

**Министерство здравоохранения Российской Федерации**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
**«ТВЕРСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
(ФГБОУ ВО Тверской ГМУ Минздрава России)

**Кафедра физической культуры**

В.Г. Осипов

**Комплект оценочных материалов**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся  
по дисциплине «Физическая культура и спорт»  
по основной образовательной программе высшего образования – программе  
специалитета 37.05.01 Клиническая психология

Тверь 2024

УДК  
ББК

Автор:

В.Г. Осипов, заведующий кафедрой ФГБОУ ВО Тверской ГМУ Минздрава России, профессор, канд. мед. наук.

Рецензенты:

А.Ф. Бармин, доцент кафедры неврологии, реабилитации и нейрохирургии ФГБОУ ВО Тверской ГМУ Минздрава России, доцент, канд. мед. наук.

М.А. Папин, доцент кафедры физиологии ФГБОУ ВО Тверской ГМУ Минздрава России, доцент, канд. биол. наук.

Утверждено Центральным координационно-методическим советом Тверского ГМУ дата, № протокола.

**Осипов, Вадим Глебович.**

Физическая культура и спорт: комплект оценочных материалов / В.Г. Осипов. — Тверь, 2024. — 10 с.

Комплект оценочных материалов для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся подготовлен в соответствии с рабочей программой дисциплины «Физическая культура и спорт».

Комплект содержит спецификацию оценочных материалов, их распределение по компетенциям, типу и уровню сложности, а также критерии оценивания и ключи ответов.

Предназначено для обучающихся по специальности 37.05.01 Клиническая психология.

## Оглавление

Спецификация комплекта оценочных материалов .....	4
Распределение тестовых заданий по компетенциям .....	5
Распределение заданий по типам и уровню сложности.....	5
Общая характеристика заданий .....	6
Сценарии выполнения тестовых заданий .....	7
Система оценивания выполнения тестовых заданий .....	8
Задания, позволяющие осуществлять оценку компетенции УК-7 (ИУК-7.1, ИУК 7.2.), установленной рабочей программой дисциплины «Физическая культура и спорт» ОПОП по специальности 37.05.01 Клиническая психология.....	9
ТИПЫ ЗАДАНИЙ: .....	9
Задания закрытого типа на установление соответствия .....	9
Задания закрытого типа на установление последовательности .....	10
Задания комбинированного типа с выбором верного ответа и обоснованием выбора из предложенных.....	10
Задания открытого типа с кратким ответом/ вставить термин, словосочетание....., дополнить предложенное .....	10
Задания открытого типа с развернутым ответом .....	11
Ключи к заданиям по дисциплине «Физическая культура и спорт».....	10
Задание № 1 .....	10
Задание № 2.....	10
Задание № 3.....	10
Задание № 4.....	10
Задание № 5.....	10
Задание № 6.....	10
Задание № 7.....	10
Задание № 8.....	10
Задание № 9.....	10
Задание № 10.....	10

## **Спецификация комплекта оценочных материалов**

### **1. Назначение комплекта оценочных материалов.**

Комплект оценочных материалов по специальности 37.05.01 Клиническая психология составлен для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физическая культура и спорт».

### **2. Нормативное основание отбора содержания:**

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утверждённый приказом Минобрнауки России от 26.05.2020 № 683;
- Основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа специалитета (далее – ОПОП) по специальности 37.05.01. Клиническая психология, утверждённая приказом от 29.08.2024 г. № 754.
- Учебный план, утвержденный в составе ОПОП приказом от 29.08.2024 г. № 754.
- Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт», утверждённая в составе ОПОП приказом от 29.08.2024 г. № 754.
- Устав и локальные нормативные акты ФГБОУ ВО Тверской ГМУ Минздрава России.

## Распределение тестовых заданий по компетенциям

Код и наименование компетенции	Наименование индикатора сформированности компетенции	Семестр	Номер тестового задания
<b>УК-7.</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>ИУК 7.1</b> Способен использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма <b>ИУК 7.2</b> Может грамотно и эргономично, логично планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности; поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни; способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдения норм здорового образа жизни	2,4	1-10

## Распределение заданий по типам и уровню сложности

Базовый	Воспроизведение
	Терминология, факты, параметры, теории, принципы
	Задания с выбором ответа. Комбинированные задания
Повышенный	Применение знаний в типичной ситуации
	Решение типовых задач, сопоставление, последовательность
	Комбинированные задания. Задания с развернутым ответом
Высокий	Применение знаний в нестандартной ситуации
	Решение нетиповых задач, алгоритмы, доказательства, обоснования
	Задания на установление последовательности и соответствие. Задания с развернутым ответом.

### Общая характеристика заданий

Код компетенции	Индикатор сформированности компетенции	Номер задания	Тип задания	Уровень сложности задания	Время выполнения (мин.)
УК-7	ИУК-7.1., ИУК 7.2.	1	Задание закрытого типа на установление соответствия	Базовый	1-3 мин.
		2	Задание закрытого типа на установление соответствия	Базовый	1-3 мин.
		3	Задание закрытого типа на установление последовательности	Повышенный	3-5 мин.
		4	Задание закрытого типа на установление последовательности	Повышенный	3-5 мин.
		5	Задание комбинированного типа с выбором верного ответа и обоснованием выбора из предложенных	Повышенный	3-5 мин.
		6	Задание комбинированного типа с выбором верного ответа и обоснованием выбора из предложенных	Повышенный	3-5 мин.
		7	Задания открытого типа с кратким ответом/ вставить термин, словосочетание....., дополнить предложенное	Повышенный	3-5 мин.
		8	Задания открытого типа с кратким ответом/ вставить термин, словосочетание....., дополнить предложенное	Повышенный	3-5 мин.
		9	Задание открытого типа с развернутым ответом	Высокий	5-10 мин.
		10	Задание открытого типа с развернутым ответом	Высокий	5-10 мин.

## Сценарии выполнения тестовых заданий

Тип задания	Последовательность действий при выполнении задания
Задание закрытого типа на установление соответствия	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов.</li> <li>2. Внимательно прочитать оба списка: список 1 вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2 утверждения, свойства объектов и т.д.</li> <li>3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов.</li> <li>4. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа</li> </ol>
Задание закрытого типа на установление последовательности	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов.</li> <li>2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.</li> <li>3. Построить верную последовательность из предложенных элементов.</li> <li>4. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности без пробелов и знаков препинания</li> </ol>
Задание комбинированного типа с выбором одного/нескольких правильного(ых) ответа(ов) и обоснованием выбора из предложенных	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа(ов) ожидается только один/ несколько из предложенных вариантов.</li> <li>2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответов.</li> <li>3. Выбрать верный(е) ответ(ы).</li> <li>4. Записать только номер (или букву) выбранного(ных) варианта(ов) ответа(ов).</li> <li>5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа(ов).</li> </ol>
Задания открытого типа с кратким ответом/ вставить термин, словосочетание....., дополнить предложенное	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается краткий ответ.</li> <li>2. Продумать логику ответа.</li> <li>3. Записать ответ.</li> </ol>
Задание открытого типа с развернутым ответом	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса.</li> <li>2. Продумать логику и полноту ответа.</li> <li>3. Записать ответ, используя четкие компактные формулировки.</li> <li>4. В случае расчетной задачи, записать решение и ответ.</li> </ol>

## Система оценивания выполнения тестовых заданий

Номер задания	Указания по оцениванию	Результат оценивания (баллы, полученные за выполнение задания/характеристика правильности ответа)
1,2	Задание закрытого типа на установление соответствия считается верным, если правильно установлены все соответствия (позиции из одного столбца верно сопоставлены с позициями другого)	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом. Неверный ответ или его отсутствие – 0 баллов
3,4	Задание закрытого типа на установление последовательности считается верным, если правильно указана вся последовательность цифр	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом. Если допущены ошибки или ответ отсутствует – 0 баллов
5,6	Задание комбинированного типа с выбором одного верного ответа из предложенных с обоснованием выбора ответа считается верным, если правильно указана цифра и приведены корректные аргументы, используемые при выборе ответа	Совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом. Неверный ответ или его отсутствие – 0 баллов
7,8	Задания открытого типа с кратким ответом/вставить термин, словосочетание....., дополнить предложенное	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом. Если допущены ошибки или ответ отсутствует – 0 баллов
9,10	Задание открытого типа с развернутым ответом считается верным, если ответ совпадает с эталонным по содержанию и полноте	Полный правильный ответ на задание оценивается 3 баллами. Если допущена одна ошибка/неточность/ответ правильный, но не полный – 1 балл, Если допущено более одной ошибки/ответ неправильный/ответ отсутствует – 0 баллов



**Задания, позволяющие осуществлять оценку компетенции УК-7 (ИУК-7.1, ИУК 7.2.), установленной рабочей программой дисциплины «Физическая культура и спорт» ОПОП по специальности 37.05.01 Клиническая психология**

**ТИПЫ ЗАДАНИЙ:**

**Задания закрытого типа на установление соответствия**

**Задание № 1.** Подберите к терминам, представленным в левом столбце, соответствующие им определение из правого столбца.

а	Физическая культура	1	Способность человека длительно выполнять физическую работу с оптимальной функциональной активностью основных жизнеобеспечивающих систем организма
б	Спорт	2	Способность человека совершать действия в минимальный для данных условий отрезок времени
в	Общая выносливость	3	Часть общей культуры общества, направленная на укрепление физического здоровья человека и формирование у него знаний и привычек здорового образа жизни
г	Специальная выносливость	4	Специфическая форма физической культуры, направленная на максимальное раскрытие двигательных возможностей человека в условиях соперничества
д	Быстрота	5	Способность длительно поддерживать работоспособность в конкретном виде деятельности

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами

а	б	в	г	д

**Задание № 2.** Подберите к терминам, представленным в левом столбце, соответствующие им определение из правого столбца.

а	Врабатывание	1	Способность выполнять движения с большой амплитудой, обусловленная морфо-функциональными свойствами опорно-двигательного аппарата и степенью подвижности его звеньев
б	Гиподинамия	2	Начальный период работы, в течение которого быстро усиливается деятельность систем организма, обеспечивающих выполнение данной работы
в	Гибкость	3	Общее количество различных двигательных действий, выполняемых в течение какого-то определенного времени
г	Двигательная активность	4	Совокупность отрицательных морфофункциональных изменений в организме вследствие недостаточной двигательной активности
д	Гипокинезия	5	Недостаточность функционирования мышечной системы человека

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами

а	б	в	г	д

### **Задания закрытого типа на установление последовательности**

**Задание № 3.** Установите последовательность состояний организма человека (указанных в таблице) при выполнении мышечной работы

1.	Состояние утомления
2.	Состояние стабилизации
3.	Состояние вработывания

Запишите соответствующую последовательность цифр, определяющих порядок их появления слева направо

--	--	--

**Задание № 4.** Установите правильную последовательность частей учебно-тренировочного занятия

1.	Заминка
2.	Разминка
3.	Основная часть

Запишите соответствующую последовательность цифр, определяющих порядок их появления слева направо

--	--	--

### **Задания комбинированного типа с выбором верного ответа и обоснованием выбора из предложенных**

**Задание № 5.** Выберите наиболее мощный фактор, определяющий и влияющий на физическое здоровье человека и обоснуйте свой выбор.

- а. Медицина
- б. Здоровый образ жизни
- в. Наследственность
- г. Экология

Ответ:

Обоснование выбора:

**Задание № 6.** Выберите наиболее эффективной вид физической нагрузки для тренировки кардио-респираторной системы организма и обоснуйте свой выбор.

- а. Скоростная нагрузка
- б. Силовая нагрузка
- в. Нагрузка на выносливость
- г. Скоростно-силовая нагрузка

Ответ:

Обоснование выбора:

### **Задания открытого типа с кратким ответом/ вставить термин, словосочетание....., дополнить предложенное**

**Задание № 7.** Дополните нижеприведенное предложение подходящим по содержанию словосочетанием.

Свой физический потенциал можно оценить, участвуя в спортивно-массовых мероприятиях для различных возрастных категорий, которые получили название . . . .

Ответ:

**Задание № 8.** Дополните нижеприведенное предложение подходящим по содержанию словосочетанием.

Перед началом самостоятельных занятий физической культурой необходимо оценить свое здоровье и проконсультироваться у . . . . .

Ответ:

### **Задания открытого типа с развернутым ответом**

**Задание № 9.** Обоснуйте основные принципы построения самостоятельных занятий физической культурой.

Ответ:

**Задание № 10.** Обоснуйте целесообразность использования физической нагрузки на выносливость для тренировки сердечно-сосудистой системы.

Ответ:

### **Ключи к заданиям по дисциплине «Физическая культура и спорт»**

Задание № 1

Ответ:

а	б	в	г	д
3	4	1	5	2

Задание № 2

Ответ:

а	б	в	г	д
2	5	1	3	4

Задание № 3

Ответ:

3	2	1
---	---	---

Задание № 4

Ответ:

2	3	1
---	---	---

Задание № 5

Ответ: б

Обоснование. По исследованиям ученых ЗОЖ является наиболее мощным фактором, определяющим и формирующим здоровье человека.

Задание № 6

Ответ: в

Обоснование. Выполнение непрерывной физической нагрузки в среднем темпе наилучшим образом тренирует кардио-респираторную систему организма.

Задание № 7

Ответ: Всероссийский комплекс «Готов к труду и обороне».

Задание № 8

Ответ: У спортивного врача.

Задание № 9

Ответ: Постепенность в увеличении физической нагрузки; регулярность занятий физической культурой; подбор величины физической нагрузки в соответствии с индивидуальными сомато-функциональными возможностями организма.

Задание № 10

Ответ: Нагрузка на выносливость - это относительно длительная, непрерывная циклическая мышечная работа в среднем темпе. Такая нагрузка наиболее эффективна и безопасна для ССС. Пример: бег, лыжи, плавание, быстрая ходьба и т.п.