



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 № 1 от 01.09.2023 г

Фонд оценочных средств по дисциплине	«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»
Образовательная программа	Основная профессиональная образовательная программа высшего образования - программа специалитета по специальности <u>31.05.01</u> Лечебное дело
Квалификация	Врач-лечебник
Форма обучения	Очная

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

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
Галина Владимировна Пономарева	канд. пед. наук, доцент.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Заведующая кафедрой физического воспитания и здоровья
Владимир Дмитриевич Прошляков	д-р мед. наук, проф.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Профессор кафедры физической культуры и здоровья
Елена Александровна Левина	-	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Старший преподаватель кафедры физического воспитания и здоровья

Рецензент (ы):

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
Валерий Анатольевич Кирюшин	д-р мед. наук, проф.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	зав. кафедрой профильных гигиенических дисциплин с курсом гигиены, эпидемиологии и организации госсанэпидслужбы ФДПО
Алексей Александрович Дементьев	д-р мед. наук, доц.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	зав. кафедрой общей гигиены.

Одобрено учебно-методической комиссией по специальности Лечебное дело

Протокол № 11 от 26.06. 2023 г.

Одобрено учебно-методическим советом.

Протокол № 10 от 27.06. 2023г.

**Фонды оценочных средств
для проверки уровня сформированности компетенций (части компетенций)
по итогам освоения дисциплины**

1. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости

Характеристика направленности тестов	Женщины			Мужчины		
	Оценка в очках					
	5	4	3	5	4	3
1.Тест на скоростно-силовую подготовленность Бег – 100 м (сек.)	16,4	17,4	17,8	13,1	14,1	14,4
2. Тест на силовую подготовленность. Подтягивание на перекладине (кол-во раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)				15 44	12 32	10 28
3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	18 17	12 12	10 10			
4. Тест на общую выносливость: Бег 2000 м (мин.,с.) Бег 3000 м (мин.,с.)	10.50	12.30	13.10	12.00	13.40	14.30
4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	195	180	170	240	225	210
5. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи –см)	+16	+11	+8	+13	+8	+6
6. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1мин)	43	35	32			

В каждом семестре обучающиеся обязаны выполнять тесты по нормативам комплекса ГТО, контролирующие уровень физической подготовленности.

Примеры тем для написания презентаций:

1. История возникновения баскетбола.
2. Современные правила баскетбола и их сравнение с предыдущими.
3. Травматизм на занятиях по баскетболу и оказание первой медицинской помощи.
4. Характеристика мини-футбола как вида спорта и средства физического воспитания.

5. Отбор и прогнозирование способностей к занятиям футболом.
6. История современное состояние и перспективы развития футбола.
7. Характеристика футбола как вида спорта и средства физического воспитания.
8. Охарактеризуйте физкультурно-оздоровительные технологии силовой направленности;
9. Охарактеризуйте физкультурно-оздоровительные технологии танцевальной направленности;
10. Охарактеризуйте физкультурно-оздоровительные технологии, предназначенные на растягивание;
11. Обеспечение техники безопасности на занятиях плаванием. Оказание первой помощи пострадавшему;
12. Спортивные способы плавания и дистанции, на которых они используются.

Для оценки презентаций:

- Оценка «отлично» выставляется, если презентация соответствует всем требованиям оформления, представлен широкий библиографический список. Содержание презентации отражает собственный аргументированный взгляд студента на проблему. Тема раскрыта всесторонне, отмечается способность студента к интегрированию и обобщению данных первоисточников, присутствует логика изложения материала. Имеется иллюстративное сопровождение текста.
- Оценка «хорошо» выставляется, если презентация соответствует всем требованиям оформления, представлен достаточный библиографический список. Содержание презентации отражает аргументированный взгляд студента на проблему, однако отсутствует собственное видение проблемы. Тема раскрыта всесторонне, присутствует логика изложения материала.
- Оценка «удовлетворительно» выставляется, если презентация не полностью соответствует требованиям оформления, не представлен достаточный библиографический список. Аргументация взгляда на проблему недостаточно убедительна и не охватывает полностью современное состояние проблемы. Вместе с тем присутствует логика изложения материала.
- Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если тема презентации не раскрыта, отсутствует убедительная аргументация по теме работы, использовано не достаточное для раскрытия темы презентации количество литературных источников

2. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Форма промежуточной аттестации во 2, 3, 4, 5, 6 семестре –зачет.

Промежуточная аттестация проходит в форме зачета.

Порядок проведения промежуточной аттестации

Зачет во 2,3,4,5 семестре – результат промежуточной аттестации за семестр, не являющийся завершающим изучение дисциплины «*Элективные дисциплины по физической культуре и спорту*» оценивается как средний балл, рассчитанный как среднее арифметическое значение за все рубежные контроли семестра (учитываются только положительные результаты).

Процедура проведения и оценивания теоретического зачета в 6-семестре.

Зачет проходит в форме устного опроса. Студенту достается вариант билета путем собственного случайного выбора и предоставляется 20 минут на подготовку. Защита готового решения происходит в виде собеседования, на что отводится 15 минут (I). Билет состоит из 4 вопросов (II). Критерии сдачи зачета (III):

«Зачтено» - выставляется при условии, если студент показывает хорошие знания изученного учебного материала; самостоятельно, логично и последовательно излагает и интерпретирует материалы учебного курса; полностью раскрывает смысл предлагаемого

вопроса; владеет основными терминами и понятиями изученного курса; показывает умение переложить теоретические знания на предполагаемый практический опыт.

«Не зачтено» - выставляется при наличии серьезных упущений в процессе изложения учебного материала; в случае отсутствия знаний основных понятий и определений курса или присутствии большого количества ошибок при интерпретации основных определений; если студент показывает значительные затруднения при ответе на предложенные основные и дополнительные вопросы; при условии отсутствия ответа на основной и дополнительный вопросы.

Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

Код компетенции	Перечень знаний, умений, навыков деятельности каждого этапа компетенции	Текущая аттестация		Промежуточная аттестация	
		Форма	Оценочные средства	Форма	Оценочные средства
ОПК-2, ОПК-3, УК-7	знания: положительное воздействие регулярных физических нагрузок на уровень тренированности человека;	тестирование	анализ динамики результатов тестирования	тестирование	анализ динамики результатов тестирования
	умения: самооценка показателей физической подготовленности;	тестирование	опрос, объяснение студентом механизма сдвига показателей	тестирование	опрос, объяснение студентом механизма изменений показателей
	навыки: умение подбирать физические упражнения и их дозировку в зависимости от физического состояния человека	тестирование			

Фонды оценочных средств

для проверки уровня сформированности компетенций (части компетенций)
для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

1) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Знать» (воспроизводить и объяснять учебный материал с требуемой степенью научной точности и полноты):

Для формирования: УК-7, ОПК-2, ОПК-3.

Элективный курс «Баскетбол»

1. История возникновения баскетбола.
2. Травматизм на занятиях по баскетболу и оказание первой медицинской помощи.
3. Основные элементы технической подготовки баскетболистов

4. Броски в корзину. Классификация бросков.
5. Расскажите о тактике командной защиты.
6. Сущность тактики командного нападения.
7. Опишите основные элементы тактики игры.
8. Перечислите и раскройте задачи тактической подготовки.
9. Оценка уровня развития быстроты у баскетболистов и методика ее воспитания.
10. Оценка уровня развития скоростно-силовых качеств у баскетболистов и методика их воспитания.
11. Оценка уровня развития специальной выносливости у баскетболистов и методика ее воспитания.
12. Формы педагогического контроля (этапный, текущий, оперативный). Их цели.
13. Исследование индивидуальных особенностей ю баскетболистов.
14. Определение профиля личностных качеств студентов-баскетболистов.
15. Влияние свойств нервной системы на эффективность игровой деятельности баскетболистов.
16. Зависимость эффективности игры от особенностей внимания баскетболистов..
17. Особенности волевых качеств у баскетболистов.
18. Межличностные отношения в командах по баскетболу.
19. Тесты, позволяющие всесторонне оценить уровень подготовленности баскетболистов.
20. Подвижные игры, подготовительные и подводящие упражнения как одно из средств подготовки баскетболистов.

Элективный курс «Футбол»

1. История современное состояние и перспективы развития футбола.
2. Характеристика футбола как вида спорта и средства физического воспитания.
3. Современные тенденции развития тактики нападения в футболе.
4. Современные тенденции развития тактики защиты в футболе.
5. Характеристика мини-футбола как вида спорта и средства физического воспитания.
6. Характеристика техники перемещений в футболе.
7. Характеристика техники игры вратаря
8. Характеристика тактики игры вратаря
9. Последовательность обучения техническим приемам футбола
10. Характеристика стандартных тактических комбинаций в футболе
11. Особенности тактики мини-футбола
12. Характеристика индивидуальных тактических действий в нападении
13. Характеристика индивидуальных тактических действий в защите
14. Особенности методики обучения технике футбола в различных возрастных группах.
15. Средства обучения тактике игры и ее совершенствования.
16. Методы обучения тактике игры
17. Организация и проведение соревнований по футболу.
18. Методика судейства соревнований по футболу.
19. Оборудование и инвентарь для проведения занятий и соревнований по футболу
20. Проведение массовых соревнований по футболу.

Элективный курс «Физкультурно-оздоровительные технологии»

1. Охарактеризуйте физкультурно-оздоровительные технологии силовой направленности;
2. Охарактеризуйте физкультурно-оздоровительные технологии танцевальной направленности;

3. Охарактеризуйте физкультурно-оздоровительные технологии, предназначенные на растягивание;
4. Какие существуют двигательные программы на растягивание?
5. Что такое «растяжка», и какое физиологическое воздействие на организм она оказывает?
6. В каких видах спорта применяются «растяжки» (развитие гибкости)?
7. Дайте определение термину «стретчинг»;
8. Дайте определение оздоровительной аэробике. Каковы задачи оздоровительной аэробики?
9. С чем связан оздоровительный эффект тренировки?
10. В чем заключается эффективность выполнения физических упражнений?
11. Какие дидактические принципы необходимо учитывать при проведении оздоровительных занятий?
12. В чем суть анаболического эффекта оздоровительных занятий?
13. Какое влияние на организм человека оказывают занятия аэробными упражнениями?
14. Охарактеризуйте лечебно-реабилитационное направление аэробики;
15. Охарактеризуйте адаптивное направление аэробики;
16. Охарактеризуйте рекреативное направление аэробики;
17. Охарактеризуйте кондиционно-оздоровительное направление аэробики;
18. Что является формой организации занятий аэробикой?
19. В чем заключается физиологическая основа статических упражнений?
20. В чем состоит механизм растягивания мышц, связок, сухожилий?

Элективный курс «Плавание»

1. Начальное обучение плаванию, последовательность, методические приемы, средства.
2. Техника плавания кроль на груди.
3. Техника плавания кроль на спине.
4. Техника плавания брасс.
5. Техника плавания баттерфляй.
6. Методика обучения кролю на спине.
7. Методика обучения кролю на груди.
8. Методика обучения брассу.
9. Методика обучения баттерфляю.
10. Типичные ошибки при обучении плаванию баттерфляем и способы их исправления.
11. Типичные ошибки при обучении плаванию брассом и способы их исправления.
12. Типичные ошибки при обучении плаванию кролем на груди и способы их исправления.
13. Типичные ошибки при обучении плаванию кролем на спине и способы их исправления.
14. Техника плавания на боку.
15. Методика обучения стартам. Типичные ошибки и пути их исправления.
16. Методика обучения поворотам. Типичные ошибки и пути их исправления.
17. Место игр и игровых заданий в структуре урока.
18. Специальные упражнения пловца на суше.
19. Специальные упражнения пловца в водной среде.
20. Спасательные средства и их применение.

Примеры заданий в тестовой форме:

1. Наиболее рациональный способ плавания при преодолении длинных дистанций?
 - а) баттерфляй;
 - б) брасс;
 - в) кроль на груди;
 - г) кроль на спине.

2. По статистике наиболее частыми травмами в баскетболе являются:
- надрыв крестообразных связок колена и задней поверхности бедра;
 - растяжение связок голеностопных суставов;
 - сотрясения мозга;
 - ожоги в результате скольжения по паркету после падений.

3. Комплекс упражнений для растяжки мышц:
- стретчинг;
 - черлидинг;
 - танец;
 - степ.

4. Когда назначается угловой удар?
- мяч, коснувшийся игрока обороняющейся команды, пересек линию ворот, а гол забит не был;
 - игрок обороняющейся команды получил желтую карточку в штрафной площади;
 - мяч, коснувшийся игрока атакующей команды, пересек боковую линию;
 - по желанию главного судьи.

2) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Уметь»:

Характеристика направленности тестов	Женщины			Мужчины		
	Оценка в очках					
	5	4	3	5	4	3
1. Тест на скоростно-силовую подготовленность Бег – 100 м (сек.)	16,4	17,4	17,8	13,1	14,1	14,4
2. Тест на силовую подготовленность. Подтягивание на перекладине (кол-во раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)				15 44	12 32	10 28
3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	18 17	12 12	10 10			
4. Тест на общую выносливость: Бег 2000 м (мин.,с.) Бег 3000 м (мин.,с.)	10.50	12.30	13.10	12.00	13.40	14.30

4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	195	180	170	240	225	210
5. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи –см)	+16	+11	+8	+13	+8	+6
6. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	43	35	32			

В каждом семестре обучающиеся обязаны выполнять тесты по нормативам комплекса ГТО, контролирующим уровень физической подготовленности.

3) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Владеть»:

-методами определения и оценки физического развития человека:
антропометрия, соматоскопия, спирометрия.