

**Оценочные средства для проведения аттестации  
по дисциплине «Физическая подготовка (элективные модули)»  
для обучающихся 2024 года поступления  
по образовательной программе 38.03.02 Менеджмент,  
направленность (профиль) Управление в здравоохранении (бакалавриат),  
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 особенности воздействия физических упражнений, природных факторов и гигиенических мер 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. Общая физическая подготовка.<br>Модульная единица 1. Легкая атлетика.<br>Модульная единица 2. Плавание.<br>Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика.<br><br>Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка.<br>Модульная единица 6. Бадминтон | <b>1. Выбор нескольких правильных ответов</b> | Выберите три ответа из шести. Укажите основные средства физического воспитания:<br>1) гигиенический факторы<br>2) медицинские факторы<br>3) оздоровительные силы природы<br>4) психологические факторы<br>5) физические упражнения<br>6) социальные факторы | 1) гигиенический факторы<br>3) оздоровительные силы природы<br>5) физические упражнения | да | да | нет |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>2. Вопросы с развёрнутым ответом</b>       | Как называется комплекс мероприятий, направленных на повышение устойчивости организма к воздействию различных факторов природной среды?                                                                                                                     | закаливающие процедуры                                                                  | 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-2. Знает метод стандартизированных упражнений, а также игровые и соревновательные подходы к физической активности |

| №  | Раздел дисциплины,<br>формирующий данный ЗУН<br>(модуль)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Тип задания                                   | Содержание задания                                                                                                                                                                                                                                                        | Правильный ответ                                                       | Для какого вида контроля<br>предназначен |    |     |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|----|-----|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                        | ТК                                       | СР | ПА  |
| 2. | Модуль 1. Общая физическая подготовка.<br>Модульная единица 1. Легкая атлетика.<br>Модульная единица 2. Плавание.<br>Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика.<br><br>Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка.<br>Модульная единица 4. Волейбол<br>Модульная единица 5. Баскетбол<br>Модульная единица 6. Бадминтон<br>Модульная единица 7. Настольный теннис<br>Модульная единица 8. Футбол<br>Модульная единица 9. Аэробика<br>Модульная единица 10. Дартс | <b>1. Выбор нескольких правильных ответов</b> | Выберите три ответа из шести. Укажите элементы игрового метода:<br>1) ограничение пространства для выполнения упражнений<br>2) игровая задача<br>3) ограничение числа участников действий<br>4) игровое действие<br>5) творческая составляющая<br>6) сравнение мастерства | 2) игровая задача<br>4) игровое действие<br>5) творческая составляющая | да                                       | да | нет |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>2. Вопросы с развёрнутым ответом</b>       | Как называются целостные двигательные действия, являющиеся 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 применять методики физической культуры для оптимизации когнитивных функций организма, стабилизации психоэмоционального состояния и повышения общего функционального уровня организма |

| №  | Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)                                                                                                                                                                                                                                                                              | Тип задания                                   | Содержание задания                                                                                                                                                                                                                                             | Правильный ответ                                   | Для какого вида контроля предназначен |    |     |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------|----|-----|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                    | ТК                                    | СР | ПА  |
| 3. | <p>Модуль 1. Общая физическая подготовка.</p> <p>Модульная единица 1. Легкая атлетика.</p> <p>Модульная единица 2. Плавание.</p> <p>Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика.</p> <p>Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка.</p> <p>Модульная единица 4. Волейбол</p> <p>Модульная единица 5. Баскетбол</p> | <b>1. Выбор нескольких правильных ответов</b> | <p>Выберите три ответа из шести.</p> <p>Укажите виды двигательной активности, которые подходят для людей с низким уровнем функционального состояния:</p> <p>1) ходьба</p> <p>2) бег</p> <p>3) джигитовка</p> <p>4) плавание</p> <p>5) йога</p> <p>6) сайкл</p> | <p>1) ходьба</p> <p>4) плавание</p> <p>5) йога</p> | да                                    | да | нет |

|                                                                                                                                                                                        |                                                 |                                                                                                           |                               |     |    |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----|----|-----|
| Модульная единица 6.<br>Бадминтон<br>Модульная единица 7.<br>Настольный теннис<br>Модульная единица 8.<br>Футбол<br>Модульная единица 9.<br>Аэробика<br>Модульная единица 10.<br>Дартс | <b>2. Вопросы с<br/>развёрнутым<br/>ответом</b> | Какие упражнения<br>необходимо<br>использовать для<br>активации полушарий<br>головного мозга<br>человека? | упражнения<br>нейрогимнастики | 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-2. Умеет организовывать мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни |

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

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                               |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                          |     |    |     |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----|----|-----|
| 4. | Модуль 1. Общая физическая подготовка.<br>Модульная единица 1. Легкая атлетика.<br>Модульная единица 2. Плавание.<br>Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика.<br><br>Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка.<br>Модульная единица 4. Волейбол<br>Модульная единица 5. Баскетбол<br>Модульная единица 6. Бадминтон<br>Модульная единица 7. Настольный теннис<br>Модульная единица 8. Футбол<br>Модульная единица 9. Аэробика<br>Модульная единица 10. Дартс | <b>1. Выбор нескольких правильных ответов</b> | Выберите три ответа из шести.<br>Укажите составляющие здорового образа жизни:<br>1) гиподинамия<br>2) физическая активность<br>3) стрессы<br>4) рациональное питание<br>5) личная гигиена<br>6) вредные привычки | 2) физическая активность<br>4) рациональное питание<br>5) личная гигиена | да  | да | нет |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>2. Вопросы с развёрнутым ответом</b>       | Как называется комплекс мер, направленных на укрепление здоровья, повышение работоспособности, профилактику заболеваний, улучшение физического развития?                                                         | оздоровительное мероприятие                                              | 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  | УК-7.2.1 Умеет подбирать и        | у-3. Умеет дозировать и контролировать |

|                                                                                                            |                                                                                                   |                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств | интенсивность физических нагрузок |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|

| №  | Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Тип задания                                   | Содержание задания                                                                                                                                                                                                   | Правильный ответ                                                | Для какого вида контроля предназначен |    |     |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----|-----|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                               |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                 | ТК                                    | СР | ПА  |
| 5. | Модуль 1. Общая физическая подготовка.<br>Модульная единица 1. Легкая атлетика.<br>Модульная единица 2. Плавание.<br>Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика.<br>Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка.<br>Модульная единица 4. Волейбол<br>Модульная единица 5. Баскетбол<br>Модульная единица 6. Бадминтон<br>Модульная единица 7. Настольный теннис<br>Модульная единица 8. Футбол<br>Модульная единица 9. Аэробика<br>Модульная единица 10. Дартс | <b>1. Выбор нескольких правильных ответов</b> | Выберите три ответа из шести.<br>Укажите правила дозирования физической нагрузки:<br>1) постепенность<br>2) спонтанность<br>3) волнообразность<br>4) регулярность<br>5) групповой подход<br>6) индивидуальный подход | 1) постепенность<br>4) регулярность<br>6) индивидуальный подход | да                                    | да | нет |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>2. Вопросы с развёрнутым ответом</b>       | Какой показатель дает объективную оценку интенсивности физической нагрузки?                                                                                                                                          | частота сердечных сокращений                                    | 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 (опыт деятельности) разработки комплексов 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  |
| 6. | Модуль 1. Общая физическая подготовка.<br>Модульная единица 1. Легкая атлетика.<br>Модульная единица 2. Плавание.<br>Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика. | <b>1. Выбор нескольких правильных ответов</b> | Выберите три правильных ответа из шести. Укажите на что направлен комплекс утренней гигиенической гимнастики:<br>1) развитие силы<br>2) развитие выносливости<br>3) улучшение кровообращения<br>4) поднятие настроения<br>5) расслабление мышечной системы<br>6) пробуждение организма | 3) улучшение кровообращения<br>4) поднятие настроения<br>6) пробуждение организма | да                                    | да | нет |

|  |  |                                         |                                                                                                                           |                  |     |    |     |
|--|--|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----|----|-----|
|  |  | <b>2. Вопросы с развёрнутым ответом</b> | Какая гимнастика обеспечивает снятие утомления, повышение работоспособности и укрепление здоровья в течение рабочего дня? | производственная | 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. Имеет навык (опыт деятельности) по оценке функционального статуса, необходимого для эффективной реализации профессиональной деятельности менеджера |

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

|    |                                                                                                                                                                    |                                               |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                |     |    |     |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----|----|-----|
| 7. | Модуль 1. Общая физическая подготовка.<br>Модульная единица 1. Легкая атлетика.<br>Модульная единица 2. Плавание.<br>Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика. | <b>1. Выбор нескольких правильных ответов</b> | Выберите три правильных ответа из шести. Укажите пробы, оценивающие деятельность сердечно-сосудистой системы<br>1) проба Руфье<br>2) проба Мартине<br>3) проба Генчи<br>4) проба Штанге<br>5) ортостатическая проба<br>6) проба Ромберга | 1) проба Руфье<br>2) проба Мартине<br>5) ортостатическая проба | да  | да | нет |
|    |                                                                                                                                                                    | <b>2. Вопросы с развёрнутым ответом</b>       | Как называется способность человека эффективно выполнять конкретные профессиональные задачи определенного объема и качества в рамках заданного времени, сохраняя при этом функциональное состояние организма?                            | профессиональная работоспособность                             | 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 | УК-7.3.1. Владеет методами и средствами физической культуры для | н-3. Имеет навык (опыт деятельности) составления комплексов упражнений, |

|                                                                         |                                                                    |                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | направленных на развитие ключевых физических качеств |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|

| №  | Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)                                                                                                                 | Тип задания                                   | Содержание задания                                                                                                                                                              | Правильный ответ                          | Для какого вида контроля предназначен |    |     |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------|----|-----|
|    |                                                                                                                                                                    |                                               |                                                                                                                                                                                 |                                           | ТК                                    | СР | ПА  |
| 8. | Модуль 1. Общая физическая подготовка.<br>Модульная единица 1. Легкая атлетика.<br>Модульная единица 2. Плавание.<br>Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика. | <b>1. Выбор нескольких правильных ответов</b> | Выберите три правильных ответа из шести. Укажите основные физические качества человека:<br>1) выносливость<br>2) внимание<br>3) память<br>4) мышление<br>5) ловкость<br>6) сила | 1) выносливость<br>5) ловкость<br>5) сила | да                                    | да | нет |
|    |                                                                                                                                                                    | <b>2. Вопросы с развёрнутым ответом</b>       | Какое физическое качество проявляется в способности человека выполнять движения с большой амплитудой?                                                                           | гибкость                                  | да                                    | да | нет |

2. Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации:

1. Развитие физических качеств, методы и средства.

2. Основные механизмы воздействия физических упражнений в рамках физической реабилитации.
3. Оздоровительные программы, необходимые для поддержания физической работоспособности.
4. Характеристика основных средств профессионально-прикладной физической подготовки специалиста.
5. Средства и методы физической культурой, способствующие профилактике и коррекции нарушений осанки.
6. Опишите технику выполнения прыжка в длину с места.
7. Назовите средства физической культуры, помогающие улучшить технику бега на короткие дистанции.
8. Охарактеризуйте основные виды аэробики.
9. Опишите технику выполнения упражнений на развитие мышц брюшного пресса.
10. Перечислите виды игры в дартс и правила счета в них.
11. Охарактеризуйте начальный этап обучения плаванию стилем «брасс».
12. Раскройте основные правила игры в баскетбол: ведение мяча, подсчет очков, нарушения –пробежка, фол и правило трех секунд.
13. Опишите технику выполнения дальней и ближней подач в бадминтоне.
14. Охарактеризуйте основные удары в настольном теннисе.

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

Задание № 1. Выполнить тесты по физической подготовленности:

- бег 60 м
- бег 2 км (девушки); бег 3 км (юноши)
- прыжок в длину с места
- подтягивание на высокой перекладине
- подъем туловища из положения лежа
- 10 хлопков прямыми руками над головой
- наклон туловища из положения стоя на гимнастической скамье
- челночный бег 5х20

Задание № 2. Разработать месячную программу двигательной активности с учетом индивидуальных особенностей морфофункционального состояния (на выбор: плоскостопие; асимметричная осанка; избыточная масса тела; дефицит массы тела).

Задание № 3. Составить комплекс упражнений для укрепления мышц спины и брюшного пресса. Прописать организационно-методические указания для выполнения упражнений силовой направленности.

Задание № 4. Оценить свою физическую работоспособность методом  $PWC_{170}$ . На основании оценки  $PWC_{170}$  составить комплекс упражнений для улучшения своей физической работоспособности.

## 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 для лиц с ограничениями жизнедеятельности и здоровья  
Бакалавриат по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, направленность (профиль) Управление в здравоохранении  
Учебный год: 2026 - 2027

## Экзаменационный билет №1.

1. Опишите технику плавания способом «басс».
2. Охарактеризуйте основные средства профессионально-прикладной физической подготовки менеджера.
3. *Оценка практических умений и навыков.* Оцените свою физическую работоспособность с применением пробы Руфье. На основании оценки составьте комплекс упражнений для улучшения своей физической работоспособности.

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 «29» мая 2026 г.

Заведующий кафедрой



С.Ю. Максимова