

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Игнатенко Григорий Анатольевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 25.03.2025 12:06:02
Уникальный программный ключ:
c255aa436a6dccbd528274f148780fe5b9ab4264

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
М. ГОРЬКОГО»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Кафедра физического воспитания

«Утверждено»
на заседании кафедры
«30» августа 2024 г.
протокол № 1
заведующий кафедрой
Калиновская Т.Н.

Фонд оценочных средств по дисциплине

ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность

31.05.02 «Педиатрия»

Донецк 2024

ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Дата и номер протокола утверждения*	Раздел ФОС	Основание актуализации	Должность, ФИО, подпись, ответственного за актуализацию

Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Код и наименование компетенции	Код контролируемого индикатора достижения компетенции	Задания	
		Тестовые задания	Ситуационные задания
Универсальные компетенции (УК)			
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК-7.1.1. Знает основные средства и методы физического воспитания: - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; - основные физические качества и методики их развития, основы обучения движения; - особенности формирования психических качеств в процессе физического воспитания; - физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки; - основы здорового образа жизни и его составляющие, способы сохранения и укрепления здоровья.	Т1 УК-7.1.1 Т2 УК-7.1.1	С1 УК-7.1.1
	УК-7.2.1. Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств: - творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; - воспроизводить основные двигательные качества и использовать их для укрепления здоровья; использовать средства физической культуры и спорта для формирования психических качеств личности. - использовать средства для оценки уровня функциональной подготовленности организма при помощи элементарных тестов; - использовать знания здорового образа жизни в профессиональной и общественной жизни, применять физические упражнения как средство активного отдыха.	Т3 УК-7.2.1. Т4 УК-7.2.1.	С2 УК-7.2.1.

Оценивание результатов текущей успеваемости, ИМК, экзамена и выставление оценок за дисциплину проводится в соответствии с действующим Положением об оценивании учебной деятельности студентов ФГБОУ ВО ДонГМУ Минздрава России

Оценочные средства

Тестовые задания

Т1 УК-7.1.1. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ

- А. Педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, которые создают благоприятные условия для совершенствования систем организма
- Б.* Специализированный вид физического воспитания, который осуществляется соответственно требованиям и особенностям данной профессии
- В. Тип социальной практики физического воспитания, которая включает теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы, которые обеспечивают физическое совершенствование человека и формирование здорового образа жизни
- Г. Процесс овладения жизненно важными двигательными навыками

Т2 УК-7.1.1. СОВОКУПНОСТЬ УПРАЖНЕНИЙ, ПРИЕМОВ И МЕТОДОВ, НАПРАВЛЕННЫХ НА ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ И ДРУГИМ УМЕНИЯМ И НАВЫКАМ, А ТАКЖЕ НА ИХ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАЗЫВАЕТСЯ

- А. *Методикой обучения
- Б. Физической культурой
- В. Физическим воспитанием
- Г. Методикой разучивания

Т3 УК-7.2.1. ОПТИМАЛЬНАЯ СТЕПЕНЬ ВЛАДЕНИЯ ТЕХНИКОЙ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ, КОТОРАЯ ХАРАКТЕРИЗУЕТСЯ АВТОМАТИЗИРОВАННЫМ (ТО ЕСТЬ ПРИ МИНИМАЛЬНОМ КОНТРОЛЕ СО СТОРОНЫ СОЗНАНИЯ) УПРАВЛЕНИЕМ ДВИЖЕНИЯ, ВЫСОКОЙ ПРОЧНОСТЬЮ И НАДЕЖНОСТЬЮ ВЫПОЛНЕНИЯ НАЗЫВАЕТСЯ

- А. Двигательным умением
- Б. Техническим мастерством
- В. Двигательной одаренностью
- Г. *Двигательным навыком

Т4 УК-7.2.1. ПОНЯТИЕ «ФИЗИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ» СВЯЗАНО С

- А. Производственной деятельностью
- Б. Физическим состоянием человека
- В. Бытовыми двигательными действиями
- Г. * Особым видом двигательной деятельности, которая направлена на решение задач физического воспитания и подчинена его закономерностям

Во всех тестовых заданиях правильный ответ отмечен звездочкой (*)

Ситуационные задания

С1 УК-7.1.1. Изучая дисциплину «Прикладная физическая культура», Вы узнали, что термин «физическая подготовка» подчеркивает прикладную направленность физического воспитания к трудовой или иной деятельности, а также, что различают общую физическую подготовку (ОФП) и специальную (СФП).

Вопросы:

1. Какова направленность общей физической подготовки?
2. Чем характеризуется специальная физическая подготовка как процесс?
3. Что является результатом физической подготовки?

Эталоны ответов:

1. Общая физическая подготовка направлена на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылки достижения успеха в различных видах деятельности.
2. Специальная физическая подготовка – специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид профессии, спорта и др.), предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям человека.
3. Результатом физической подготовки является *физическая подготовленность*, отражающая достигнутую работоспособность в сформированных двигательных умениях и навыках, способствующих эффективности целевой деятельности (на которую ориентирована подготовка).

С2 УК-7.2.1. Вы решили для укрепления и сохранения здоровья, а также для тренировки профессионально-прикладных качеств, использовать средства прикладной физической культуры в процессе самостоятельных занятий.

Вопросы:

1. Какие упражнения из легкой атлетики применяются для укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развития общей выносливости, устойчивости к неблагоприятным метеорологическим факторам?
2. Какие упражнения используют для улучшения функциональных возможностей организма?
3. Какие упражнения, способствующие формированию быстроты, ловкости и координации, точности, реакции на движущийся объект, внимания, оперативного мышления, эмоциональной устойчивости, коммуникативных способностей, инициативности используются на занятиях баскетболом?

Эталоны ответов:

1. В различных сочетаниях и дозировках применяются ускоренная ходьба до 5км; длительный бег трусцой и в медленном темпе при ЧСС 130-150 уд. / мин; темповый кроссовый бег до 20 мин; фартлек («игра скоростей») до 30 мин; проведение занятий легкой атлетикой на открытом воздухе в переходное и теплое время года.
2. Упражнения из основной гимнастики, вольные упражнения, упражнения с предметами, силовые упражнения, акробатические упражнения; упражнения на повышенной опоре, упражнения на специальных тренажерах, прыжки в глубину и через снаряды, прыжки со скакалкой, средства и методы видов спорта.

3. Ловля, передача и ведение баскетбольного мяча в различных условиях и тактических взаимодействиях, броски в корзину с разных расстояний одной, двумя руками с места, после ведения, остановок, двусторонние игры на площадке стандартных размеров в различных составах с выполнением тактических заданий.