



Министерство здравоохранения Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П. Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

Утверждено решением ученого совета
Протокол № 14 от 28.06.2023 г.

Фонд оценочных средств дисциплины	СГ.04. Физическая культура
Образовательная программа	Основная профессиональная образовательная программа - программа подготовки специалистов среднего звена по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика
Квалификация	Медицинский лабораторный техник
Форма обучения	Очная

Разработчик (и): кафедра физического воспитания, лечебной физкультуры и спортивной медицины

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
Г.В. Пономарева	Кандидат педагогических наук, доцент.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Заведующий кафедрой
В.Д. Прошляков	Доктор медицинских наук, профессор	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Профессор кафедры
Е.А. Левина	-	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Старший преподаватель

Рецензент (ы):

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
М.М. Лапкин	Доктор медицинских наук, профессор	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Заведующий кафедрой нормальной физиологии с курсом психофизиологии

Одобрено учебно-методической комиссией по программам среднего профессионального образования, бакалавриата и довузовской подготовки.

Протокол № 12 от 26.06.2023 г.

Одобрено учебно-методическим советом.

Протокол № 10 от 27.06.2023 г.

Нормативная справка.

Фонд оценочных средств дисциплины СГ.04. Физическая культура разработан в соответствии с:

ФГОС СПО	Приказ Министерства просвещения РФ от 4 июля 2022 г. № 525 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.03 Лабораторная диагностика"
Порядок организации и осуществления образовательной деятельности	Приказ Министерства образования и науки РФ от 24 августа 2022 г. № 762 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования»

1. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
1.1. Фонд оценочных средств для проведения текущей
аттестации обучающихся

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1	Основы формирования физической культуры личности.	ОК 01-08	Опрос
2	Легкая атлетика.	ОК 01-08	Опрос Тесты для оценки двигательной (физической) подготовленности
3	Спортивные игры. Волейбол.	ОК 01-08	Опрос Тесты для оценки двигательной (физической) подготовленности
4	Гимнастика.	ОК 01-08	Опрос Тесты для оценки двигательной (физической) подготовленности
5	Общая физическая подготовка	ОК 01-08	Опрос Тесты для оценки двигательной (физической) подготовленности

Критерии оценки опроса:

Оценка «5» - отлично

- глубокое и прочное усвоение материала темы;
- полные, последовательные, грамотные и логически излагаемые ответы;
- воспроизведение материала с требуемой степенью точности.

Оценка «4» - хорошо

- наличие несущественных ошибок, уверенно исправляемых после дополнительных и наводящих вопросов;
- демонстрация знаний в объеме пройденной программы.

Оценка «3» - удовлетворительно

- наличие несущественных ошибок в ответе, не исправляемых студентами;
- демонстрация студентами недостаточно полных знаний;
- неструктурированное изложение материала.

Оценка «2» - неудовлетворительно

- незнание материала темы;
- при ответе грубые ошибки.

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины «Физическая культура» осуществляется преподавателем в процессе проведения учебных занятий, тестирование

уровня физической и функциональной подготовленности, знаний по оценке своего физического развития и уровня развития своих физических качеств, умений по подбору физических упражнений для коррекции своих отстающих физических качеств.

Критерии оценки тестов для оценки двигательной (физической) подготовленности:

Оценка выполнения тестов общей физической подготовленности определяется по следующему количеству баллов, набранных в 5 тестах, при условии выполнения каждого из них не ниже, чем на один балл.

Характеристика направленности тестов	Девушки				Юноши			
	Оценка в баллах							
	5	4	3	2	5	4	3	2
1.Тест на скоростно-силовую подготовку 30м (сек)	5,1	5,7	5,9	6,3	4,3	4,6	4,8	5,2
2.Тест на скоростно-силовую подготовку 60м (сек)	9,6	10,5	10,9	11,5	7,9	8,6	7,9	8,2
3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) («отжимание»)	17	12	10	6	44	32	28	20
4.Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз («пресс») Тест на силовую подготовленность. Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	60	40	30	20				
					15	12	10	7
5.Тест на скоростно-силовую подготовку 500м (сек)	2.10	2.20	2.50	3.00				
Тест на скоростно-силовую подготовку 1000м (сек)					4.50	6.10	6.30	6.50

2. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

2.1. Форма промежуточной аттестации – дифференцированный зачет

Перечень тем для подготовки к дифференцированному зачету:

1. Физическая культура и спорт как общественное явление
2. Система физического воспитания в учреждениях СПО
3. Профессионально-оздоровительная направленность физического воспитания
4. Средства и методы совершенствования профессионально важных двигательных(физических) качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости.
5. ЗОЖ и его составляющие
6. Спортивные игры
7. Гимнастика
8. Понятие «Физическое развитие человека».
9. Профессионально важные двигательные (физические) качества: сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость.
10. Обучение движениям, способы регуляции физических нагрузок
11. Активный отдых в современных видах труда.
12. Профилактика травматизма.

2.2. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

Код проверяемой компетенции	Задание	Варианты ответов
ОК 01-08	1.Целью физического воспитания обучающихся в учреждениях СПО является:	1.а) участие в соревнованиях и физкультурно-спортивных мероприятиях; б) укрепление здоровья в) формирование ЗОЖ и основ физической культуры личности профессионала
ОК 01-08	2.Перечислите приоритетный порядок профессионально важных двигательных качеств для профессий медицинского профиля:	а) сила, ловкость; гибкость; б) выносливость, сила, быстрота, ловкость, гибкость; в) гибкость, быстрота, выносливость
ОК 01-08	3.Физическое развитие человека зависит от:	3.а) образа жизни, степени физической активности; б) только состояния здоровья; в) наследственности, социальных условий, состояния здоровья, образа жизни, степени физической активности;
ОК 01-08	4.Одним из основных физических качеств является:	4.а) внимание б) работоспособность в) сила

ОК 01-08	5.Физическое упражнение это:	5.а) одно из вспомогательных средств физической культуры, направленное на решение конкретной задачи б) основное средство физической культуры, способствующее решению задач физического воспитания в) режим труда и отдыха, закаливание
ОК 01-08	6.Перечислите группы задач физического воспитания:	6.а) воспитательные; развивающие; двигательные б) гигиенические; оздоровительные; развивающие; в) оздоровительные, образовательные, воспитательные
ОК 01-08	7.Укажите виды спорта, относящиеся к командным спортивным играм:	7.а) Гимнастика, плавание, футбол б) Футбол, волейбол, лыжные гонки в) баскетбол, футбол, волейбол, гандбол
ОК 01-08	8. Во время игры в волейбол на площадке может находиться игроков одной команды:	8.а) 6 б) 7 в) 11
ОК 01-08	9.При подборе силовых упражнений оздоровительной направленности необходимо учитывать:	9.а) только пол и возраст; б) пол, возраст, индивидуальные возможности организма, тип телосложения, состояние здоровья; в) состояние здоровья; наличие желания заниматься
ОК 01-08	10.Какие физические упражнения позволяют развивать физическое качество выносливость?	10.а) бег на длинные дистанции, плавание на длинные дистанции, езда на велосипеде на длинные дистанции б) эстафета 4х 100м, волейбол, баскетбол в) бег, лыжная подготовка, футбол, волейбол
ОК 01-08	11.Основными формами самостоятельных занятий являются:	11.а) утренняя гигиеническая гимнастика, упражнения в течение дня, самостоятельная тренировка б) уроки физической культуры, занятия в спортивных секциях, массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия

		в) упражнения в течение дня, уроки физической культуры
ОК 01-08	12.ЧСС у здоровых людей в состоянии покоя составляет в среднем:	12.а) 90-100 уд/мин б) 60-80 уд/мин в) 40-50 уд/мин
ОК 01-08	13.Временное снижение работоспособности принято называть:	13.а) усталостью б) напряжением в) переутомлением
ОК 01-08	14.Причины возникновения травм:	14.а) недостаточная физическая подготовленность, употребление алкоголя; б) нарушения техники безопасности, неадекватность физических нагрузок, слабая стрессоустойчивость, отсутствие культуры поведения, пренебрежение ЗОЖ. в) нарушение режима сна, питания, личной гигиены
ОК 01-08	15.Перечислите составляющие здорового образа жизни:	15.а) режим труда, отдыха, питания, двигательная активность, закаливание, профилактика вредных привычек б) учет требований санитарии и гигиены, экологических факторов, культура межличностного общения, психофизическая саморегуляция в) все вышеперечисленные факторы

– Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся показал глубокое полное знание и усвоение программного материала учебной дисциплины в его взаимосвязи с другими дисциплинами и с предстоящей профессиональной деятельностью, усвоение основной литературы, рекомендованной рабочей программой учебной дисциплины, знание дополнительной литературы, способность к самостоятельному пополнению и обновлению знаний.

– Оценка «хорошо» заслуживает обучающийся, показавший полное знание основного материала учебной дисциплины, знание основной литературы и знакомство с дополнительной литературой, рекомендованной рабочей программой, способность к пополнению и обновлению знаний.

– Оценка «удовлетворительно» заслуживает обучающийся, показавший при ответе знание основных положений учебной дисциплины, допустивший отдельные погрешности и сумевший устранить их с помощью преподавателя, знакомый с основной литературой, рекомендованной рабочей программой.

– Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если при ответе выявились существенные пробелы в знаниях обучающегося основных положений учебной дисциплины, неумение даже с помощью преподавателя сформулировать правильные ответы на вопросы билета;

Оценка	% правильных ответов
Отлично	85,1 - 100 %

Хорошо	65,1 -85 %
Удовлетворительно	50 - 65 %
Не удовлетворительно	менее 50 %

2.3. Процедура проведения и оценивания дифференцированного зачета: Процедура проведения и оценивания дифференцированного зачета.

Дифференцированный зачет проходит в смешанной форме - письменной (тестовый контроль) и тестов двигательной (физической) подготовленности.

Для студентов, относящихся по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, дифференцированный зачет проходит в письменной (тестовый контроль) форме.

Оценка за дифференцированный зачет получается путем среднего арифметического значения оценок за выполнение тестового контроля и тестов двигательной (физической) подготовленности.

При получении оценки «неудовлетворительно», хотя бы за одно из заданий, дифференцированный зачет считается невыполненным.

2.4. Критерии оценки тестов для оценки двигательной (физической) подготовленности

Оценка выполнения тестов общей физической подготовленности определяется по следующему количеству баллов, набранных в 6 тестах, при условии выполнения каждого из них не ниже, чем на два балла.

Характеристика направленности тестов	Девушки				Юноши			
	Оценка в баллах							
	5	4	3	2	5	4	3	2
1.Тест на скоростно-силовую подготовленность Бег – 100 м (сек.)	16,4	17,4	17,8	18,5	13,1	14,1	14,4	15,0
2. Тест на силовую подготовленность. Подтягивание на перекладине (кол-во раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) («отжимание»)					15	12	10	6
					44	32	28	20
3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) («отжимание»)	18	12	10	6				
	17	12	10	6				
4.Тест на общую выносливость: Бег 2000 м (мин.,с.) Бег 3000 м (мин.,с.)	10.50	12.30	13.10	14.30				
					12.00	13.40	14.30	15.30
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	195	180	170	150	240	225	210	190
5. Наклон вперед из положения	+16	+11	+8	+6	+13	+8	+6	+4

стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи (см)(гибкость)								
б. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) («пресс»)	43	35	32	28	48	37	33	28

Критерии оценки дифференцированного зачета:

Оценка "отлично" выставляется студенту, если среднее арифметическое оценок составляет 4,5-5,0

Оценка "хорошо" выставляется студенту, если среднее арифметическое оценок составляет 3,5-4,0,

Оценка "удовлетворительно" выставляется студенту, если среднее арифметическое оценок составляет -3,0

Оценка "неудовлетворительно" выставляется студенту, если среднее арифметическое оценок менее 3,0