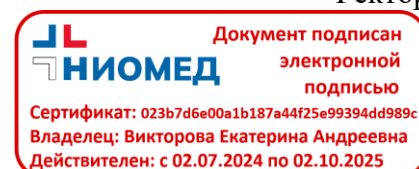




НИОМЕД Автономная некоммерческая организация высшего образования
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ
ОРГАНИЗАЦИИ МЕДИЦИНСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

УТВЕРЖДЕНО:

Ректор



Е.А. Викторова

«01» октября 2024 г

Оценочные материалы по дисциплине

Б1.В.14 ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Направление подготовки: **34.03.01 Сестринское дело**
(уровень бакалавриата)

Квалификация выпускника - Академическая медицинская сестра (для лиц мужского пола – Академический медицинский брат). Преподаватель

Форма обучения
Очно - заочная

Год приема
2024

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель ОП
Доцент, кан. мед. наук Стецюк С.Н.

Москва 2024

Оценочные материалы разработаны в соответствии с учебным планом основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 34.03.01 Сестринское дело и в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 34.03.01 Сестринское дело.

1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы

Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы, приведены в п. 1 рабочей программы дисциплины.

Для текущего контроля успеваемости по дисциплине используют следующие оценочные средства:

Типовые задания для устного опроса

1. Лечебная и специальная физическая культура;
2. Формы производственной гимнастики;
3. Периоды чередования физической работоспособности в процессе рабочего дня;
4. Понятие – вводная гимнастика;
5. Понятие - физкультурная пауза;
6. Понятие – физкультурные минуты;
7. Оценка реакции пульса на физическую нагрузку;
8. Оценка физической работоспособности людей по 12-минутному тесту К. Купера;
9. Соответствие норм массы тела по индексу Кетле;
10. Методические подходы и современные методики оценки уровня здоровья;
11. Самоконтроль, дневник самоконтроля.

Критерии и шкала оценивания устного опроса

Отлично

выставляется обучающемуся, если:

- теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов;
 - исчерпывающее, последовательно, четко и логически излагает теоретический материал;
 - свободно справляется с решением задач,
 - использует в ответе дополнительный материал;
- все задания, предусмотренные учебной программой выполнены;
- анализирует полученные результаты;
 - проявляет самостоятельность при трактовке и обосновании выводов.

Хорошо

выставляется обучающемуся, если:

- теоретическое содержание курса освоено полностью;
- необходимые практические компетенции в основном сформированы;
- все предусмотренные программой обучения практические задания выполнены, но в них имеются ошибки и неточности;
- при ответе на поставленные вопросы обучающийся не отвечает аргументировано и полно.
- знает твердо лекционный материал, грамотно и по существу отвечает на основные понятия.

Удовлетворительно

выставляет обучающемуся, если:

- теоретическое содержание курса освоено частично, но проблемы не носят существенного характера;

- большинство предусмотренных учебной программой заданий выполнено, но допускаются не точности в определении формулировки;
- наблюдается нарушение логической последовательности.

Неудовлетворительно

выставляет обучающемуся, если:

- не знает значительной части программного материала;
- допускает существенные ошибки;
- так же не сформированы практические компетенции;
- отказ от ответа или отсутствие ответа.

2. Задания, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих индикаторы достижения компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Перечень материалов (Распределение тестовых заданий по компетенциям), необходимых для оценки индикатора достижения компетенций, приведен в таблице 2.1

Т а б л и ц а 2.1

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование индикатора	Номер задания, соответствующего данной дисциплине/практике
УК 7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД 1 Умеет использовать здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности в профессиональной среде	1.1, 2.1, 3.1, 4.1, 5.1
		ИД 2 Умеет планировать свое рабочее время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	1.2, 2.2, 3.2, 4.2, 5.2
		ИД3 Соблюдает и умеет пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	1.3, 2.3, 3.3, 4.3, 5.3

Планируемые результаты обучения, соотнесенные с индикаторами достижения Компетенций

Знать:

способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.

Уметь:

использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровых берегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; применять здоровьесберегающие

технологии для обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Владеть:

здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Сценарии выполнения тестовых заданий

Тип задания	Последовательность действий при выполнении задания
Задание закрытого типа на установление соответствия	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов. 2. Внимательно прочитать оба списка: список 1- вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2- утверждения, свойства объектов и т.д. 3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа (например, А1 или Б4).
Задание закрытого типа на установление последовательности	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Построить верную последовательность из предложенных элементов. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности без пробелов и знаков препинания (например, БАВ или 135).
Задание комбинированного типа с выбором верного ответа из нескольких предложенных и обоснованием выбора	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать верный ответ, наиболее верный. 4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа
Задание комбинированного типа с выбором нескольких вариантов ответа из предложенных и развернутым обоснованием выбора	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается несколько из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа. 3. Выбрать несколько верных вариантов ответов (2 или 3). 4. Записать последовательно номера (или буквы) выбранных вариантов без пробелов и знаков препинания (например, 135). Записать аргументы, обосновывающие выбор каждого из ответов
Задание открытого типа с развернутым ответом	1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса. 2. Продумать логику и полноту ответа. 3. Записать ответ, используя четкие компактные формулировки. В случае расчетной задачи, записать решение и ответ.

Система оценивания выполнения тестовых заданий

Указания по оцениванию	Результат оценивания (баллы, полученные за выполнение задания/характеристика правильности ответа)
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. Либо указывается «верно»/«неверно»
Задания на установление последовательности	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. Либо указывается «верно»/ «неверно»
Задание комбинированного типа с выбором верного ответа из нескольких предложенных и обоснованием выбора	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; если допущены ошибки или ответ отсутствует — 0 баллов. Либо указывается «верно»/«неверно»
Задание комбинированного типа с выбором нескольких вариантов ответа из предложенных и развернутым обоснованием выбора	Полное совпадение с верным ответом оценивается 1 баллом; если допущены ошибки или ответ отсутствует — 0 баллов. Либо указывается «верно»/«неверно»
Задание открытого типа с развернутым ответом	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. Либо указывается «верно»/

Оценочные материалы (фонд оценочных средств) для проведения диагностической работы в рамках аккредитационных показателей по образовательной программе высшего образования по направлению подготовки 34.03.01 Сестринское дело

1. Задание закрытой формы на установление соответствия

Задание № 1

Прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между физическим качеством и характерными для его развития упражнениями.

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Упражнения	Физические качества
А. Акробатические упражнения	1. Выносливость
Б. Бег на короткие дистанции	2. Сила
В. Упражнения на растяжку	3. Скорость
Г. Поднимание гантелей или штанги	4. Ловкость, координация
Д. Бег 1000 м или челночный бег 3х50 м.	5. Гибкость

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г	Д
4	3	5	2	1

Задание № 2

Прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между интенсивностью физической нагрузки и частотой сердечных сокращений.

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Объёмы нагрузки	Параметры ЧСС
А. Небольшая	1.170-200 уд /мин.
Б. средней интенсивности	2.130-150 уд/мин
В. Высокая	3.100-130 уд/мин.
Г. предельная	4.150-170 уд/мин.

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г
3	2	4	1

Задание № 3

Прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между видами спорта и их классификационными характеристиками.

К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:

Виды спорта	Классификационные характеристики
А. Велосипедный спорт, плавание	1.Ациклический
Б. Спортивная борьба	2.Сложно-координационный
В. Акробатика, прыжки в воду и батут	3.Циклический

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В
1	3	2

2.Задание закрытого типа на установление последовательности

Задание № 1

Прочитайте текст и установите последовательность

Установите правильную последовательность основных гигиенических принципов закаливания:

1.	Последовательность
2.	Систематичность
3.	учет индивидуальных особенностей

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

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

Задание № 2

Прочитайте текст и установите последовательность

Установите последовательность выполнения разминки:

1.	динамическая растяжка
2.	легкая аэробная активность
3.	специфическая разминка
4.	статическая растяжка

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

2	1	3	4
---	---	---	---

Задание № 3

Прочитайте текст и установите последовательность

Установите последовательность этапов восстановления после тренировки:

1.	Гидратация
2.	Питание
3.	Релаксация
4.	оценка самочувствия

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

4	1	2	3
---	---	---	---

3.Тестовое задание комбинированного типа с выбором верного ответа и обоснованием выбора из предложенных

Задание № 1

Прочитайте текст, выберите один правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Физическую культуру личности определяют...

- 1) физическая подготовленность, функциональные возможности организма
- 2) духовные и материальные ценности физической культуры
- 3) физическое самосовершенствование
- 4) физическая подготовленность, физическое совершенство

Ответ: 4

Обоснование: Физическая культура личности — это достигнутый уровень физического совершенства человека, его личных качеств, степень использования приобретённых в процессе занятий физическими упражнениями специальных знаний, умений, навыков, а также физической подготовленности

Задание № 2

Прочитайте текст, выберите один правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Особое состояние организма, обусловленное недостаточной двигательной активностью, называется...

- 1) гипокинезия
- 2) гиподинамия
- 3) атрофия
- 4) гипоксия

Ответ: 1

Обоснование: Это состояние с ограничением темпа и объёма движений.

Задание № 3

Прочитайте текст, выберите один правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Здоровый образ жизни - это ...

- 1) комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающий гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышения работоспособности
- 2) здоровый стиль жизни, знания личной гигиены, анатомии, физиологии, личные эталонные ориентиры в морфологических и функциональных показателях, знания основ теории и методики физической культуры
- 3) количественная характеристика функционального состояния организма
- 4) совокупность взаимосвязанных признаков: физическое развитие, физическая работоспособность, функциональное развитие органов и систем, физическая подготовленность, пол, возраст?

Ответ: 1

Обоснование: это образ жизни человека, направленный на укрепление здоровья и профилактику болезней

4. Тестовое задание комбинированного типа с выбором нескольких вариантов ответа из предложенных с развернутым обоснованием выбора

Задание № 1

Прочитайте текст, выберите два правильных ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Что относится к зимним видам спорта?

- 1) скейтбординг;
- 2) бобслей;
- 3) сноубординг;
- 4) плавание;
- 5) теннис.

Ответ: 2, 3

Обоснование: Зимние виды спорта - это занятия на снегу или на льду.

Задание № 2

Прочитайте текст, выберите два правильных ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Обязательными испытаниями для школьников является:

- 1) подтягивание из виса на высокой перекладине;

- 2) бег на 60 м (с);
- 3) плавание;
- 4) челночный бег 3х10 м (с).

Ответ: 1, 2

Обоснование: В соответствии с новым Положением о ГТО с 2025 года.

Задание № 3

Прочитайте текст, выберите три правильных ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Что из ниже названных утверждений является отличительной стороной между молотом и ядром?

- 1) вес снаряда;
- 2) диаметр снаряда;
- 3) стальной проволокой с рукоятью;
- 4) формой снаряда;
- 5) центром тяжести.

Ответ: 2, 3, 4

Обоснование: Отличие между ядром и молотом заключается в том, что ядро толкается одной рукой и от себя, а молот удерживается на окружности двумя руками, и его тянут на себя.

5.Тестовое задание открытого типа с развернутым ответом

Задание № 1

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

От каких факторов в процентном соотношении зависит здоровье человека?

Ответ: Здоровье зависит от: наследственности - 20 %, социальных условий - 20 %, состояния медицины - 10 %, 50 % - образа жизни.

Задание № 2

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Дайте определение физическому качеству выносливость.

Ответ: Выносливость - способность человека выполнять заданную работу максимальное количество времени, не снижая ее эффективности.

Задание № 3

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ

Спортсмен освобождается от ответственности за применение запрещенных веществ. Назовите причину.

Ответ: Спортсмен имеет разрешение на терапевтическое использование данных препаратов.

При оценивании результатов обучения по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости используются следующие критерии.

<i>Наименование, обозначение</i>	<i>Показатели выставления минимального количества баллов</i>
Практическая работа	Задания выполнены более чем наполовину. Присутствуют серьёзные ошибки. Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены низкие способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий. На защите практической работы даны правильные ответы не менее чем на 50% заданных вопросов
Лабораторная работа	Лабораторная работа выполнена в полном объеме; Представлен отчет, содержащий необходимые расчеты, выводы, оформленный в соответствии с установленными требованиями; Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом при защите лабораторной работы, даны правильные ответы не менее чем на 50% заданных вопросов
Контрольная работа	Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Правильно решено не менее 50% заданий
Тест	Правильно решено не менее 50% тестовых заданий
Ситуационные задачи	Ответ на вопрос задачи дан не менее чем на 50%. Объяснение хода её решения недостаточно полное, непоследовательное, с ошибками, слабым теоретическим обоснованием (в т.ч. лекционным материалом), со значительными затруднениями и ошибками в схематических изображениях, демонстрациях на анатомических препаратах, в использовании анатомических терминов; ответы на дополнительные вопросы недостаточно чёткие, с ошибками в деталях.
Устный опрос	Даны правильные ответы не менее чем на 50% заданных вопросов. Продемонстрированы знания основного учебно-программного материала
Собеседование	Удовлетворительные знания процессов изучаемой предметной области, ответ, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории. Допускается несколько ошибок в содержании ответа
Реферат/Доклад	Тема реферата (доклада) раскрыта. Используются рекомендуемые источники. Соблюдены требования к объему и оформлению реферата (доклада).

Оценочные средства для диагностической работы по результатам освоения дисциплины

Критерии оценки результата тестирования

Оценка	Оценка (тестовые нормы: % правильных ответов)
--------	---

«отлично»	80-100 %
«хорошо»	70-79% «
«удовлетворительно»	50-69%
«неудовлетворительно»	Меньше 50 %

Проверка остаточных знаний, обучающихся по дисциплине ведется с помощью оценочных материалов текущего и промежуточного контроля по проверке знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих индикаторы достижения компетенций.

Описание показателей и критериев оценивания индикаторов достижения компетенций, описание шкал оценивания

Показатель оценивания – описание оцениваемых основных параметров процесса или результата деятельности.

Критерий оценивания – признак, на основании которого проводится оценка по показателю.

Шкала оценивания – порядок преобразования оцениваемых параметров процесса или результата деятельности в баллы.

Показатели, критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля приведены в таблице 4.1.

Т а б л и ц а 4.1

При оценивании результатов обучения по дисциплине в ходе промежуточной аттестации используются следующие критерии и шкала оценки:

Оценка	Критерии оценки
«зачтено»	Обучающийся демонстрирует знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы, умеет применять его при выполнении конкретных заданий, предусмотренных программой дисциплины
«не зачтено»	Обучающийся демонстрирует значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение

Критерии оценивания компетенций и шкалы оценки

Оценка «неудовлетворительно» (не зачтено) или отсутствие сформированности компетенции	Оценка «удовлетворительно» (зачтено) или удовлетворительный (пороговый) уровень освоения компетенции	Оценка «хорошо» (зачтено) или достаточный уровень освоения компетенции	Оценка «отлично» (зачтено) или высокий уровень освоения компетенции
Неспособность обучающегося самостоятельно продемонстрировать знания при решении заданий, отсутствие самостоятельности в применении умений.	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении знаний, умений и навыков к решению учебных заданий в полном соответствии с	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение знаний, умений и навыков при решении заданий,	Обучающийся демонстрирует способность к полной самостоятельности в выборе способа решения нестандартных

умений и навыков. Отсутствие подтверждения наличия сформированности компетенции свидетельствует об отрицательных результатах освоения учебной дисциплины.	образцом, данным преподавателем, по заданиям, решение которых было показано преподавателем, следует считать, что компетенция сформирована на удовлетворительном уровне.	аналогичных образцам, что подтверждает наличие сформированной компетенции на более высоком уровне. Наличие такой компетенции на достаточном уровне свидетельствует об устойчиво закреплённом практическом навыке.	заданий в рамках дисциплины с использованием знаний, умений и навыков, полученных как в ходе освоения данной дисциплины, так и смежных дисциплин, следует считать компетенцию сформированной на высоком уровне
--	--	--	---