Оценочные средства для проведения аттестации
по дисциплине «Физическая подготовка (элективные модули)»
для обучающихся 2024, 2025, 2026 года поступления
по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия (специалитет),
направленность (профиль) Медицинская биохимия,
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. Обладает знаниями о влиянии физической активности, окружающей среды и гигиенических факторов на здоровье 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. Модульная единица 1. Легкая атлетика. Модульная единица 2. Плавание. Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика. Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка. Модульная единица 6. Аэробика	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три ответа из шести. Укажите основные средства физического воспитания: 1) гигиенические факторы 2) медицинские факторы 3) оздоровительные силы природы 4) психологические факторы 5) физические упражнения 6) социальные факторы	1) гигиенические факторы 3) оздоровительные силы природы 5) физические упражнения	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Укажите, как называется комплекс мероприятий, направленных на повышение устойчивости организма к воздействию различных факторов окружающей 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 различные методики физического воспитания

№	Раздел дисциплины, формирующий данный ЗУН (модуль)	Тип задания	Содержание задания	Правильный ответ	Для какого вида контроля предназначен		
					ТК	СР	ПА
2.	Модуль 1. Общая физическая подготовка. Модульная единица 1. Легкая атлетика. Модульная единица 2. Плавание. Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика. Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка. Модульная единица 1. Волейбол Модульная единица 2. Баскетбол Модульная единица 3. Бадминтон Модульная единица 4. Настольный теннис Модульная единица 5. Футбол Модульная единица 6. Аэробика Модульная единица 7. Дартс	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три ответа из шести. Укажите методы развития быстроты: 1) повторный метод 2) соревновательный метод 3) метод круговой тренировки 4) равномерный метод 5) оптимальный метод 6) словесный метод	1) повторный метод 2) соревновательный метод 3) метод круговой тренировки	да	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Укажите, какие упражнения используют в качестве основных средств развития гибкости?	упражнения на растягивания	да	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 инструменты физического воспитания для оптимизации различных видов работоспособности и организовывать мероприятия направленные на популяризацию здорового образа жизни

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

	Модульная единица 3. Бадминтон Модульная единица 4. Настольный теннис Модульная единица 5. Футбол Модульная единица 6. Аэробика Модульная единица 7. Дартс	**2. Вопросы с развёрнутым ответом**	Укажите, какие упражнения необходимо использовать для улучшения когнитивной работоспособности человека?	упражнения на внимание	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 навыками составление различных комплексов упражнений для развития физического и функционального состояние организма

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

4.	Модуль 1. Общая физическая подготовка. Модульная единица 1. Легкая атлетика. Модульная единица 2. Плавание. Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика. Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка. Модульная единица 1. Волейбол Модульная единица 2. Баскетбол Модульная единица 3. Бадминтон Модульная единица 4. Настольный теннис Модульная единица 5. Футбол Модульная единица 6. Аэробика Модульная единица 7. Дартс	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три правильных ответа из шести. Укажите 3 группы упражнений, которые должны быть включены в структуру комплекса утренней гигиенической гимнастики: 1) для мышц туловища 2) силовые упражнения 3) ходьба, бег на месте 4) упражнения на расслабление 5) для мышц верхних и нижних конечностей 6) упражнения на выносливость	1) для мышц туловища 3) ходьба, бег на месте 5) для мышц верхних и нижних конечностей	нет	да	нет
		2. Вопросы с развёрнутым ответом	Укажите, как называется набор физических упражнений, которые выполняются на рабочем месте и включаются в режим рабочего дня с целью повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления?	комплекс производственной гимнастики	нет	да	нет

ПК-6.2.1. **Умеет выявлять состояния, требующие оказания медицинской помощи в экстренной форме; оказывать медицинскую помощь в экстренной форме при состояниях, представляющих угрозу жизни пациентов, в.т.ч. при несчастных случаях, травмах полученных во время занятий физической культурой и спортом; выполнять мероприятия базовой сердечно-легочной реанимации.**

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
ПК-6. Способен к оказанию медицинской помощи пациентам в экстренной форме	ПК-6.2.1. Умеет выявлять состояния, требующие оказания медицинской помощи в экстренной форме; оказывать медицинскую помощь в экстренной форме при состояниях, представляющих угрозу жизни пациентов, в.т.ч. при несчастных случаях, травмах полученных во время занятий физической культурой и спортом; выполнять мероприятия базовой сердечно-легочной реанимации.	у-1. Умеет оценить состояние обучающегося при травмах полученных во время занятий физической культурой и спортом

№	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. Модульная единица 1. Легкая атлетика. Модульная единица 2. Плавание. Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика. Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка. Модульная единица 1. Волейбол Модульная единица 2. Баскетбол Модульная единица 3. Бадминтон Модульная единица 4. Настольный теннис Модульная единица 5. Футбол Модульная единица 6. Аэробика Модульная единица 7. Дартс	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три правильных ответа из шести. Какие травмы называются спортивными: 1) термические 2) переломы 3) родовые 4) лучевые 5) растяжения 6) раны	2) переломы 5) растяжения 6) раны	нет	да	нет
		3. Вопросы с развёрнутым ответом	Укажите частоту пульса у здорового взрослого человека в покое?	60–80 ударов в минуту.	нет	да	нет

ПК-6.3.1. **Умеет выявлять состояния, требующие оказания медицинской помощи в экстренной форме; оказывать медицинскую помощь в экстренной форме при состояниях, представляющих угрозу жизни пациентов, в.т.ч. при несчастных случаях, травмах полученных во время занятий физической культурой и спортом; выполнять мероприятия базовой сердечно-легочной реанимации.**

Результаты освоения ОП (компетенции)	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине

ПК-6. Способен к оказанию медицинской помощи пациентам в экстренной форме	ПК-6.3.1. Владеет навыками оценки состояния пациента, нуждающегося в оказании медицинской помощи в экстренной помощи; навыками оказания медицинской помощи в экстренной форме при состояниях, представляющих угрозу жизни пациентов, в.т.ч. при несчастных случаях, травмах полученных во время занятий физической культурой и спортом; приемами базовой сердечно-легочной реанимации.	н-1. Владеет навыками оказания первой доврачебной помощи при травмах полученных во время занятий физической культурой и спортом

№	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. Модульная единица 1. Легкая атлетика. Модульная единица 2. Плавание. Модульная единица 3. Атлетическая гимнастика. Модуль 2. Специальная спортивно-техническая подготовка. Модульная единица 1. Волейбол	**1. Выбор нескольких правильных ответов**	Выберите три правильных ответа из шести. Какие подручные средства могут заменить жгут при остановке наружного кровотечения 1) шнур толстый 2) кусок материи, части одежды 3) мягкая толстая проволока 4) ремень, шириной 3–4 см 5) галстук	2) кусок материи, части одежды 4) ремень, шириной 3–4 см 5) галстук	нет	да	нет
					нет	да	нет

	Модульная единица 2. Баскетбол Модульная единица 3. Бадминтон Модульная единица 4. Настольный теннис Модульная единица 5. Футбол Модульная единица 6. Аэробика Модульная единица 7. Дартс		6) круглая эластичная резинка.				
		3. Вопросы с развёрнутым ответом	Укажите, под руководством, какого количества человек должна оказываться первая помощь пострадавшему?	одного человека	нет	да	нет

2. 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. Продемонстрировать правильную технику движений рук и постановки стопы при оздоровительной ходьбе.
Задание № 3. Выполнить комплекс подготовительных упражнений перед физической активностью силовой направленности.
Задание № 4. Выполнить измерения частоты дыхательных движений.

3. 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 работоспособности медицинского работника.
4. Характеристика основных средств профессионально-прикладной физической подготовки специалиста медицинской биохимии.
5. Правила оказание первой доврачебной помощи при несчастных случаях, травмах полученных во время занятий физической культурой и спортом.

4. Пример билета для промежуточной аттестации:

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

Дисциплина: Физическая подготовка (элективные модули)
Специалитет по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия, направленность (профиль) Медицинская биохимия
Учебный год: 2026 - 2027

Экзаменационный билет №1.

1. Опишите технику плавания способом «брасс».
2. Охарактеризуйте основные средства профессионально-прикладной физической подготовки специалиста медицинской биохимии.
3. *Оценка практических умений и навыков.* Оценить свою физическую работоспособность Пробой Руфье. На основании оценки составьте комплекс упражнений для улучшения своей физической работоспособности.

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 от «30» мая 2026 г. №16.

Заведующий кафедрой С.Ю. Максимова