Оценочные средства для проведения аттестации
по дисциплине «Физическая культура и спорт»
для обучающихся 2026 года поступления
по образовательной программе 37.05.01 Клиническая психология,
направленность (профиль) Патопсихологическая диагностика и психотерапия (специалитет),
форма обучения очная
на 2026-2027 учебный год

1. Оценочные средства для проведения текущего контроля на занятиях (ТК), оценки самостоятельной работы обучающихся (СР), проведения промежуточной аттестации (ПА), позволяющие проверить сформированность у обучающихся предусмотренных программой дисциплины знаний (з) / умений (у) / навыков (н):

УК-7.1.1. Знает основные средства и методы физического воспитания.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
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	з-1. Знает влияние физических упражнений, сил природной среды, гигиенических факторов на организм человека

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА

1.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Модульная единица 3. Естественно-научные основы физического воспитания	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три ответа из шести. Укажите какое воздействие на организм человека оказывают занятия физическими упражнениями? 1) снижают когнитивные способности мозга 2) повышают уровень стресса 3) укрепляют дыхательную систему 4) ускоряют обмен веществ 5) повышают иммунитет 6) ухудшают работу дыхательной системы	3) укрепляют дыхательную систему 4) ускоряют обмен веществ 5) повышают иммунитет	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Как называется комплекс условий, обеспечивающий укрепление здоровья, повышение работоспособности и профилактику заболеваний?	Гигиенические факторы	нет	да	нет

УК-7.1.1. Знает основные средства и методы физического воспитания.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный	УК-7.1.1. Знает основные средства и	з-2. Знает метод строго регламентированного

уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	методы физического воспитания	упражнения

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА
2.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Модульная единица 3. Естественно-научные основы физического воспитания.	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три ответа из шести. Укажите на чем основан метод регламентированного упражнения: 1) произвольная программа движений 2) точная программа движений 3) дозированная нагрузка 4) учет переносимости нагрузки 5) ограничение вспомогательных технических средств 6) нормирование отдыха	2) точная программа движений 3) дозированная нагрузка 6) нормирование отдыха	да	да	нет

	Модульная единица 4. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов. Модульная единица 6. Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорта Модуль 2. Методика и практика применения основных средств физического воспитания обучающихся. Модульная единица 7. Оздоровительная ходьба. Общая характеристика. Модульная единица 13. Оздоровительный бег. Модульная единица 14. Плавание. Общая характеристика.	**2. Вопросы с развёрнутым ответом**	Как называется способ педагогического воздействия, с помощью которого вырабатываются разнообразные полезные привычки поведения, развиваются волевые качества, психологическая устойчивость?	Метод упражнения	да	да	нет

УК-7.1.1. Знает основные средства и методы физического воспитания.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
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	з-3. Знает игровой метод (использование упражнений в игровой форме)

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА
3.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 4. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов. Модульная единица 6. Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорта Модуль 2. Методика и практика применения основных средств физического воспитания обучающихся. Модульная единица 7. Оздоровительная ходьба. Общая характеристика. Модульная единица 13. Оздоровительный бег. Модульная единица 14. Плавание. Общая	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три ответа из шести. Укажите эффекты использования игрового метода в физическом воспитании: 1) повышает интерес к занятиям 2) комплексно развивает физические качества 3) развивает специальные психологические качества 4) улучшает двигательные способности 5) повышает спортивное мастерство 6) снижает эмоциональный фон занятия	1) повышает интерес к занятиям 2) комплексно развивает физические качества 4) улучшает двигательные способности	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Как называется активная деятельность, основанная на движениях с обязательными правилами, направленная на всестороннее развитие человека?	Подвижная игра	да	да	нет

	характеристика.						

УК-7.1.1. Знает основные средства и методы физического воспитания.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
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	з-4. Знает соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме)

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА

4.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 4. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов. Модульная единица 6. Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорта Модуль 2. Методика и практика применения основных средств физического воспитания обучающихся. Модульная единица 7. Оздоровительная ходьба. Общая характеристика. Модульная единица 13. Оздоровительный бег. Модульная единица 14. Плавание. Общая характеристика.	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три ответа из шести. Укажите основные эффекты соревновательного метода: 1) развитие специальных качеств 2) формирование двигательных навыков 3) снижение физической нагрузки 4) повышение физической нагрузки 5) снижение эмоционального напряжения 6) умение действовать в стрессовых ситуациях	1) развитие специальных качеств 4) повышение физической нагрузки 6) умение действовать в стрессовых ситуациях	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Какие целостные двигательные действия являются средством ведения спортивной борьбы в соответствии с правилами состязаний по избранному виду спорта?	Соревновательные упражнения	нет	да	нет

УК-7.2.1 Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.2.1. Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств	у-1. Умеет использовать средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния организма.

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА
5.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Модульная единица 3. Естественно-научные основы физического воспитания Модульная единица 4.	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три ответа из шести. Укажите основные средства для поддержания и восстановления умственной работоспособности: 1) спринтерский бег 2) активный отдых 3) аэробные нагрузки 4) моржевание 5) физкультурные паузы 6) прыжки в длину	2) активный отдых 3) аэробные нагрузки 5) физкультурные паузы	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Как называется комплексная, динамичная характеристика	Функциональное состояние	нет	да	нет

	Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов. Модульная единица 5. Допинги и стимуляторы в спорте Модульная единица 6. Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорта		организма, отражающая способность человека эффективно выполнять физические и психоэмоциональные задачи в конкретный момент времени?				

УК-7.2.1 Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.2.1. Умеет подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств	у-2. Умеет организовывать деятельность по формированию здорового образа жизни, регулировать объем и нормировать физические нагрузки

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА

6.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Модульная единица 3. Естественно-научные основы физического воспитания Модульная единица 4. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов. Модульная единица 5. Допинги и стимуляторы в спорте Модульная единица 6. Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорта	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три ответа из шести. Укажите составляющие здорового образа жизни: 1) гиподинамия 2) физическая активность 3) стрессы 4) рациональное питание 5) личная гигиена 6) вредные привычки	2) физическая активность 4) рациональное питание 5) личная гигиена	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Как называется любая мышечная работа и двигательная активность, требующая расхода энергии, превышающая уровень покоя?	Физическая нагрузка	нет	да	нет

УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	н-1. Владеет навыком составления утренней гигиенической и производственной гимнастики

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА
7.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три правильных ответа из шести. Укажите основные формы производственной гимнастики: 1) лечебная физическая культура 2) физкультпауза 3) круговая тренировка 4) физкультминутка 5) функциональная тренирова 6) микропауза	2) физкультпауза 4) физкультминутка 6) микропауза	да	да	нет

	деятельности. Модульная единица 3. Естественно-научные основы физического воспитания	**2. Вопросы с развёрнутым ответом**	Как называется комплекс физических упражнений, выполняемых сразу после сна для ускорения перехода организма от состояния покоя к активной деятельности?	Утренняя гигиеническая гимнастика	нет	да	нет

УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	н-2. Владеет навыком оценки физического и функционального состояния организма человека

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА
8.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три правильных ответа из шести. Укажите пробы, оценивающие деятельность сердечно-сосудистой системы 1) проба Генчи 2) проба Штанге	1) проба Генчи 2) проба Штанге 5) проба ЖЕЛ	да	да	нет

	России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Модульная единица 3. Естественно-научные основы физического воспитания Модульная единица 4. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов. Модульная единица 5. Допинги и стимуляторы в спорте Модульная единица 6. Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорта		3) проба Руфье 4) проба Мартине 5) проба ЖЕЛ 6) проба Ромберга				
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Как называются врожденные морфофункциональные свойства организма, определяющие двигательные способности человека?	Физические качества	да	да	нет

УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	н-3. Владеет навыком составления комплексов упражнений развития основных физических качеств

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА
9.	Модуль 1. Теория физического воспитания, методология здорового образа жизни человека. Модульная единица 1. Физическое воспитание в медицинских и фармацевтических вузах России. Студенческое спортивное движение. Модульная единица 2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Модульная единица 3. Естественно-научные основы физического воспитания Модульная единица 4. Адаптивная физическая культура и спорт инвалидов. Модульная единица 5. Допинги и стимуляторы в спорте Модульная единица 6. Цифровые технологии в сфере физической культуры и спорта	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три правильных ответа из шести. Укажите основные физические качества человека: 1) выносливость 2) внимание 3) память 4) мышление 5) ловкость 6) сила	1) выносливость 5) ловкость 5) сила	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Какое физическое качество проявляется в способности человека быстро и точно решать двигательные задачи, перестраивая движения в зависимости от меняющейся обстановки?	Ловкость	нет	да	нет

2. Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации:

1. Особенности проведения занятий физической культурой для студентов различных учебных отделений (медицинских групп).
2. Формы физической культуры, используемые в режиме учебного труда студентов.
3. Принципы и технология составления комплексов упражнений для развития физических качеств.
4. Основы профессионально-прикладной физической подготовки студентов медицинского вуза.
5. Физиологические особенности тренированного организма.
6. Двигательная активность в формировании здорового образа жизни человека в различные периоды жизни.
7. Основные гигиенические средства в повышении умственной и физической работоспособности человека.
8. Средства и методы физической культуры и спорта в поддержании физической и умственной работоспособности на этапах суточной, недельной, семестровой и годовой динамики жизнедеятельности студента.

3. Задания по оценке освоения практических навыков (умений):

Задание № 1. Составить комплекс упражнений производственной гимнастики для клинических психологов.
Задание № 2. Составить комплекс упражнений для мобильности грудного отдела позвоночника с целью профилактики синдрома «офисный работник».
Задание №3. Составить комплекс упражнений для развития координации и вестибулярной устойчивости.

3. Пример билета для промежуточной аттестации:

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Волгоградский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Дисциплина: Физическая культура и спорт
Специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология, направленность (профиль) Патопсихологическая диагностика и психотерапия
Учебный год: 2026 - 2027

Экзаменационный билет №1.

1. Перечислите особенности проведения занятий физической культурой для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
2. Укажите основные и вспомогательные средства повышения умственной работоспособности студентов.
3. *Оценка практических умений и навыков.* Составьте комплекс упражнений производственной гимнастики для клинических психологов (8-10 упражнений).

Заведующий кафедрой С.Ю. Максимова

В полном объеме фонд оценочных средств по дисциплине доступен в ЭИОС ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России.
Рассмотрено на заседании кафедры физической культуры и здоровья, протокол № 16 от «30» мая 2026 г.

Заведующий кафедрой С.Ю. Максимова

