

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: ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
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: ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»**

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

№	Контролируемые разделы дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства	Способ контроля
1	Общая физическая подготовка. Пять физических качеств человека	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
2	Общая физическая подготовка. Пять физических качеств человека.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
3	Легкая атлетика. Обучение.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
4	Легкая атлетика. Обучение.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий

5	Гимнастика. Обучение.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
6	Кроссфит и физические качества.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
7	Легкая атлетика совершенствование.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
8	Легкая атлетика совершенствование.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
9	Гимнастика. Совершенствование.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
10	Повышение функционального состояния организма с использованием спортивных игр.	УК-7	Тестовый контроль	Текущий
11	Легкая атлетика закрепление.	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	УК-7.ИД1 - 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 деятельность человека	Использовать средства и методы физической культуры для формирования физических и психических качеств личности и организация здорового образа жизни	Принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой

2	<p>УК-7. ИД2 - Планирует свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>	<p>Планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности и умственной нагрузки для сохранения и укрепления здоровья.</p>	<p>Применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования стиля здорового образа жизни</p>	<p>Навыками организации самостоятельных занятий физической культуры и спортом.</p>
3	<p>УК-7. ИД3 - Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p>Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль за состоянием своего организма.</p>	<p>Осуществлять самоконтроль состояния своего организма в процессе занятий физической культуры и спортом</p>	<p>Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, методами самоконтроля при физических нагрузках, а также навыками физического самосовершенствования.</p>

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

№	Индекс компетенции	Наименование контрольных мероприятий
		Тестирование
1	УК-7	Наименование материалов оценочных средств
		Тестовые задания
1	УК-7	1-9

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

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

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

1. Входило ли плавание в программу Олимпийских игр древности?
 - а) Нет.
 - б) Да.
 - в) Да, но только в программу для юношей.
 - г) Да, но не постоянно.

Эталон ответа: а) Нет.
Компетенция: УК-7
2. Кто из пловцов завоевал наибольшее количество золотых медалей на Олимпийских играх?
 - а) Марк Спитц
 - б) Райан Лохте
 - в) Майкл Феллс
 - г) Ян Торп

Эталон ответа: в) Майкл Феллс
Компетенция: УК-7
3. В какой из этих игр используется мяч наибольшей величины?
 - а) Баскетбол
 - б) Футбол
 - в) Волейбол
 - г) Водное поло

Эталон ответа: а) Баскетбол
Компетенция: УК-7
4. Чем бьют по мячу игроки в гольф?
 - а) Ракеткой
 - б) Битой

в) Клюшкой

г) Бутсами

Эталон ответа: в) Клюшкой

Компетенция: УК-7

5. В каком году первый раз советские спортсмены выступили в Олимпийских играх?

а) 1948

б) 1952

в) 1956

г) 1960

Эталон ответа: б) 1952

Компетенция: УК-7

6. В каком году Международный Олимпийский Комитет учредил специальную Медицинскую Комиссию по антидопинговому контролю?

а) 1957

б) 1967

в) 1974

г) 1982

Эталон ответа: б) 1967

Компетенция: УК-7

7. Профессионально-прикладную физическую подготовку следует проводить?

а) круглогодично

б) во внеучебное время

в) в каникулярное время

г) в период прохождения учебных производственных практик

Эталон ответа: а) круглогодично

Компетенция: УК-7

8. Затрата энергии в килокалориях на суммарный объём тренировочной нагрузки называется?

а) абсолютным показателем оптимального объёма нагрузки

б) интегральным показателем оптимального объёма нагрузки

в) относительным показателем оптимального объёма нагрузки

г) индивидуальным показателем оптимального объёма нагрузки

Эталон ответа: а) абсолютным показателем оптимального

объёма нагрузки

Компетенция: УК-7

9. Укажите основные составляющие расчета суточных энергозатрат?

- а) основной обмен, затраты на пищеварение
- б) основной обмен, затраты на мышечную деятельность
- в) основной обмен, затраты на мышечную деятельность, пищеварение, профессиональную деятельность
- г) основной обмен, затраты на мышечную деятельность, профессиональную деятельность

Эталон ответа: в) основной обмен, затраты на мышечную деятельность, пищеварение, профессиональную деятельность

Компетенция: УК-7

Критерии оценки тестирования обучающихся

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
Количество положительных ответов 91% и более максимального балла теста	Количество положительных ответов от 81% до 90% максимального балла теста	Количество положительных ответов от 71% до 80% максимального балла теста	Количество положительных ответов менее 70% максимального балла теста

