

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России)

Кафедра реабилитации, спортивной медицины и физической культуры ИПМ  
ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова МЗ РФ

**УТВЕРЖДЕНО**  
на заседании кафедры реабилитации,  
спортивной медицины и физической  
культуры ИПМ  
протокол № 129 от «25» мая 2023 г  
д. м.н. Поляев Б.А..

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
**по учебной дисциплине**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**  
06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология  
Биолог

Москва 2025



Фонд оценочных средств составлен в соответствии с требованиями ФГОС специальности 06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология, утверждено на заседании кафедры реабилитации, спортивной медицины и физической культуры ИПМ

Протокол № 129 от «25» мая 2023 г



**ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ  
АТТЕСТАЦИИ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы специалитета  
по специальности 06.05.02 Фундаментальная и прикладная биология

| № | Контролируемые<br>разделы<br>дисциплины  | Индекс<br>контролируемой<br>компетенции<br>(или её части) | Оценочные средства | Способ контроля |
|---|--|---|--------------------|-----------------|
| 1 | Теоретические основы<br>физической культуры.<br>Основные формы и<br>средства физического<br>воспитания | УК-7  | Тестовый контроль  | Текущий         |

**ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

| №   | Индекс компетенции и её содержание | Дескрипторы |       |   |
|---|------------------------------------|-------------|-------|---|
|   |                                    | знать       | уметь | владеть практическим опытом (трудовыми действиями): |
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной |                                    |             |       |   |



социальной и профессиональной деятельности.

|   |  |   |  |  |
|---|--|---|--|--|
| 1 | <b>УК-7.ИД1</b> - Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма | научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни. Основные средства физической культуры в совершенствовании функциональных возможностей систем организма, обеспечивающих жизнедеятельность человека. | разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения       | комплексом мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни |
| 2 | <b>УК-7. ИД2</b> - Планирует свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности      | основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроля за состоянием своего организма  | сочетать уровень умственной и двигательной активности в процессе рабочего дня, недели, года. | основные формами и средствами физического воспитания.  |
| 3 | <b>УК-7. ИД3</b> - Соблюдает и пропагандирует  | социальную роль физической культуры в   | творчески использовать средства и методы   | методами физической культуры для обеспечения   |



|  |  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|
|  | нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности | развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности; Принципы здорового образа жизни. | физического воспитания для профессионально-личностного роста, физического самосовершенствования, формирования стиля здорового образа жизни у всех субъектов своей профессиональной деятельности. | полноценной социальной и профессиональной деятельности |
|--|--|---|--|--|

**КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ И ПРИМЕНЯЕМЫЕ ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО  
КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

| № | Индекс компетенции | Наименование контрольных мероприятий      |
|---|--------------------|---|
|   |                    | Тестирование                              |
|   |                    | Наименование материалов оценочных средств |
|   |                    | Тестовые задания                          |
| 1 | УК-7               | 1-20                                      |



**КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ОЦЕНКИ  
знаний, умений, навыков, характеризующие этапы формирования  
компетенций в процессе освоения по дисциплине  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

**ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ**

ВЫБЕРИТЕ ОДИН ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ И УКАЖИТЕ ЕГО В ВИДЕ  
БУКВЫ НАПРИМЕР: Б

1. Инициатором возрождения олимпийских игр современности является:

- а) Римский император Феодосий
- б) Пьер де Фреді, барон де Кубертен
- в) Философ-мыслитель Аристотель
- г) Томас Бах

Эталон ответа: б) Пьер де Фреді, барон де Кубертен

Компетенция: УК-7

2. Где проходила зимняя олимпиада в 2014 г.?

- а) США
- б) Германия
- в) Россия
- г) Финляндия

Эталон ответа: в) Россия

Компетенция: УК-7

3. Назовите главные принципы кодекса спортивной чести  
«фэйрплей»:

- а) Сохранять чувство собственного достоинства при любых обстоятельствах
- б) Победе любой ценой
- в) Сочетание физического совершенства с высокой нравственностью
- г) Относиться с уважением и быть честным по отношению к соперникам, судьям

Эталон ответа: г) Относиться с уважением и быть честным по отношению к соперникам, судьям

Компетенция: УК-7



4. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности для занятий физической культурой студенты распределяются на следующие медицинские группы:

- а) Слабую, среднюю, сильную
- б) Оздоровительную, физкультурную, спортивную
- в) Без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья
- г) Основную, подготовительную, специальную

Эталон ответа: г) Основную, подготовительную, специальную

Компетенция: УК-7

5. Назовите основные физические качества человека:

- а) Быстрота, сила, смелость, гибкость
- б) Быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость
- в) Быстрота, сила, смелость, аккуратность, гибкость
- г) Быстрота, сила, ловкость, гибкость, внимательность

Эталон ответа: б) Быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость

Компетенция: УК-7

6. Способность человека выполнять физические упражнения с большой амплитудой:

- а) Гибкость
- б) Ловкость
- в) Быстрота
- г) Реакция

Эталон ответа: а) Гибкость

Компетенция: УК-7

7. С помощью какого теста определяется ловкость?

- а) 6-минутный бег
- б) Подтягивания
- в) Челночный бег
- г) Бег 100 метров

Эталон ответа: в) Челночный бег

Компетенция: УК-7

8. Способность поддерживать высокую скорость передвижения максимально длительное время без нарушения техники и утомления, называется:



- а) Скоростным индексом
- б) Скоростной выносливостью
- в) Коэффициентом проявления скоростных способностей
- г) Абсолютным запасом скорости

Эталон ответа: б) Скоростной выносливостью

Компетенция: УК-7

9. Развитию вестибулярной устойчивости способствуют...

- а) Челночный бег
- б) Бег на 100 метров
- в) Прыжки через скакалку
- г) Упражнения на равновесие

Эталон ответа: г) Упражнения на равновесие

Компетенция: УК-7

10. Наиболее информативным, объективным и широко используемым в практике физического воспитания и спорта показателем реакции организма на физическую нагрузку, является:

- а) Время выполнения двигательного действия
- б) Продолжительность сна
- в) Коэффициент выносливости
- г) Величина частоты сердечных сокращений

Эталон ответа: г) Величина частоты сердечных сокращений

Компетенция: УК-7

11. Первые летние Олимпийские игры проходили в Греции в:

- а) 1901
- б) 1896
- в) 1890
- г) 1912

Эталон ответа: б) 1896

Компетенция: УК-7

12. Волейбол играют на площадке размером:

- а) 24x12 м
- б) 18x9 м
- в) 16x9 м
- г) 18x12 м

Эталон ответа: б) 18x9 м

Компетенция: УК-7



13. Какая высота сетки в волейболе для мужчин:
- а) 2м 43см
  - б) 2м 64см
  - в) 2м 46см
  - г) 2м 45см
- Эталон ответа: а) 2м 43см  
Компетенция: УК-7
14. Какая высота сетки в волейболе для женщин:
- а) 2м 20см
  - б) 2м 24см
  - в) 2м 34см
  - г) 2м 25см
- Эталон ответа: б) 2м 24см  
Компетенция: УК-7
15. К зимним Олимпийским видам спорта не относится:
- а) Бобслей
  - б) Лыжные гонки
  - в) Хоккей с шайбой
  - г) Бадминтон
- Эталон ответа: г) Бадминтон  
Компетенция: УК-7
16. К летним Олимпийским видам спорта не относится:
- а) Баскетбол
  - б) Биатлон
  - в) Бадминтон
  - г) Хоккей на траве
- Эталон ответа: б) Биатлон  
Компетенция: УК-7
17. Олимпийский девиз, выражающий устремления Олимпийского движения, звучит так:
- а) «Главное не победа, а участие»
  - б) «О спорт - ты мир»
  - в) «Не бойся, я с тобой»
  - г) «Быстрее, выше, сильнее»
- Эталон ответа: г) «Быстрее, выше, сильнее»  
Компетенция: УК-7



18. К показателям физической подготовленности относится:
- а) Рост, вес, окружность грудной клетки
  - б) Сила, быстрота, выносливость
  - в) Артериальное давление, пульс
  - г) Частота дыхания
- Эталон ответа: б) Сила, быстрота, выносливость  
Компетенция: УК-7
19. Летние Олимпийские игры проводятся через каждые:
- а) 5 лет
  - б) 2 года
  - в) 3 года
  - г) 4 года
- Эталон ответа: г) 4 года  
Компетенция: УК-7
20. Зимние Олимпийские игры проводятся:
- а) В зависимости от решения МОК
  - б) В третий год празднуемой Олимпиады
  - в) В течение последнего года празднуемой Олимпиады
  - г) В течение второго календарного года, следующего после года начала Олимпиады
- Эталон ответа: г) В течение второго календарного года, следующего после года начала Олимпиады  
Компетенция: УК-7



### Критерии оценки тестирования обучающихся

| <b>«Отлично»</b>  | <b>«Хорошо»</b>   | <b>«Удовлетворительно»</b>  | <b>«Неудовлетворительно»</b>  |
|---|---|---|---|
| Количество<br>положительных ответов<br>91% и более<br>максимального балла теста | Количество<br>положительных ответов от<br>81% до 90% максимального<br>балла теста | Количество<br>положительных ответов от<br>71% до 80% максимального<br>балла теста | Количество<br>положительных ответов<br>менее 70% максимального<br>балла теста |



