

Утверждена  
на заседании ученого совета института

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



Глазов 2021

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ УК-7

Формулировка компетенции:

Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-6.1. Знает: основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности

ИУК-6.2. Умеет: учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации в течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.

ИУК-6.3. Владеет: навыками тайм-менеджмента, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.03.01	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
Б1.О.03.02	Основы медицинских знаний
Б1.О.03.03	Безопасность жизнедеятельности
Б1.О.03.04	Физическая культура и спорт
Б1.О.03.06	Элективные курсы по физической культуре и спорту
Б3.01(Г)	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Для проведения поститогового контроля по проверке этапов формирования компетенции и индикаторов достижения компетенции выбирается несколько представленных в ФОСе заданий дисциплин(ы), общая продолжительность выполнения которых не должна превышать 60 минут.

### 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	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.

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 пузыря

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	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.

Время выполнения заданий: 15 минут

1. По определению Всемирной организации здравоохранения здоровье — это
  - а) отсутствие болезней
  - б) нормальное функционирование систем организма
  - в) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов
  - г) состояние организма человека, когда функции его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения
2. Наибольшее влияние на формирование здоровья населения оказывает
  - а) генетический риск
  - б) окружающая среда
  - в) образ жизни населения
  - г) уровень и качество медицинской помощи
3. Профилактические медицинские осмотры способствуют выявлению заболеваний
  - а) острых
  - б) хронических
  - в) на ранних стадиях
  - г) инфекционных
4. Заражение человека туберкулезом происходит в основном...
  - а) ингаляционно
  - б) через кровь
  - в) через продукты питания
  - г) через укусы насекомых
5. Провоцирующую роль в развитии сахарного диабета могут играть острые и хронические заболевания....
  - а) поджелудочной железы
  - б) органов дыхания
  - в) органов мочевыделения
  - г) опорно-двигательного аппарата

#### 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.

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.

Время выполнения заданий: 30 минут.

1. Задание на соответствие:

- |                 |   |
|-----------------|---|
| 1    Завлечение | а)    Тактический прием в результате которого вынуждают фигуру пойти на определенное поле при котором достигается преимущество; |
| 2    Вилка      | б)    Расположение своей фигуры на линии действия дальбойных фигур противника   |
| 3    Рокировка  | в)    Нападение на две или несколько фигур одновременно   |
| 4    Перекрытие | г)    Один ход при котором перемещаются король и ладья  |

2. Задание на соответствие:

- |  |  |
|--|--|
| 1    Инклюзивное образование             | а)    Образование для углубленного изучения предметов      |
| 2    Дополнительное образование детей    | б)    Включенное образование                               |
| 3    Дошкольное воспитание               | в)    Воспитание детей дошкольного возраста в учреждениях. |
| 4    Высшее профессиональное образование | г)    Подготовка специалистов для народного хозяйства.     |

### **ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

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

Время выполнения заданий: 30 минут.

Время выполнения-30 мин.

1. Установить соответствие

Медицинская группа	Варианты ответов
1. Основная медицинская группа	а) обучающиеся с особенностями развития
2. Подготовительная группа	б) техническая, тактическая подготовка
3. Специальная медицинская группа	в) комплекс ГТО
4. Группа спортивного совершенствования	г) определенные ограничения

2. Установить соответствие

Двигательные способности	Виды спорта
1. Скоростные	а) тяжелая атлетика, борьба
2. Силовые	б) баскетбол, борьба, акробатика
3. Координационные	в) спринт,
4. Выносливость	г) лыжные гонки, марафон

3. Практическое задание - Составить комплекс ОРУ утренней гимнастики

**ПОДГОТОВКА К СДАЧЕ И СДАЧА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

Основные задачи итогового междисциплинарного экзамена направлены на формирование и проверку освоения следующих компетенций и индикаторов достижения компетенций:

Категория УК	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Оценочные средства
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе и здоровье-сбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	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	Решение кейса по методике обучения русскому языку и по методике обучения английскому языку

		<p>программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма</p> <p>ИУК-7.3. Владеет:</p> <p>методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.</p>	
--	--	---	--

**Фонд оценочных средств итогового междисциплинарного экзамена**

Уровни освоения компетенции	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня (этапы формирования компетенции, критерии оценки сформированности)	Пятибалльная шкала (академическая) оценка	% освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный (высокий)	формируется из компонентов владеть Творческая деятельность	Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического или прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий.	Отлично	90-100
Базовый (продвинутый)	формируется из требований к компоненте уметь Применение знаний и умений в более широких контекстах учебной и профессиональной деятельности, нежели по образцу, с большей степенью самостоятельности и инициативы	Включает нижестоящий уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	Хорошо	75-89
Удовлетворительный (пороговый)	формируется из компонентов знать Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретически и практически контролируемого материала	Удовлетворительно	50-74
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня		Неудовлетворительно	менее 50

