

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

УТВЕРЖАЮ
Проректор по учебной работе
Валишин Д. А.



_____ 2023 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Разработчик	Кафедра физической культуры
Специальность	30.05.02 Медицинская биофизика
Наименование ООП	30.05.02 Медицинская биофизика
Квалификация	Врач-биофизик
ФГОС ВО	Утвержден Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «13» августа 2020 г. №1002

1. Цель и задачи ФОМ (ФОС)

Цель ФОМ (ФОС) – установить уровень сформированности компетенций у обучающихся по программе высшего образования - программе специалитета по специальности 30.05.02 Медицинская биофизика, изучивших дисциплину «Физическая культура и спорт».

Основной задачей ФОМ (ФОС) дисциплины «Физическая культура и спорт» является оценка достижения обучающимися результатов обучения по дисциплине Физическая культура и спорт».

Паспорт оценочных материалов по дисциплине «Физическая культура и спорт»

№	Наименование пункта	Значение
1	Специальность	30.05.02 Медицинская биофизика
2.	Кафедра	Физической культуры
3.	Автор-разработчик	Бартдинова Г.А.
4.	Наименование дисциплины	Физическая культура и спорт
5.	Общая трудоемкость по учебному плану	72 ч/2 з.е
6.	Наименование папки	Фонд оценочных средств по дисциплине «Физическая культура и спорт»
7.	Количество заданий всего по дисциплине	50
8.	Для оценки «отлично» не менее	91%
9.	Для оценки «хорошо» не менее	81%
10.	Для оценки «удовлетворительно» не менее	71%
11.	Время тестирования (в минутах)	90 минут

В результате изучения дисциплины у обучающегося формируются следующие компетенции:

(Для ФГОС 3++)

Наименование компетенции	Индикатор достижения компетенции
УК-7	Инд.УК.-7.1
	Инд.УК. -7.2
	Инд.УК. -7.3

Код контролируемой компетенции

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

На закрытый вопрос рекомендованное время – 2 мин.

На открытое задание рекомендованное время – 10 мин.

№	Вопросы	Правильные ответы
Ответьте на вопрос		
1.	Система каких специальных физических упражнений, направлена на укрепление здоровья, совершенствование двигательных возможностей человека, гармоничное физическое развитие?	гимнастика
2.	В какой разновидности оздоровительной гимнастики, важным элементом является музыкальное сопровождение?	ритмическая гимнастика
3.	Как называется движение тела вокруг вертикальной оси с изменением расположения ступней?	поворот
4.	Как называется изменение строя или размещения занимающихся?	перестроение
5.	Как называется положение, в котором ноги согнуты (опора на носках), руки опираются на полу?	присед
6.	Как называется вращательное движение тела с последовательным касанием опоры и переворачиванием через голову?	кувырок
7.	Как называется вращательное движение тела с полным переворачиванием и с промежуточной опорой руками, с одной или двумя фазами полёта?	переворот вперёд
8.	Как называются упражнения в балансировании, бросковые упражнения, акробатические прыжки?	акробатические упражнения
9.	Как называется процесс развития двигательных качеств?	физическое воспитание
10.	Что предшествует расстройству мышечной координации, увеличение ЧСС?	перетренированность
11.	Какие упражнения направлены на совершенствование гибкости и развитие подвижности в суставах?	стретчинг
12.	Как называется оперативное регулирование эмоционально-волевых проявлений в ходе состязаний или напряженной тренировки?	психологическая подготовка
13.	Как называются сила, ловкость, выносливость,	физические качества

	гибкость в одном предложении.	
14.	Чем характеризуется состояние полного физического, психического и социального благополучия?	здоровье
15.	С помощью чего можно повысить сопротивляемость организма к различным внешним воздействиям?	закаливание
16.	Как называется уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств?	физическая подготовленность
17.	Как называется строй, при котором обучающиеся стоят один возле другого лицом к центру?	шеренга
18.	Какой документ, включает перечень знаний о физическом воспитании и физических упражнениях?	программа
19.	Как называется движение, в котором поочередное отталкивание от опоры ногами чередуется с полетом?	прыжок
20.	Каким названием объединены это упражнения приседания, наклоны головы и туловища; повороты головы и туловища; потягивания, поднятие, опускание, скрещивание и сгибание рук и ног	общеразвивающие упражнения
21.	Как называется строй, в котором обучающиеся расположены в затылок друг другу?	колонна
22.	Какая способность совершает двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени?	быстрота
23.	Какая основная форма организованного систематического обучения физическим упражнениям?	физкультурное занятие
24.	Как называется суммарный результат влияния нескольких занятий развивающего характера?	кумулятивный эффект
25.	Как называется метод совершенствования техники в условиях, что требует увеличение физических усилий?	метод сопряженного воздействия

№	Вопросы	Правильные ответы
<i>Дополните</i>		
1.	Название лыжных ходов (попеременный или одновременные) даны по работе _____	рук
2.	Обучение передвижению на лыжах начинают со _____	ступающего и скользящего шага;
3.	Самый удобный способ подъема наискось _____	лесенкой
4.	Выбор способа подъема в гору зависит от:	крутизны склона

5.	В соревнованиях по лыжным гонкам для обгона лыжник подает сигнал _____	голосом
6.	Крутые короткие подъемы лыжник преодолевает _____	«ёлочкой»
7.	Цель отталкивания палками в одновременном бесшажном ходе чтобы _____	увеличить скорость
8.	В одновременном бесшажном ходе в начале отталкивания лыжные палки находятся _____	на уровне креплений
9.	После прохождения медицинского обследования студенты распределяются по следующим медицинским группам: _____	основная, подготовительная, специальная;
10.	Старт в индивидуальных гонках лыжников может быть _____	только одиночным

Выберите правильный вариант

№	Вопросы	Правильные ответы
1	Какие виды не включает в себя лёгкая атлетика? А. ходьбу и бег; Б. многоборье; В. прыжки и метания; Г. опорные прыжки.	г
2	Какого вида многоборья не бывает: А. пятиборья; Б. девятиборья; В. семиборья; Г. десятиборья.	в
3	Какого вида прыжков в длину с разбега не существует: А. согнув ноги; Б. согнувшись; В. прогнувшись; Г. ножницы.	г
4	Чему равна длина бровки на стадионе стандартных размеров: А. 398 м; Б. 400 м; В. 399 м; Г. 401 м.	а
5	От чего в основном зависит результат в прыжках в длину с разбега: А. максимальной скорости разбега и отталкивания; Б. быстрого выноса маховой ноги;	а

	В. способа прыжка; Г. одновременной работе рук при отталкивании	
--	--------------------------------------------------------------------	--

Задачи

Код контролируемой компетенции

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

На закрытый вопрос рекомендованное время – 2 мин.

На открытое задание рекомендованное время – 10 мин.

№	Код контролируемой компетенции	Содержание задания	Правильные ответы
1.	УК-7	Какое положение необходимо принять пострадавшему на занятии по физической культуре и спорту с признаками травмы таза?	На спине с полусогнутыми в коленях и разведенными ногами
2.	УК-7	На занятии по физической культуре и спорту, что необходимо сделать при потере сознания у пострадавшего с признаками самостоятельного дыхания?	Придать пострадавшему устойчивое боковое положение
3.	УК-7	На занятиях по лыжной подготовке в случае отморожения конечности необходимо?	Наложить на конечность термоизолирующую повязку
4.	УК-7	На занятии по плаванию, при оказании первой помощи после извлечения пострадавшего из воды необходимо?	Оценить сознание, при его отсутствии оценить наличие дыхания, при отсутствии дыхания поручить помощнику вызвать скорую медицинскую помощь, приступить к сердечно-легочной реанимации
5.	УК-7	Какое оптимальное количество активных занятий физическими упражнениями для студентов ВУЗов должно составлять в недельном цикле?	6-9 часов
6.	УК-7	По мнению А.А. Гужаловского сложно-координационными видами спорта (спортивная и художественная гимнастика, акробатика, фигурное катание на коньках и т.д.) следует начинать	7 лет

		заниматься в возрасте?	
7.	УК-7	Определите возрастной период (по А.А. Гужаловскому) начала занятий для видов спорта «на выносливость» (плавание, лыжи, конькобежный, гребной спорт и т.д.) ?	9 лет
8.	УК-7	По мнению А.Н. Крестовникова интенсивность работы во время тренировки по сравнению с соревнованиями должна быть?	Выше
9	УК-7	В соревнованиях по лыжным гонкам для обгона лыжник подает сигнал?	Голосом
10	УК-7	Основным способом передвижения на лыжах является?	Скольжение

КРИТЕРИЙ ОЦЕНКИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Проведение зачета по дисциплине как основной формы проверки обучающихся предполагает соблюдение ряда условий, обеспечивающих педагогическую эффективность оценочной процедуры.

Важнейшие среди них:

1. обеспечить самостоятельность ответа, обучающегося по билетам одинаковой сложности требуемой программой уровня;
2. определить глубину знаний программы по предмету;
3. определить уровень владения научным языком и терминологией;
4. определить умение логически, корректно и аргументированно излагать ответ на зачете;
5. определить умение выполнять предусмотренные программой задания.

Оценки **«зачтено»** заслуживает ответ, содержащий:

- глубокое и системное знание всего программного материала и структуры дисциплины, а также знание основного содержания лекционного курса;
- свободное владение понятийным аппаратом, научным языком и терминологией, а также умение пользоваться понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем программы;
- логическое и убедительное изложение ответа

Оценки **«не зачтено»** заслуживает ответ, содержащий:

- незнание либо отрывочное представление учебно-программного материала, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержание лекционного курса;
- затруднения с использованием понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины.