

Министерство просвещения РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко»



Утверждена  
на заседании ученого совета института

14 апреля 2023 г. протокол № 11

Ректор

подпись

/ Я.А. Чиговская-Назарова /  
инициалы, фамилия

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-7**

Уровень основной профессиональной образовательной программы	бакалавриат
Направление подготовки	44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
Направленность (профиль)	Логопедия
Форма обучения	Заочная

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ УК-7

Формулировка компетенции:

*Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

*ИУК-7.1. Знает: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни*

*ИУК-7.2. Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределять нагрузки; вырабатывать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма*

*ИУК-7.3. Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.*

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.03.01	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
Б1.О.03.02	Безопасность жизнедеятельности
Б1.О.03.03	Физическая культура и спорт

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-7

### ВОЗРАСТНАЯ АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ И ГИГИЕНА

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	<p>ИУК-7.1. Знает: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни.</p> <p>УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>

Время выполнения заданий: 15 минут

1. К органам пищеварительного тракта относят:
  - а) желудок
  - б) печень
  - в) поджелудочную железу
  - г) слюнные железы
  
2. к функциям скелета и мышц относят:
  - а) опорную
  - б) защитную
  - в) двигательную
  - г) все перечисленные
  
3. Чихание возникает при раздражении рецепторов
  - а) ротовой полости
  - б) гортани
  - в) носовой полости
  - г) трахеи
  
4. С возрастом частота сердечных сокращений
  - а) уменьшается
  - б) увеличивается
  - в) не меняется
  - г) меняется у каждого индивидуально
  
5. Какой орган выделительной системы обладает функциями накопления мочи?
  - а) почка
  - б) мочеточник
  - в) мочеиспускательный канал
  - г) мочевого пузырь

## **БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	ИУК-7.3. Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни. УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

Время выполнения заданий: 15 минут

1. Практическое задание. Задача. Мужчине 28 лет, курит с 15 лет, в настоящее по две пачки сигарет в день и чаще всего в квартире. Кашляет постоянно, но больше по утрам. Периодически поднимается температура и выделяется гнойная мокрота. Пять лет назад был поставлен диагноз хронический бронхит. Медики рекомендовали бросить курить, но он к советам не прислушался. У его трех летнего сына приступы удушья по ночам. Врачи поставили диагноз: бронхиальная астма.

Вопрос.

1. Какие факторы риска у пациента и его сына?

2. Составьте тезисы беседы с мужчиной «О вреде табакокурения».

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	ИУК-7.2. Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределять нагрузки; вырабатывать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма. УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

Время выполнения заданий: 15 минут.

1. Задание на соответствие:

Установите соответствие между видами и разновидностями физической культуры и характером направленности процессов.

Виды и разновидности физической культуры

Характер направленности процессов

1. Профессионально-прикладная физическая культура

а) Обеспечивает сохранение возможности трудиться и вести активный образ жизни лицам с отклонениями в состоянии здоровья.

б) Обеспечивает сохранение и восстановление здоровья.

2. Спорт

3. Адаптивная физическая культура

в) Обеспечивает специальную физическую подготовку к профессиональной деятельности.

г) Обеспечивает развитие резервных возможностей организма человека, а также их проявление в соревновательной деятельности.

4. Лечебная физическая культура

2. Задание на соответствие:

Установите соответствие между физическими качествами и видами спорта, в которых они преимущественно проявляются.

Физическое качество

Вид спорта

1. Быстрота
2. Гибкость
3. Сила
4. Выносливость

- а) Художественная гимнастика.
- б) Лыжные гонки.
- в) Тяжелая атлетика.
- г) Легкая атлетика, бег на короткие дистанции.