

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

**УТВЕРЖДАЮ**  
Зам. директора института по УВР  
\_\_\_\_\_ д.м.н. М. В. Черников  
«31» августа 2022 г.

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

Образовательная программа: специалитет по специальности: *30.05.01 Медицинская биохимия*

Квалификация выпускника: *врач- биохимик*

Кафедра: *физического воспитания и здоровья*

Курс: 2


Семестр: 3-4

Форма обучения: очная

Трудоемкость дисциплины: 328 часов, из них 328 часов контактной работы обучающегося с преподавателем

Промежуточная аттестация: зачет – 8 семестр

Пятигорск, 2022

|  |   |  |              |
|--|---|--|--------------|
|  | <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> |
|--|---|--|--------------|

## РАЗРАБОТЧИКИ:

Зав. каф. физического воспитания и здоровья, канд. пед. наук, доцент А.Ф. Щекин

Канд. пед. наук, доцент кафедры физического воспитания и здоровья Ю.И. Журавлева

Канд. пед. наук, старший преподаватель кафедры физического воспитания и здоровья Е.В. Ярошенко


## РЕЦЕНЗЕНТ:

канд. пед. наук, доцент кафедры физической культуры и спорта ПГБУ ВО «ПГУ», г. Пятигорск А.И. Осадчий

### 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 | <p>УК-7.1.1. Знает основные средства и методы физического воспитания</p> <p>УК-7.2.1. Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств</p> <p>УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной профессиональной деятельности;</li> <li>– влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</li> <li>– способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств;</li> <li>– организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;</li> <li>– использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа;</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>– выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики;</p> <p>– выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;</p> <p>– выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>– опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания;</p> <p>– способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;</p> <p>– методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;</p> <p>– методикой организации; и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях</p> |
|--|--|--|---|

## 2. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ ПОДИСЦИПЛИНЕ


1. Тестирование физической подготовленности.
2. Собеседование.

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

Текущая аттестация включает следующие типовые задания: тестирование физической подготовленности.

### 3.1. ЗАДАНИЯ ПО ОЦЕНКЕ ОСВОЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ


**Проверяемые индикаторы достижения компетенции:** УК-7.2.1. Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.

|  |  |   |       |
|--|--|---|-------|
|  | 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 | - 4 - |
|--|--|---|-------|

УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.


### ТЕСТЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

| №   | Тесты для оценки физической подготовленности студентов <u>1 курса</u><br>очной формы обучения | Оценка в баллах  |       |       |       |       | Проверяемые<br>индикаторы<br>компетенций |   |
|---|---|------------------|-------|-------|-------|-------|--|---|
|   |   | вид<br>испытания | 5     | 4     | 3     | 2     |  | 1 |
|   |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| <b>мужчины</b>                                    |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| <b>Тест на скоростную подготовленность</b>        |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 1   | Бег 100 м (сек.)  | 13,5             | 13,8  | 14,2  | 14,5  | 14,8  | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |
| <b>Тест на общую выносливость</b>                 |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 2   | Бег 3000 м<br>(мин/сек)   | 12,25            | 12,55 | 13,35 | 14,15 | 14,55 | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 3   | Прыжки в длину с<br>места   | 240              | 230   | 220   | 210   | 200   | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |
| <b>Тест на силовую подготовленность</b>           |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 4   | Подтягивание в<br>висе на<br>перекладине (кол.<br>повт.)                                      | 12               | 11    | 9     | 7     | 5     | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |
| <b>Тест на гибкость</b>                           |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 5   | Наклон вперед,<br>стоя на гимн.<br>скамейке (см)  | 12               | 6     | 0     | -2    | -8    | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |
| <b>женщины</b>                                    |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| <b>Тест на скоростную подготовленность</b>        |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 1   | Бег 100 м (сек.)  | 16,7             | 17,2  | 17,7  | 18,2  | 18,7  | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |
| <b>Тест на общую выносливость</b>                 |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 2   | Бег 2000 м<br>(мин/сек)   | 10,30            | 11,00 | 11,30 | 12,00 | 12,30 | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 3   | Прыжки в длину с<br>места   | 180              | 170   | 160   | 150   | 140   | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |   |                  |       |       |       |       |  |   |
| 4   | Поднимание<br>туловища в сед из<br>положения лежа<br>на спине, руки за                        | 55               | 45    | 35    | 25    | 15    | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                      |   |

|  |   |  |              |
|--|---|--|--------------|
|  | <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> |
|--|---|--|--------------|


|                         |  |    |    |   |   |    |                     |
|-------------------------|--|----|----|---|---|----|---------------------|
|                         | головой, ноги закреплены (кол. повт.)      |    |    |   |   |    |                     |
| <b>Тест на гибкость</b> |  |    |    |   |   |    |                     |
| 5                       | Наклон вперед, стоя на гимн. скамейке (см) | 15 | 10 | 5 | 0 | -5 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |

| №   | Тесты для оценки физической подготовленности студентов <u>2 курса</u> очной формы обучения | Оценка в баллах |       |       |       |       | Проверяемые индикаторы компетенций |   |
|---|--|-----------------|-------|-------|-------|-------|------------------------------------|---|
|   |  | вид испытания   | 5     | 4     | 3     | 2     |                                    | 1 |
|   |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| <b>мужчины</b>                                    |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| <b>Тест на скоростную подготовленность</b>        |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 1   | Бег 100 м (сек.)   | 13,4            | 13,7  | 14,1  | 14,4  | 14,7  | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |
| <b>Тест на общую выносливость</b>                 |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 2   | Бег 3000 м (мин/сек)   | 12,20           | 12,45 | 13,25 | 14,05 | 14,45 | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 3   | Прыжки в длину с места   | 242             | 232   | 222   | 212   | 202   | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |
| <b>Тест на силовую подготовленность</b>           |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 4   | Подтягивание в висе на перекладине (кол. повт.)  | 13              | 12    | 10    | 8     | 6     | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |
| <b>Тест на гибкость</b>                           |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 5   | Наклон вперед, стоя на гимн. скамейке (см)   | 13              | 7     | 1     | -1    | -7    | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |
| <b>женщины</b>                                    |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| <b>Тест на скоростную подготовленность</b>        |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 1   | Бег 100 м (сек.)   | 16,5            | 17,0  | 17,5  | 18,0  | 18,5  | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |
| <b>Тест на общую выносливость</b>                 |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 2   | Бег 2000 м (мин/сек)   | 10,25           | 10,55 | 11,25 | 11,55 | 12,25 | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 3   | Прыжки в длину с места   | 182             | 172   | 162   | 152   | 142   | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |  |                 |       |       |       |       |                                    |   |
| 4   | Поднимание туловища в сед из   | 56              | 46    | 36    | 26    | 16    | УК-7.2.1, УК-7.3.1.                |   |

|  |  |   |       |
|--|--|---|-------|
|  | 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 | - 6 - |
|--|--|---|-------|


|                         |  |    |    |   |   |    |                     |
|-------------------------|--|----|----|---|---|----|---------------------|
|                         | положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол. повт.) |    |    |   |   |    |                     |
| <b>Тест на гибкость</b> |  |    |    |   |   |    |                     |
| 5                       | Наклон вперед, стоя на гимн. скамейке (см)                             | 16 | 11 | 6 | 1 | -4 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |

| №   | тесты для оценки физической подготовленности студентов <u>3 курса</u> очной формы обучения | Проверяемые индикаторы компетенций |                 |       |       |       |                     |
|---|--|------------------------------------|-----------------|-------|-------|-------|---------------------|
|   |  | вид испытания                      | оценка в баллах |       |       |       |                     |
|   |  |                                    | 5               | 4     | 3     | 2     | 1                   |
| <b>мужчины</b>                                    |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| <b>Тест на скоростную подготовленность</b>        |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| 1   | Бег 100 м (сек.)   | 13,3                               | 13,6            | 14,0  | 14,3  | 14,6  | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на общую выносливость</b>                 |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| 2   | Бег 3000 м (мин/сек)   | 12,15                              | 12,40           | 13,20 | 14,00 | 14,40 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| 3   | Прыжки в длину с места   | 244                                | 234             | 224   | 214   | 204   | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на силовую подготовленность</b>           |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| 4   | Подтягивание в висе на перекладине (кол. повт.)  | 14                                 | 13              | 11    | 8     | 7     | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на гибкость</b>                           |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| 5   | Наклон вперед, стоя на гимн. скамейке (см)   | 14                                 | 8               | 2     | 0     | -6    | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>женщины</b>                                    |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| <b>Тест на скоростную подготовленность</b>        |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| 1   | Бег 100 м (сек.)   | 16,3                               | 16,8            | 17,3  | 17,8  | 18,3  | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на общую выносливость</b>                 |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| 2   | Бег 2000 м (мин/сек)   | 10,20                              | 10,50           | 11,20 | 11,50 | 12,20 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |  |                                    |                 |       |       |       |                     |
| 3   | Прыжки в длину с места   | 184                                | 174             | 164   | 154   | 144   | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |  |                                    |                 |       |       |       |                     |

|  |  |   |       |
|--|--|---|-------|
|  | 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 | - 7 - |
|--|--|---|-------|

|                         |   |    |    |    |    |    |                     |
|-------------------------|---|----|----|----|----|----|---------------------|
| 4                       | Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол. повт.) | 57 | 47 | 37 | 27 | 17 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на гибкость</b> |   |    |    |    |    |    |                     |
| 5                       | Наклон вперед, стоя на гимн. скамейке (см)  | 17 | 12 | 7  | 2  | -3 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |

| №   | тесты для оценки физической подготовленности студентов <u>4 курса</u> очной формы обучения | Проверяемые индикаторы компетенций |       |       |       |       |                     |
|---|--|------------------------------------|-------|-------|-------|-------|---------------------|
|   |  |                                    |       |       |       |       | вид испытания       |
|   |  | 5                                  | 4     | 3     | 2     | 1     |                     |
| <b>МУЖЧИНЫ</b>                                    |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| <b>Тест на скоростную подготовленность</b>        |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| 1   | Бег 100 м (сек.)   | 13,2                               | 13,5  | 13,9  | 14,2  | 14,5  | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на общую выносливость</b>                 |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| 2   | Бег 3000 м (мин/сек)   | 12,10                              | 12,35 | 13,15 | 13,55 | 14,35 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| 3   | Прыжки в длину с места   | 246                                | 236   | 226   | 216   | 206   | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на силовую подготовленность</b>           |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| 4   | Подтягивание в висе на перекладине (кол. повт.)  | 15                                 | 14    | 12    | 9     | 8     | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на гибкость</b>                           |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| 5   | Наклон вперед, стоя на гимн. скамейке (см)   | 15                                 | 9     | 3     | 1     | -5    | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>женщины</b>                                    |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| <b>Тест на скоростную подготовленность</b>        |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| 1   | Бег 100 м (сек.)   | 16,0                               | 16,6  | 17,1  | 17,6  | 18,1  | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на общую выносливость</b>                 |  |                                    |       |       |       |       |                     |
| 2   | Бег 2000 м (мин/сек)   | 10,25                              | 10,50 | 11,25 | 11,55 | 12,25 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |  |                                    |       |       |       |       |                     |


|  |   |  |              |
|--|---|--|--------------|
|  | <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> |
|--|---|--|--------------|

|   |   |     |     |     |     |     |                     |
|---|---|-----|-----|-----|-----|-----|---------------------|
| 3   | Прыжки в длину с места  | 186 | 176 | 166 | 156 | 146 | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на скоростно-силовую подготовленность</b> |   |     |     |     |     |     |                     |
| 4   | Поднимание туловища в сед из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены (кол. повт.) | 58  | 48  | 38  | 28  | 18  | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |
| <b>Тест на гибкость</b>                           |   |     |     |     |     |     |                     |
| 5   | Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке (см)   | 18  | 13  | 8   | 3   | -2  | УК-7.2.1, УК-7.3.1. |

**Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

| БАЛЛЫ | ВИДЫ ИСПЫТАНИЙ (тесты) |                    |   |                                      |                             |                  |  |
|-------|------------------------|--------------------|---|--------------------------------------|-----------------------------|------------------|--|
|       | ДЕВУШКИ                |                    |   |                                      |                             |                  |  |
|       | Бег на 100 м (сек.)    | Бег на 2 км (мин.) | Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.) | Наклон вперед из положения стоя (см) | Прыжок в длину с места (см) | Плавание на 50 м | Метание спортивно го снаряда весом 500 г (м) |
| 20    | 16,5                   | 10.30              | 47  | 16                                   | 195                         | 1.10             | 21   |
| 19    | 16,7                   | 10.40              | 46  | 15-14                                | 192                         | 1.12             | 20   |
| 18    | 16,8                   | 11.50              | 44  | 13                                   | 188                         | 1.14             | 19   |
| 17    | 16,9                   | 11.00              | 42  | 12                                   | 184                         | 1.16             | 18   |
| 16    | 17,0                   | 11.15              | 40  | 11                                   | 180                         | 1.18             | 17   |
| 15    | 17,2                   | 11.20              | 38  | -                                    | 178                         | 1.20             | -  |
| 14    | 17,3                   | 11.25              | 36  | 10                                   | 176                         | 1.22             | 16   |
| 13    | 17,4                   | 11.30              | 35  | 9                                    | 173                         | 1.23             | 15   |
| 12    | 17,5                   | 11.35              | 34  | 8                                    | 170                         | 1.24             | 14   |
| 11    | 17,6                   | 11.45              | 32  | 6                                    | 168                         | 1.28             | 12   |
| 10    | 17,7                   | 11.55              | 30  | 4                                    | 166                         | 1.32             | -  |
| 9     | 17,8                   | 12.05              | 28  | 2                                    | 164                         | 1.36             | 10   |
| 8     | 17,9                   | 12.15              | 26  | 1                                    | 162                         | 1.40             | -  |
| 7     | 18,0                   | 12.25              | 24  | 0                                    | 160                         | 1.44             | 9  |
| 6     | 18,1                   | 12.35              | 22  | -1                                   | 158                         | 1.48             | -  |
| 5     | 18,2                   | 12.45              | 20  | -2                                   | 156                         | 1.52             | 8  |




|  |   |  |              |
|--|---|--|--------------|
|  | <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 | 18,3 | 12.55 | 18 | -3 | 154 | 1.56 | - |
| 3 | 18,4 | 13.05 | 16 | -4 | 152 | 2.00 | 7 |
| 2 | 18,5 | 13.15 | 14 | -5 | 150 | 2.04 | - |
| 1 | 18,6 | 13.25 | 12 | -6 | 148 | 2.08 | 6 |

| БАЛЛЫ | ВИДЫ ИСПЫТАНИЙ (тесты) |                    |  |                                      |                             |                  |  |
|-------|------------------------|--------------------|--|--------------------------------------|-----------------------------|------------------|--|
|       | ЮНОШИ                  |                    |  |                                      |                             |                  |  |
|       | Бег на 100 м (сек.)    | Бег на 3 км (мин.) | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | Наклон вперед из положения стоя (см) | Прыжок в длину с места (см) | Плавание на 50 м | Метание спортивно го снаряда весом 700 г (м) |
| 20    | 13,5                   | 12.30              | 13   | 13                                   | 240                         | 0.42             | 37   |
| 19    | 13,9                   | 12.45              | 12   | 12                                   | 238                         | 0.43             | 36,5   |
| 18    | 14,2                   | 13.00              | 11   | 11                                   | 236                         | 0.44             | 36   |
| 17    | 14,5                   | 13.15              | -  | 9                                    | 233                         | 0.46             | 35,5   |
| 16    | 14,8                   | 13.30              | 10   | 7                                    | 230                         | 0.48             | 35   |
| 15    | -                      | 13.40              | -  | -                                    | 227                         | 0.50             | 34,5   |
| 14    | 14,9                   | 13.50              | -  | -                                    | 225                         | 0.52             | 34   |
| 13    | 15,0                   | 13.55              | -  | -                                    | 220                         | 0.53             | -  |
| 12    | 15,1                   | 14.00              | 9  | 6                                    | 215                         | 0.54             | 33,5   |
| 11    | 15,2                   | 14.15              | 8  | 4                                    | 214                         | 0.58             | 32   |
| 10    | 15,3                   | 14.30              | 7  | 2                                    | 213                         | 1.00             | 30   |
| 9     | 15,4                   | 14.45              | 6  | 0                                    | 212                         | 1.04             | 28   |
| 8     | 15,5                   | 15.00              | 5  | -1                                   | 211                         | 1.08             | 26   |
| 7     | 15,6                   | 15.15              | 4  | -2                                   | 210                         | 1.12             | 24   |
| 6     | 15,7                   | 15.30              | 3  | -3                                   | 209                         | 1.16             | 22   |
| 5     | 15,8                   | 15.45              | 2  | -4                                   | 208                         | 1.20             | 20   |
| 4     | 15,9                   | 16.00              | 1  | -5                                   | 207                         | 1.24             | 18   |
| 3     | 16,0                   | 16.15              | -  | -6                                   | 206                         | 1.28             | 16   |
| 2     | 16,1                   | 16.30              | -  | -7                                   | 205                         | 1.32             | 14   |
| 1     | 16,2                   | 16.45              | -  | -8                                   | 204                         | 1.36             | 12   |

### Критерии оценивания практических задач

| Курс   | Критерии оценивания |            |                       |                                |
|--------|---------------------|------------|-----------------------|--------------------------------|
| 1 курс | 3,5 отлично         | 2,5 хорошо | 2,0 удовлетворительно | меньше 2,0 неудовлетворительно |
| 2 курс | 3,5 отлично         | 3,0 хорошо | 2,0 удовлетворительно | меньше 2,0 неудовлетворительно |

|  |   |  |               |
|--|---|--|---------------|
|  | <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 курс | 3,5 отлично | 3,0 хорошо | 2,0<br>удовлетворительно | меньше 2,0<br>неудовлетворительно |
| 4 курс | 3,5 отлично | 3,0 хорошо | 2,0<br>удовлетворительно | меньше 2,0<br>неудовлетворительно |


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

**Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.**

Промежуточная аттестация включает следующие типы заданий: собеседование по контрольным вопросам.

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ ДЛЯ СОБЕСЕДОВАНИЯ


| №  | Вопросы для промежуточной аттестации   | Проверяемые индикаторы достижения компетенций |
|----|--|---|
| 1  | Общие положения воспитания телесно-двигательных качеств  | УК-7.1.1.                                     |
| 2  | Методы и средства развития силы  | УК-7.1.1.                                     |
| 3  | Методы и средства развития выносливости  | УК-7.1.1.                                     |
| 4  | Методы и средства развития ловкости  | УК-7.1.1.                                     |
| 5  | Методы и средства развития быстроты  | УК-7.1.1.                                     |
| 6  | Методы и средства развития гибкости  | УК-7.1.1.                                     |
| 7  | Планирование объема и интенсивности физических упражнений  | УК-7.1.1.                                     |
| 8  | Интенсивность физической нагрузки, связь ее с ЧСС  | УК-7.1.1.                                     |
| 9  | Признаки чрезмерной нагрузки   | УК-7.1.1.                                     |
| 10 | Гигиена самостоятельных занятий  | УК-7.1.1.                                     |
| 11 | Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учетом умственной учебной нагрузки       | УК-7.1.1.                                     |
| 12 | Предварительный, текущий и итоговый учет тренировочной нагрузки и корректировка тренировочных планов | УК-7.1.1.                                     |
| 13 | Пульсовые режимы рациональной тренировочной нагрузки для лиц студенческого возраста                  | УК-7.1.1.                                     |
| 14 | Гигиена самостоятельных занятий. Питание, питьевой режим, уход за кожей. Элементы закаливания        | УК-7.1.1.                                     |
| 15 | Планирование тренировки в баскетболе, волейболе, футболе   | УК-7.1.1.                                     |
| 16 | Физическая, техническая, тактическая и психическая подготовленность в баскетболе                     | УК-7.1.1.                                     |
| 17 | Физическая, техническая, тактическая и психическая   | УК-7.1.1.                                     |

|  |   |  |               |
|--|---|--|---------------|
|  | <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> |
|--|---|--|---------------|

|    |   |           |
|----|---|-----------|
|    | подготовленность в волейболе  |           |
| 18 | Физическая, техническая, тактическая и психическая подготовленность в футболе   | УК-7.1.1. |
| 19 | Физическая, техническая, тактическая и психическая подготовленность в бадминтоне  | УК-7.1.1. |
| 20 | Физическая, техническая, тактическая и психическая подготовленность в дартсе  | УК-7.1.1. |
| 21 | Влияние плавания на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося   | УК-7.1.1. |
| 22 | Влияние легкой атлетики на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося  | УК-7.1.1. |
| 23 | Влияние аэробики, ритмической гимнастики, калланетики, шейпинга, атлетической гимнастики на физическое развитие, функциональную подготовленность и психические качества занимающегося | УК-7.1.1. |
| 24 | Граница интенсивности физической нагрузки для лиц студенческого возраста  | УК-7.1.1. |
| 25 | Признаки чрезмерной нагрузки  | УК-7.1.1. |
| 26 | Учет индивидуальных особенностей в самостоятельной работе. Двигательная подготовленность  | УК-7.1.1. |
| 27 | Контрольные упражнения для оценки уровня развития силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости  | УК-7.1.1. |
| 28 | Оценка двигательной (физической) подготовленности   | УК-7.1.1. |
| 29 | Методы определения физической подготовленности: проба на развитие мышц живота, силы мышц спины, мышц ног, на меткость броска, на дальность броска, на равновесие, на координацию      | УК-7.1.1. |
| 30 | Оценка физической работоспособности по результатам 12-минутного теста в беге и плавании   | УК-7.1.1. |

### Критерии собеседования


| 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> |

|  |   |  |               |
|--|---|--|---------------|
|  | <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> |
|--|---|--|---------------|


|                            |   |
|----------------------------|---|
| <p>Оценка «не зачтено»</p> | <p>– отсутствуют способности усваивать теорию физической культуры, спорта и применять методико-практические навыки на практике;<br/>– не знает основных понятий дисциплины, не отвечает на дополнительные и наводящие вопросы преподавателя</p> |
|----------------------------|---|

### 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<br>(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, 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> | В           | 95-91       |   | 5                          |
| <p>Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные</p>  | С           | 90-81       | СРЕДНИЙ   | 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>- 13 -</p> |
|--|---|--|---------------|

|   |   |       |           |        |
|---|---|-------|-----------|--------|
| <p>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>  |   |       |           |        |
| <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 |           | 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 примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студент демонстрирует крайне низкий уровень сформированности компетентности</p> | E | 70-66 | НИЗКИЙ    | 3      |
| <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</p>   | E | 65-61 | ПОРОГОВЫЙ | 3 (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>- 14 -</p> |
|--|---|--|---------------|

|  |    |       |                                       |   |
|--|----|-------|---------------------------------------|---|
| <p>показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции.<br/>Студент демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций</p>  |    |       |                                       |   |
| <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 | <b>КОМПЕТЕНТНОСТЬ<br/>ОТСУТСТВУЕТ</b> | 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              |