



Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Саратовский государственный медицинский
университет имени В. И. Разумовского»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ

Директор Института общественного
здоровья, здравоохранения и
гуманитарных проблем медицины
_____ А.С. Федонников

« 29 » 05 2023 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Дисциплина: Элективные курсы по физической культуре-адаптационная дисциплина
(наименование дисциплины)

Направление подготовки: 19.03.01 Биотехнология
(код и наименование специальности)

Квалификация: Бакалавр
(квалификация (степень) выпускника)

1.1. КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ

№ п/п	Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование индикаторов сформированности компетенции	Семестр	Номер задания
1.1	УК7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	8	1-20

1.2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ПО ТИПАМ И УРОВНЯМ СЛОЖНОСТИ

№ п/п	Код компетенции	Индикатор сформированности компетенции	Номер задания	Тип задания	Уровень сложности задания	Время выполнения (мин.)
1.	УК7	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	1	Закрытый (<i>на установление соответствия</i>)	Базовый	3 мин.
2.	УК7	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	2	Открытый (<i>с развернутым ответом</i>)	Высокий	8 мин.
3.	УК7	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	3	Закрытый (<i>на установление последовательности</i>)	Базовый	5 мин.
4.	УК7	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	4	Закрытый (<i>с выбором нескольких ответов</i>)	Повышенный	2 мин.
5.	УК7	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	5	Закрытый (<i>на установление соответствия</i>)	Базовый	3 мин.
6.	УК7	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального	6	Открытый (<i>с</i>	Высокий	8 мин.

		сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности		<i>развернутым ответом)</i>		
7.	УК7	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	7	Закрытый (<i>на установление последовательности</i>)	Базовый	5 мин.
8.	УК7	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	8	Закрытый (<i>с выбором нескольких ответов</i>)	Повышенный	2 мин.
9.	УК7	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	9	Закрытый (<i>на установление соответствия</i>)	Базовый	3 мин.
10	УК7	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	10	Открытый (<i>с развернутым ответом</i>)	Высокий	8 мин.
11	УК7	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	11	Закрытый (<i>на установление последовательности</i>)	Базовый	5 мин.
12	УК7	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	12	Закрытый (<i>с выбором нескольких ответов</i>)	Повышенный	2 мин.
13	УК7	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для	13	Закрытый (<i>на</i>	Повышенный	3 мин.

		поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма		<i>установление соответствия)</i>		
14	<i>УК7</i>	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	14	Открытый (<i>с развернутым ответом</i>)	Высокий	8 мин.
15	<i>УК7</i>	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	15	Закрытый (<i>на установление последовательности</i>)	Базовый	5 мин.
16	<i>УК7</i>	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	16	Закрытый (<i>с выбором нескольких ответов и обоснованием выбора</i>)	Повышенный	2 мин.
17	<i>УК7</i>	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	17	Закрытый (<i>на установление соответствия</i>)	Базовый	3 мин.
18	<i>УК7</i>	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	18	Открытый (<i>с развернутым ответом</i>)	Высокий	8 мин.
19	<i>УК7</i>	ИД УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	19	Закрытый (<i>на установление последовательности</i>)	Высокий	5 мин.

20	УК7	ИД УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	20	Закрытый (с выбором нескольких ответов)	Повышенный	2 мин.
----	-----	---	----	---	------------	--------

2.1. ПОКАЗАТЕЛИ ОЦЕНИВАНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

Семестр №8	Шкала оценивания	
	«не зачтено»	«зачтено»
знать		
	Не знает основные понятия и основы в теории физической культуры и спорта	Знает теоретические и практические основы физической культуры и спорта.
уметь		
	Отсутствие навыков и физических качеств для выполнения тестовых нормативов.	стабильное повышение результатов при тестировании физической подготовленности по сравнению с первоначальным уровнем.
владеть		
	Отсутствие минимальных результатов при сдаче контрольных тестов	Владеет средствами и методами физической культуры

2.2. СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Тип задания	Указания по оцениванию	Результат оценивания (баллы, полученные за выполнение задания/характеристика правильности ответа)
Задание закрытого типа на установление соответствия	Задание считается верно выполненным, если правильно установлены все соответствия (позиции из одного столбца верно сопоставлены с позициями другого)	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ или его отсутствие – 0 баллов.
Задание закрытого типа на установление последовательности	Задание считается верно выполненным, если правильно указана вся последовательность цифр	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; если допущены ошибки или ответ отсутствует – 0 баллов.
Задание закрытого типа с выбором одного или нескольких вариантов ответа из предложенных	Задание считается верно выполненным, если правильно указана(-ы) цифра(-ы) ответа(-ов)	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; если допущены ошибки или ответ отсутствует – 0 баллов.
Задание закрытого типа с выбором одного верного ответа из	Задание считается верно выполненным, если правильно указана	Совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; неверный ответ

предложенных с обоснованием выбора	цифра и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа.	или его отсутствие – 0 баллов.
Задание закрытого типа с выбором нескольких вариантов ответа из предложенных с обоснованием выбора	Задание считается верно выполненным, если правильно указаны цифры и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа.	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; если допущены ошибки или ответ отсутствует – 0 баллов.
Задание открытого типа с развернутым ответом	Задание считается верно выполненным, если ответ совпадает с эталонным по содержанию и полноте.	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; если допущены ошибки или ответ отсутствует – 0 баллов.

*Оценивание заданий с развернутым ответом Критерии оценки при наличии эталонного ответа:

1. Правильность ответа (отсутствие фактических ошибок)
2. Полнота ответа (раскрытие объема используемых понятий)
3. Обоснованность ответа (наличие аргументов)
4. Логика изложения ответа (грамотная последовательность излагаемого материала)
5. Сопоставимость с эталонным ответом

3.1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ)

Задание 1

Прочитайте текст и установите соответствие.

Соотнесите понятия и их определения:

	Понятие		Определение
А	Физическая культура.	1	Процесс обучения и воспитания двигательных способностей;
Б	Спорт.	2	Часть культуры, направленная на укрепление здоровья и развитие человека;
В	Физическое воспитание	3	Соревновательная деятельность с целью достижения максимальных результатов.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: А Б В

А	Б	В

Задание 2

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Какова роль физической культуры в формировании профессиональных и личностных качеств будущего биотехнолога?

Ответ: _____

Задание 3

Прочитайте текст и установите последовательность

Расположите этапы урока физической культуры в правильном порядке:

- 1) основная часть;
- 2) подготовительная часть;
- 3) заключительная часть.

Запишите соответствующую последовательность букв слева направо:

--	--	--

Задание 4

Прочитайте текст и выберите все правильные варианты ответа

Что относится к основным средствам физической культуры?

- 1) физические упражнения;
- 2) тренажёры;
- 3) естественные природные факторы (солнце, воздух, вода).

Ответ: _____

Задание 5

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие между тестом и измеряемым качеством:

	тест		Измеряемое качество
А	Проба Мартине.	1	сила кисти;
Б	Динамометрия.	2	задержка дыхания;
В	Спирометрия.	3	объём лёгких

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: А Б В

А	Б	В

Задание 6

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Какие методы самоконтроля при занятиях физической культурой вы считаете наиболее эффективными для студентов медицинского вуза и почему?

Ответ: _____

Задание 7

Прочитайте текст и установите последовательность

Укажите правильную последовательность действий при проведении пробы Мартине:

- 1) измерение пульса и давления в покое;
- 2) выполнение 20 приседаний за 30 секунд;
- 3) повторное измерение показателей через 1, 2, 3 минуты после нагрузки.

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--

Задание 8

Прочитайте текст и выберите все правильные варианты ответа

Какие задачи решает физическое воспитание в медицинском вузе?

- 1) формирование мотивации к занятиям физической культурой;
- 2) развитие профессионально важных физических качеств;
- 3) подготовка к участию в спортивных соревнованиях.

Ответ: _____

Задание 9

Прочитайте текст и установите соответствие.

Соотнесите типы систем и их функции:

	Система		Функция
А	Урок физической культуры.	1	поддержание работоспособности в течение рабочего дня;
Б	Производственная гимнастика.	2	освоение программы дисциплины;
В	Самостоятельные занятия.	3	индивидуальная коррекция физической формы.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: А Б В Г

А	Б	В

Задание 10

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Каким образом регулярные занятия спортом способствуют профилактике профессиональных заболеваний у работников в сфере пищевой биотехнологии?

Ответ: _____

Задание 11

Прочитайте текст и установите последовательность

Расположите этапы закаливания по возрастанию интенсивности:

- 1) обтирание;

2) обливание прохладной водой;

3) контрастный душ.

Запишите соответствующую последовательность букв слева направо:

--	--	--	--	--

Задание 8

Прочитайте текст и выберите все правильные варианты ответа

Какие показатели используются для оценки физической подготовленности студентов?

1) результаты выполнения контрольных нормативов;

2) субъективная оценка самочувствия;

3) антропометрические данные (рост, вес).

Ответ: _____

Задание 13

Прочитайте текст и установите соответствие.

Определите, к какому разделу относятся следующие средства:

	Раздел		Средства
А	Физические упражнения.	1	средства физического воспитания;
Б	Закаливание.	2	средства оздоровления;
В	Рациональный режим дня.	3	средства организации жизнедеятельности;

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: А Б В

А	Б	В

Задание 14

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

В чём заключается специфика организации физического воспитания в медицинском вузе по сравнению с другими вузами?

Ответ: _____

Задание 15

Прочитайте текст и установите последовательность

Укажите последовательность развития физических качеств в процессе тренировки:

- 1) быстрота;
- 2) выносливость;
- 3) сила

Запишите соответствующую последовательность букв слева направо:

--	--	--

Задание 16

Прочитайте текст и выберите все правильные варианты ответа

Какие формы организации физкультурно-оздоровительной работы существуют в вузе?

- 1) учебные занятия (уроки);
- 2) спортивные праздники и дни здоровья;
- 3) самостоятельные занятия студентов.

Ответ: _____

Задание 17

Прочитайте текст и установите соответствие.

Соотнесите термин и его значение:

	термин		значение
А	Брадикардия	1	пониженная острота зрения;
Б	Миопия	2	пониженный пульс;
В	Аутогенная тренировка	3	комплекс психологических упражнений.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: А Б В

А	Б	В

Задание 18

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Как вы понимаете термин «прикладная физическая подготовка» и какие задачи она решает для студентов-медиков?

Ответ: _____

Задание 19

Прочитайте текст и установите последовательность

Расположите этапы самоконтроля при занятиях физической культурой:

- А) ведение дневника самоконтроля;
- Б) определение исходных показателей (пульс, вес, самочувствие);
- В) анализ динамики показателей и коррекция нагрузки.

Запишите соответствующую последовательность букв слева направо:

--	--	--	--	--

Задание 20

Прочитайте текст и выберите все правильные варианты ответа

Какие методы используются для контроля эффективности занятий физической культурой?

- 1) тестирование по теоретическим и практическим разделам;
- 2) ведение дневника самоконтроля;
- 3) анализ субъективных ощущений после нагрузки.

Ответ: _____

3.2. КЛЮЧИ К ОЦЕНИВАНИЮ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

№ задания	Верный ответ	Критерии
1	231	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
2	Физическая культура формирует стрессоустойчивость, выносливость, дисциплину, умение работать в команде, способствует профилактике гиподинамии и профессиональных заболеваний.	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи

3	213	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
4	123	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
5	213	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
6	Эффективны: ведение дневника самоконтроля (пульс, самочувствие, вес), контроль восстановления после нагрузки, использование функциональных проб (например, проба Мартине).	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
7	123	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
8	12	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
9	213	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
10	Спорт снижает риск сердечно-сосудистых и опорно-двигательных заболеваний, повышает общую работоспособность и стрессоустойчивость.	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
11	123	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
12	13	1 балл – полное правильное соответствие;

		0 баллов – остальные случаи
13	123	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
14	В медицинском вузе особое внимание уделяется профессионально-прикладной физической подготовке, профилактике заболеваний, формированию навыков ЗОЖ.	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
15	123	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
16	123	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
17	213	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
18	Прикладная физическая подготовка — это развитие физических качеств, необходимых для будущей профессиональной деятельности (например, выносливость и устойчивость к перегрузкам биотехнологов).	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
19	213	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи
20	12	1 балл – полное правильное соответствие; 0 баллов – остальные случаи

3.3. ПЕРЕЧЕНЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ И ОБОРУДОВАНИЯ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОЦЕНКИ КОМПЕТЕНЦИЙ

