. Физическая культура и спорт как социальный феномен общества:
  - физическая культура как часть общей культуры человечества;
  - роль физической культуры в развитии общества;
  - спорт и физическая культура – сходство и отличие;
  - функции физической культуры;
  - ценности физической культуры.
  
2. Современное состояние физической культуры и спорта:
  - ценности физической культуры;
  - спортивная база России;
  - анализ важнейших постановлений, законов о развитии физической культуры и спорта;
  - развитие массовой физической культуры.
  
3. Физическая культура и спорт – действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей, их физического совершенствования:
  - постановления, законы о развитии физической культуры и спорта в России;
  - понятие здоровья, физического совершенствования;
  - физическое, психическое, социальное здоровье;
  - формирование спортивного менталитета.
  
4. Физическая культура и спорт в формировании гуманных ценностей:
  - в научно-познавательной деятельности это совокупность знаний о природе, обществе, человеке и о способах претворения этих знаний в физическом воспитании, в занятиях физическими упражнениями;
  - в ценностно-ориентационной деятельности – ценности, определяющие нормы поведения спортсменов в сфере физического воспитания, массового и профессионального спорта;
  - в проектной деятельности – модели физически совершенного человека будущего, проекты спортивных сооружений, оборудования, инвентаря.
  
5. Формирование физической культуры личности современного человека:
  - разумное использование средств физической культуры и спорта для физического совершенствования и укрепления здоровья;
  - обучение умениям и навыкам управления своим телом, организмом, эмоциями и чувствами;
  - основы закаливания;
  - рациональное питание;
  - рациональное использование режима труда, отдыха, сна с учетом индивидуальных особенностей организма человека.
  
6. Биологические ритмы и работоспособность человека:

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 13 -</p>
--	---	--	---------------

- влияние физической тренировки на психические функции человека;
- биологические ритмы – ритмичное протекание физиологических процессов в организме человека;
- изменение работоспособности человека в течение дня, недели, месяца, года;
- отрицательное влияние недостаточной двигательной активности на работоспособность человека.

7. Организм человека – единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система:

- понятие биологической системы;
- организм человека – целостная система;
- внутренне постоянство организма человека;
- влияние внешней среды на организм человека;
- адаптация организма к различным раздражителям.

#### Критерии оценки докладов

Критерии оценки	Баллы	Оценка
Соответствие целям и задачам дисциплины, актуальность темы и рассматриваемых проблем, соответствие содержания заявленной теме, заявленная тема полностью раскрыта, рассмотрение дискуссионных вопросов по проблеме, сопоставлены различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, научность языка изложения, логичность и последовательность в изложении материала, количество исследованной литературы, в том числе новейших источников по проблеме, четкость выводов, оформление работы соответствует предъявляемым требованиям	5	Отлично
Соответствие целям и задачам дисциплины, актуальность темы и рассматриваемых проблем, соответствие содержания заявленной теме, научность языка изложения, заявленная тема раскрыта недостаточно полно, отсутствуют новейшие литературные источники по проблеме, при оформлении работы имеются недочеты	4	Хорошо
Соответствие целям и задачам дисциплины, содержание работы не в полной мере соответствует заявленной теме, заявленная тема раскрыта недостаточно полно, использовано небольшое количество научных источников, нарушена логичность и последовательность в изложении материала, при оформлении работы имеются недочеты	3	Удовлетворительно
Работа не соответствует целям и задачам дисциплины, содержание работы не соответствует заявленной теме, содержание работы изложено не научным стилем	2	Неудовлетворительно

#### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

**Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.**

Промежуточная аттестация включает следующие типы заданий: практико-ориентированные задания, собеседование по контрольным вопросам, решение ситуационной

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 14 -</p>
--	---	--	---------------

задачи.

#### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ ДЛЯ СОБЕСЕДОВАНИЯ

№	Вопросы для промежуточной аттестации	Проверяемые индикаторы достижения компетенций
1.	Физическая культура и спорт как социальные феномены	УК-7.1
2.	Физическая культура – часть общечеловеческой культуры	УК-7.1
3.	Спорт – явление культурной жизни	УК-7.1
4.	Физическая культура в структуре профессионального образования	УК-7.1
5.	Физическая культура личности студента	УК-7.1
6.	Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования	УК-7.1
7.	Профессиональная направленность физической культуры	УК-7.1
8.	Организационно-правовые основы физической культуры и спорта	УК-7.1
9.	Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении	УК-7.1
10.	Гуманитарная значимость физической культуры	УК-7.1
11.	Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту	УК-7.1
12.	Основы организации физического воспитания в вузе	УК-7.1
13.	Организм человека как сложная биологическая система	УК-7.1
14.	Понятие адаптации организма	УК-7.1
15.	Рациональная организация жизнедеятельности как условие формирования здоровья человека.	УК-7.1
16.	Психологический комфорт в коллективе как фактор здоровья современного человека	УК-7.1
17.	Понятие о социально-биологических основах физической культуры	УК-7.1
18.	Естественно-научные основы физической культуры и спорта	УК-7.1
19.	Принцип целостности организма и его единства с окружающей средой	УК-7.1
20.	Внешняя среда. Природные и социально-экологические факторы и их воздействие на организм	УК-7.1
21.	Внешняя среда. Природные и социально-экологические факторы и их воздействие на организм	УК-7.1
22.	Функциональные изменения организма при физических нагрузках.	УК-7.1
23.	Внешняя среда и её воздействие на организм и жизнедеятельность человека	УК-7.1
24.	Воздействие на организм производственной и социальной среды	УК-7.1
25.	Влияние факторов на организм человека	УК-7.1
26.	Социально-экономические и политические условия и факторы	УК-7.1
27.	Объективный и субъективный факторы обучения и реакция на них организма студентов	УК-7.1

**Критерии собеседования**

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 15 -</p>
--	---	--	---------------

Оценка за ответ	Критерии
Оценка «зачтено»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– знает общие основы физической культуры и здорового образа жизни;</li> <li>– может применять методико-практические навыки на практике;</li> <li>– знает научно-биологические основы физической культуры, спорта и здорового образа жизни;</li> <li>– ответы на вопросы по темам дисциплины последовательны, логически изложены, допускаются незначительные недочеты в ответе студента, такие как отсутствие самостоятельного вывода, речевые ошибки и пр.</li> </ul>
Оценка «не зачтено»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– отсутствуют способности усваивать теорию физической культуры, спорта и применять методико-практические навыки на практике;</li> <li>– не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя</li> </ul>

#### 4.2. ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ЗАДАНИЯ

**Проверяемые индикаторы достижения компетенции:** УК-7.2 Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.

Написать ответы на вопросы варианта.

##### Вариант 1

Задание 1 Виды физической культуры: базовая физическая культура, спорт, туризм, профессионально-прикладная физическая культура, оздоровительно-реабилитационная физическая культура, спортивно-реабилитационная физическая культура, фоновые виды: гигиеническая и рекреативная физическая культура.

Задание 2 Методика простейших методов саморегуляции психоэмоционального состояния.

Задание 3 Составить комплекс физкультминутки для снижения утомления.

##### Вариант 2

Задание 1 Социальная роль и функции физической культуры и спорта.

Задание 2 Методика простейших методов саморегуляции психоэмоционального состояния.

Задание 3 Провести функциональную пробу «20 приседаний за 30 сек» и оценить результаты физической работоспособности.

##### Вариант 3

Задание 1 Организм человека – единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.

Задание 2 Функциональные пробы и тесты для оценки физической работоспособности.

Задание 3 Функциональные пробы и тесты для оценки физической работоспособности. Составить комплекс утренней гимнастики.

##### Вариант 4

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 16 -</p>
--	---	--	---------------

Задание 1 Физические упражнения и режим индивидуальных нагрузок при проведении самостоятельных занятий, направленных на развитие выносливости.

Задание 2 Особенности составления подготовительной части учебно-тренировочного занятия (разминка).

Задание 3 Составить комплекс дыхательных упражнений для психической регуляции.

#### Вариант 5

Задание 1 Психофизиологические характеристики интеллектуальной деятельности.

Задание 2 Построение тренировочного занятия. Дозирование нагрузки во время занятия.

Задание 3 Составить комплекс физкультпаузы (3-5 упр.) для медицинских работников.

#### Вариант 6

Задание 1 Содержательные особенности здорового образа жизни.

Задание 2 Методика составления дыхательных упражнений для психической саморегуляции.

Задание 3 Составить комплекс общеразвивающих упражнений (8-10 упражнений).

#### Вариант 7

Задание 1 Самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

Задание 2 Методика оценки физической работоспособности.

Задание 3 Составить комплекс производственной гимнастики: вводной гимнастики в соответствии со своей профессией.

#### Вариант 8

Задание 1 Положения, определяющие социально-экономическую необходимость психофизической подготовки человека к труду.

Задание 2 Методика оценки физической подготовленности.

Задание 3 Провести функциональную пробу «20 приседаний за 30 сек» и оценить результаты физической работоспособности.

#### Вариант 9

Задание 1 Физические упражнения как средство формирования тканевого рельефа тела человека

Задание 2 Методика регуляции эмоциональных состояний.

Задание 3 Составить комплекс общеразвивающих упражнений (8-10 упражнений) с гимнастической палкой.

#### Вариант 10

Задание 1 Планирование объема и интенсивности физических упражнений.

Задание 2 Построение тренировочного занятия. Дозирование нагрузки во время занятия.

Задание 3 Составить комплекс общеразвивающих упражнений (8-10 упражнений) с

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 17 -</p>
--	---	--	---------------

гантелями.

### Вариант 11

- Задание 1 Общая характеристика спортивной тренировки.
- Задание 2 Особенности составления подготовительной части учебно-тренировочного занятия (разминка).
- Задание 3 Составить комплекс дыхательных упражнений (4-5) для саморегуляции состояния здоровья.

### Вариант 12

- Задание 1 Средства физической культуры для направленной коррекции работоспособности, усталости, утомления.
- Задание 2 Методика самостоятельных тренировочных занятий ходьбой и бегом.
- Задание 3 Составить комплекс утренней гигиенической гимнастики с эспандером.

### Вариант 13

- Задание 1 Физкультурно-спортивные занятия для активного отдыха и повышения функциональных возможностей.
- Задание 2 Методика составления и применения «Малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов.
- Задание 3 Оценить физическую работоспособность по безнагрузочным функциональным пробам и пробе с подскоками.

### Вариант 14

- Задание 1 Формы самостоятельных занятий.
- Задание 2 Планирование объема и интенсивности физических упражнений на самостоятельных занятиях.
- Задание 3 Составить комплекс физкультпаузы для снижения утомления.

### Вариант 15

- Задание 1 Зоны интенсивности физической нагрузки.
- Задание 2 Использование дыхательных упражнений и психической саморегуляции в повседневной жизни.
- Задание 3 Провести 12-минутный тест Купера и оценить физическую (аэробную) работоспособность.

## 2 семестр

### Вариант 1

- Задание 1 Психофизическая характеристика основных видов спорта.
- Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.
- Задание 3 Составить комплекс производственной гимнастики: вводной гимнастики (8-10) в соответствии со своей профессией.

### Вариант 2

- Задание 1 Выбор вида спорта и систем физических упражнений для активного отдыха.

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 18 -</p>
--	---	--	---------------

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Определить свой тип телосложения по индивидуальным показателям (по диапазону идеальной массы тела, по окружности запястья руки).

### Вариант 3

Задание 1 Планирование тренировки в избранном виде спорта.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Оценить функциональное состояние сердечнососудистой системы по функциональной пробе Руфье.

### Вариант 4

Задание 1 Осанка. Типы телосложения человека. Нарушения осанки в сагиттальной и фронтальной плоскости.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплекс физических упражнений для мышечной релаксации (8-10).

### Вариант 5

Задание 1 Оценка двигательной (физической) подготовленности.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплекс физических упражнений (не менее 10) для развития силовых способностей.

### Вариант 6

Задание 1 Массовый спорт, его направленность, цели, задачи, критерии эффективности.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Оценить функциональное состояние дыхательной системы по пробам Штаге и Генчи и сделать вывод.

### Вариант 7

Задание 1 Техника ходьбы. Дыхание при оздоровительной ходьбе.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплекс физических упражнений (не менее 10) для развития двигательного скоростно-силовых способностей.

### Вариант 8

Задание 1 Дыхательные упражнения с использованием различных методик.

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 19 -</p>
--	---	--	---------------

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Оценить физическое развитие по данным антропометрических измерений (антропометрические стандарты) и сделать вывод.

#### Вариант 9

Задание 1 Особенности тренировки в атлетической гимнастике.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплекс физических упражнений (не менее 10) для развития координационных способностей.

#### Вариант 10

Задание 1 Особенности тренировки в атлетической гимнастике.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплекс производственной гимнастики: физкультурной паузы (6-7) в соответствии со своей профессией.

#### Вариант 11

Задание 1 Средства специальной физической подготовки.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплекс физических упражнений (не менее 10) для развития скоростных способностей.

#### Вариант 12

Задание 1 Требования к физической подготовленности трудящихся в различных сферах современного профессионального труда.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплексы производственной гимнастики: физкультминутки (5-6 упражнений) и микропаузы (2-3 упражнения) в соответствии со своей профессией.

#### Вариант 13

Задание 1 Формирование профессионально-прикладных качеств на занятиях физической культурой и спортом.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплекс физических упражнений (не менее 10) для развития двигательного качества – гибкость.

#### Вариант 14

Задание 1 Диагностика уровня здоровья по возрастным нормам физического развития.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в

	Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации	Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры	- 20 -
--	--	---	--------

течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить конспект тренировочного занятия оздоровительным бегом (ходьбой).

### Вариант 15

Задание 1 Основы индивидуальной оздоровительной программы.

Задание 2 Составить индивидуальный дневник самоконтроля. Заполнять его в течение 2 недель. Сделать вывод по объективным и субъективным показателям.

Задание 3 Составить комплекс физических упражнений (не менее 10) для развития двигательного качества - выносливость.

### Критерии оценивания практических задач

Форма проведения промежуточного контроля	Критерии оценивания
Решения практической задачи	«5» (отлично) – выставляется за полное, безошибочное выполнение задания
	«4» (хорошо) – в целом задание выполнено, имеются отдельные неточности или недостаточно полные ответы, не содержащие ошибок
	«3» (удовлетворительно) – допущены отдельные ошибки при выполнении задания
	«2» (неудовлетворительно) – отсутствуют ответы на большинство вопросов задачи, задание не выполнено или выполнено не верно

### 4.3. СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

**Проверяемые индикаторы достижения компетенции:** УК-7.2 Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.

**Ситуационная задача 1.** При антропометрическом обследовании юноши 14 лет получены следующие результаты: индекс Пирке (85%), ЖЕЛ (3150 мл), становая тяга (125 кг), ИМТ (23,7кг/м<sup>2</sup>).

**Вопросы (задание):**

Какой вид спорта может быть рекомендован занимающемуся?

**Решение.** Борьба.

**Ситуационная задача 2.** Длина тела 121 см - 2 ц.и. (низкая), масса тела 24,5 кг - 4 ц.и. (средняя), окружность грудной клетки 60 см - 4 ц.и. (средняя), жизненная емкость легких 1700 мл - 4 ц.и. (средняя), мышечная сила правой кисти 3 кг - 3 ц.и. (пониженная), мышечная сила левой кисти - 3 кг - 3 ц.и. (пониженная), систолическое артериальное давление 92 мм рт.ст.- 5 ц.и. (среднее), диастолическое артериальное давление 52 мм рт.ст.- 4 ц.и. (среднее), частота сердечных сокращений 106 уд/мин - 8 ц.и. (очень высокая), толщина жировой складки (живот) 1.5 см - 6 ц.и. (повышенная), толщина жировой складки (плечо) 1.0 см - 4 ц.и. (средняя).

**Вопросы (задание):**

Оценить физическое развитие ребенка. Мальчик 8 лет 4 мес. 18 дней. Паспортный возраст 8 лет.

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 21 -</p>
--	---	--	---------------

**Решение.** Физическое развитие – низкое, дисгармоничное.

Микросоматический соматотип.

Функциональное состояние: жизненная емкость легких, мышечная сила удовлетворительные.

### Критерии оценки решения ситуационных задач

Форма проведения промежуточного контроля	Критерии оценивания
Решения ситуационной задачи	«5» (отлично) – выставляется за полное, безошибочное выполнение задания
	«4» (хорошо) – в целом задание выполнено, имеются отдельные неточности или недостаточно полные ответы, не содержащие ошибок
	«3» (удовлетворительно) – допущены отдельные ошибки при выполнении задания
	«2» (неудовлетворительно) – отсутствуют ответы на большинство вопросов задачи, задание не выполнено или выполнено не верно

### Критерии оценки уровня усвоения материала дисциплины и сформированности компетенций

Характеристика ответа	Оценка ECTS	Баллы в БРС	Уровень сформированности компетентности по дисциплине	Оценка по 5-балльной шкале
<p>Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию обучающегося. Студент демонстрирует высокий продвинутый уровень сформированности компетентности</p>	А	100-96	ВЫСОКИЙ	5 (5+)
<p>Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура,</p>	В	95-91		5

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 22 -</p>
--	---	--	---------------

<p>логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа. Студент демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций</p>				
<p>Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные обучающимся с помощью преподавателя. Студент демонстрирует средний уровень сформированности компетентности</p>	C	90-81	СРЕДНИЙ	4
<p>Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные обучающимся с помощью «наводящих» вопросов преподавателя. Студент демонстрирует средний достаточный уровень сформированности компетенций</p>	D	80-76		4 (4-)
<p>Дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий, которые обучающийся затрудняется исправить самостоятельно. Студент демонстрирует низкий уровень сформированности компетентности</p>	E	75-71	НИЗКИЙ	3 (3+)
<p>Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Обучающийся не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Обучающийся может конкретизировать обобщенные знания, доказав на</p>	E	70-66		3

	<p>Пятигорский медико-фармацевтический институт – филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации</p>	<p>Положение о фонде оценочных средств основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата, специалитета и магистратуры</p>	<p>- 23 -</p>
--	---	--	---------------

<p>примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студент демонстрирует крайне низкий уровень сформированности компетентности</p>				
<p>Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания обучающимся их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студент демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций</p>	E	65-61	Пороговый	3 (3-)
<p>Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающийся не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа обучающегося не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины. Компетентность отсутствует</p>	Fх	60-41	Компетентность отсутствует	2
<p>Не получены ответы по базовым вопросам дисциплины. Студент не демонстрирует индикаторов достижения формирования компетенций. Компетентность отсутствует</p>	F	40-0		2

### Итоговая оценка по дисциплине

Оценка по 100-балльной системе	Оценка по системе «зачтено – не зачтено»	Оценка по 5-балльной системе		Оценка по ECTS
96-100	зачтено	5	отлично	A
91-95	зачтено			B
81-90	зачтено	4	хорошо	C
76-80	зачтено			D
61-75	зачтено	3	удовлетворительно	E
41-60	не зачтено	2	неудовлетворительно	Fх
0-40	не зачтено			F