

Компонент ОПОП 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль)

Тренер-преподаватель

наименование ОПОП

Б1.О.16

шифр дисциплины

### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Дисциплины  
(модуля)

Анатомия и физиология человека

---

Разработчик (и):

Ерохова Наталья Валерьевна

ФИО

Декан факультета физической культуры и спорта

должность

кандидат педагогических наук, доцент

ученая степень, звание

Утверждено на заседании кафедры  
здоровьесбережения и адаптивной

физической культуры

наименование кафедры

протокол № 9 от 29.03.2024 г.

И.о. заведующего кафедрой ЗиАФК

А.С. Шемереко

подпись

Мурманск  
2024

## 1. Критерии и средства оценивания компетенций и индикаторов их достижения, формируемых дисциплиной (модулем)

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора(ов) достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)			Оценочные средства текущего контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации
		<i>Знать</i>	<i>Уметь</i>	<i>Владеть</i>		
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ИД-1ОПК-1 Знает положения теории физической культуры и спорта, физиологические характеристики нагрузки, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста ИД-2ОПК-1 Умеет планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой, осуществляет разработку содержания занятий по избранному виду спорта ИД-3ОПК-1 Имеет опыт разработки содержания занятий по избранному виду спорта с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	- функциональные и морфологические основы повышения жизнеспособности организма. - физиологию тренированности.	- создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. - определять функциональное состояние обучающегося и спортсмена.	- навыками обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся. - навыками современных методов и технологий обучения и диагностики.	Проверка остаточных знаний (тест) Решение практических задач Выступление на семинарах Рубежный контроль (тест)	Вопросы для экзамена
ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию	ИД-1ОПК-2 Знает научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в	- функциональные и морфологические основы повышения жизнеспособности	- создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в	- навыками обеспечения охраны жизни и здоровья	Проверка остаточных знаний (тест) Решение	Вопросы для экзамена

в процессе занятий	<p>избранном виде спорта, а так же методики массового и индивидуального отбора в избранном виде спорта. ИД-2ОПК-2 Умеет ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации, умеет проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов. ИД-3ОПК-2 Имеет опыт проведения тестирования подготовленности занимающихся в избранном виде спорта, выявления наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; владеет навыками набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.</p>	<p>организма. - физиологию тренированности.</p>	<p>том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций. - определять функциональное состояние обучающегося и спортсмена.</p>	<p>обучающихся. - навыками современных методов и технологий обучения и диагностики.</p>	<p>практических задач Выступление на семинарах Рубежный контроль (тест)</p>	
--------------------	--	---	--	---	---	--

## 2. Оценка уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)

Показатели оценивания компетенций (индикаторов их достижения)	Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)			
	Ниже порогового («неудовлетворительно»)	Пороговый («удовлетворительно»)	Продвинутый («хорошо»)	Высокий («отлично»)
<b>Полнота знаний</b>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущены не грубые ошибки.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки. Допущены некоторые погрешности.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки.

<b>Наличие умений</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения. Выполнены типовые задания с не грубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме (отсутствуют пояснения, неполные выводы)	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные задания с некоторыми погрешностями. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Задания выполнены в полном объеме без недочетов.
<b>Наличие навыков (владение опытом)</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для выполнения стандартных заданий с некоторыми недочетами.	Продemonстрированы базовые навыки при выполнении стандартных заданий с некоторыми недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач.
<b>Характеристика сформированности компетенции</b>	Зачетное количество баллов не набрано согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону

### 3. Критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля

#### 3.1 Критерии и шкала оценивания практических задач

Перечень практических работ, описание порядка выполнения и защиты работы, требования к результатам работы, структуре и содержанию отчета и т.п. представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

Баллы	Характеристики ответа студента
10	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li><li>- не допускает существенных неточностей;</li><li>- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li><li>- аргументирует научные положения;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- владеет системой основных понятий</li></ul>
5	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил значительной части проблемы;</li><li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- не может аргументировать научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- частично владеет системой понятий</li></ul>
0	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил проблему;</li><li>- представил лишь отдельные факты, не связанные между собой;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- затрудняется представить научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- не владеет понятийным аппаратом.</li></ul>

#### 3.2 Критерии и шкала оценивания выступления на семинарах

Баллы	Характеристики ответа
20	<ul style="list-style-type: none"><li>- глубоко и всесторонне усвоил проблему;</li><li>- уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает;</li><li>- опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью;</li><li>- умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- свободно владеет понятиями</li></ul>
10	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li><li>- не допускает существенных неточностей;</li><li>- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li><li>- аргументирует научные положения;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- владеет системой основных понятий</li></ul>
0	<ul style="list-style-type: none"><li>- не усвоил значительной части проблемы;</li><li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- не может аргументировать научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- не владеет понятийным аппаратом</li></ul>

### 3.3 Критерии оценивания тестирования.

Оценка/баллы	Критерии оценки
Отлично	90-100 % правильных ответов
Хорошо	70-89 % правильных ответов
Удовлетворительно	50-69 % правильных ответов
Неудовлетворительно	49% и меньше правильных ответов

Перечень тестовых вопросов и заданий, описание процедуры тестирования представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

В ФОС включен типовой вариант тестового задания:

#### Вариант 1

1. Число молочных зубов у ребенка равно:

а) 12;

б) 16;

в) 20;

г) 32.

2. Характерной особенностью процесса роста детского организма является

а) неравномерность и волнообразность;

б) равномерность на всех этапах онтогенеза;

в) возрастание в геометрической прогрессии;

г) остановка на раннем этапе онтогенеза.

3. Основной структурно-функциональной единицей нервной системы является

а) аксон;

б) нейрон;

в) рецептор;

г) акцинус.

4. Дыхательный объем – это .....

5. Утомление мышц – это.....

6. Людей с I группой крови называют универсальными донорами, так как.....

7. Сколько мышц входит в состав опорно-двигательного аппарата взрослого человека:

а) около 300;

б) около 400;

в) около 500;

г) около 600.

8. Постнатальный период – это.....

9. Второе детство:

а) 1-3 года;

б) 4-7 лет;

в) 8-11 лет;

г) 12-14 лет.

10. Укажите возраст и особенности первого скачка роста ребенка.....

11. К третьей группе здоровья относят -  
.....

12. Функция тромбоцитов .....

13. Вторая группа крови – это:

а) А и В;

б) А и  $\beta$ ;

в)  $\alpha$  и  $\beta$ ;

г) В и  $\alpha$ .

14. Объем крови взрослого человека:

а) 1-2 литра;

б) 3-4 литра;

в) 5-6 литров;

г) 7-8 литров.

15. Боталлов проток - это.....

16. Дайте характеристику астенического типа телосложения.....

17. Минутный объем крови – это.....

18. Систолическое артериальное давление – это .....

19. Швы – это .....

20. Перечислите физиологические признаки школьной зрелости (не менее трех):

21. Мышцы синергисты – это .....

22. Неорганические вещества в кости отвечают за .....

23. Трубоччатые кости расположены в .....

24. Динамическая работа мышц – это.....

25. Восстановление – это.....

26. Ацинус – это.....

27. Функции автономной (вегетативной) нервной системы:

28. Для расчета индекса масса массы тела необходимы показатели.....

29. К функциональным показателям организма человека относят (не менее трех)....

30. Функция пищеварительной системы.....

### Вариант 2

1. Ребенок 4-5 лет отличается от взрослого человека относительно

- а) короткими конечностями;
- б) маленьким туловищем;
- в) маленькой головой;
- г) длинными конечностями

2. Связь частей организма в единое целое обеспечивают

.....системы

- а) дыхательная и выделительная;
- б) сердечнососудистая и пищеварительная;
- в) нервная и эндокринная;
- г) репродуктивная и иммунная.

3. Теменные кости черепа относятся к ..... костям.

- а) плоским;
- б) трубчатым;
- в) губчатым;
- г) смешанным.

4. Жизненная емкость легких это.....

5. По морфологическим и физиологическим признакам в организме человека выделяют такие четыре типа тканей, как....

6. Людей с IV группой крови называют универсальными реципиентами, так как...

7. Сколько костей входит в состав скелета взрослого человека:

- а) 330;
- б) 206;
- в) 266;
- г) 306.

8. Онтогенез – это.....

9. Первое детство:

- а) 1-3 года;
- б) 4-7 лет;
- в) 8-11 лет;
- г) 12-14 лет.

10. Укажите возраст и особенности второго скачка роста ребенка.....

11. Ко второй группе здоровья относят - .....

12. Функция эритроцитов.....

13. Третья группа крови – это:

- а) А и В;
- б) А и  $\beta$ ;
- в)  $\alpha$  и  $\beta$ ;
- г) В и  $\alpha$ .

14. Масса сердца новорожденного:

- а) 20 г;
- б) 30 г;
- в) 40 г;
- г) 50 г.

15. Митральный клапан находится

.....

16. Дайте характеристику гиперстеническому типу телосложения.....

17. Систолический (ударный) объем крови – это.....

18. Диастолическое артериальное давление – это .....

19. Роднички – это.....

20. Перечислите органы чувств:

21. Мышцы антогонисты – это .....

22. Органические вещества в кости отвечают за .....

23. Плоские кости выполняют ..... функцию и образуют.....

24. Статическая работа мышц – это.....

25. Утомление – это.....

26. Нефрон – это

.....

27. Функции соматической нервной системы:

28. Для расчета индекса Кетле необходимы показатели.....

29. К антропометрическим показателям организма человека относят (не менее трех)....

30. Функция дыхательной системы.....

**Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний**  
(ключи)

**Вариант 1**

1. в
2. а
3. б
4. количество воздуха вдыхаемого и выдыхаемого человеком в спокойном состоянии
5. временное снижение работоспособности
6. их кровь можно переливать любой другой группе крови
7. г
8. этап онтогенеза (индивидуальное развитие) с рождения до смерти
9. в
10. в первый год жизни ребенка, рост преимущественно за счет удлинения туловища
11. лиц имеющих хронические заболевания, с редкими и не тяжело протекающими обострениями хронического заболевания, без выраженного нарушения общего состояния и самочувствия
12. участвуют в свертывании крови
13. б
14. в
15. в период эмбрионального развития, когда не функционируют легкие, большая часть крови из легочного ствола по нему переводится в аорту и таким образом минует малый круг кровообращения
16. тонкие и длинные конечности, короткое туловище, грудная клетка длинная и узкая, жиротложение пониженное.
17. количество крови, которое выбрасывает сердце за одну минуту
18. давление крови на стенки сосудов в момент систолы желудочков
19. соединение костей мозгового отдела черепа
20. наличие постоянных зубов; антропометрические показатели в норме; функциональные показатели в норме; уровень заболеваний; умственная работоспособность
21. мышцы, действующие на сустав в одном направлении
22. твердость костей
23. в тех местах, где совершаются движения с большим размахом (конечности)
24. передвижение костных рычагов в пространстве, когда мышцы напрягаются и их длина меняется
25. это повышение работоспособности организма
26. структурно-функциональная единица легких
27. регулирует обмен веществ, работу внутренних органов и гладких мышц
28. роста и массы тела испытуемого
29. ЧСС, АД, ЧД, ЖЕЛ
30. Механическая и химическая обработка пищи с последующем её всасыванием в кровь

## **Вариант 2**

1. а
2. в
3. а
4. количество воздуха в легких после глубокого вдоха
5. нервная, мышечная, соединительная и эпителиальная
6. им подходит кровь любой другой группы крови
7. г
8. индивидуальное развитие
9. б

10. 5-6 лет, рост преимущественно за счет удлинения конечностей
11. составляют лица, не страдающие хроническими заболеваниями, но имеющие некоторые функциональные и морфологические отклонения, а также часто или длительно болеющие
12. выполняют транспортную функцию
13. г
14. а
15. в сердце между левым предсердием и левым желудочком
16. длинное и плотное туловище, плечи широкие, короткой и широкой грудной клеткой, жировое отложение повышенное
17. количество крови, которое выбрасывает сердце за одно сокращение левого желудочка
18. давление крови на стенки сосудов в момент диастолы (расслабления сердца)
19. прослойки соединительной ткани на черепе новорожденного
20. зрительный, слуховой, тактильный, обонятельный и вкусовой анализаторы
21. мышцы, действующие на сустав в противоположном направлении
22. эластичность, упругость костей
23. защитную..... полости
24. удержание определенной позы, когда мышцы напрягаются, а их длина не меняется
25. это временное снижение работоспособности организма
26. структурно-функциональная единица почек
27. регулирует работу скелетных мышц и обеспечивает чувствительность человеческого тела
28. роста и массы тела испытуемого
29. Вес, рост, окружность грудной клетки, обхваты головы
30. доставка кислорода в клетку с последующим окислением для выделения воды и энергии

Критерии и шкала оценивания результатов освоения дисциплины (модуля) с  
экзаменом

Для дисциплин (модулей), заканчивающихся экзаменом, результат промежуточной аттестации складывается из баллов, набранных в ходе текущего контроля и при проведении экзамена.