

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

Утверждена  
на заседании ученого совета университета

«21» апреля 2025 г. протокол № 9  
Приказ № 45 от 21 апреля 2025

Ректор Я.А. Чиговская-Назарова

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

Уровень основной профессиональной образовательной программы	бакалавриат
Направление подготовки	44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль)	Психология и социальная педагогика
Форма обучения	Заочная

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ УК-7

Формулировка компетенции согласно ФГОС:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

ИУК-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.

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
Б1.О.03.05	Элективные курсы по физической культуре и спорту
Б1.В.ДВ.01.01	Психология стресса в образовании
Б1.В.ДВ.01.02	Психологическое сопровождение подготовки к ГИА
Б2.В.02(П)	Производственная практика - 2(СП). Педагогическая практика.

## 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. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. ИУК-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.

**Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенций:**

Время выполнения заданий: не более 30 минут

Выберите правильный ответ:

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

Практическое задание:

Задача. Ребенок жалуется на грубый «лающий» кашель, осиплость голоса и повышение температуры тела. Диагноз: ларингит (воспаление слизистой оболочки гортани). Вопрос: Поражение каких структур гортани может вызвать изменение голоса?

### **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-7.2. 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.

**Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенций:**

Время выполнения заданий: не более 30 минут

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-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. ИУК-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.

#### **Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенций:**

Время выполнения заданий: не более 30 минут

Выберите правильный ответ:

1. Какая страна родина шахмат?
  - а) Россия;
  - в) Индия;
  - б) Китай;
  - г) Тува.
2. Сколько полей на шахматной доске?
  - а) 48;
  - в) 50;
  - б) 64;
  - г) 16.
3. Что такое диаграмма?
  - а) Начальная позиция;
  - в) Материальное преимущество;
  - б) Запись шахматной игры;
  - г) Печатное изображение шахматной игры.
4. Найди среди фигур тяжелую фигуру:
  - а) Конь;
  - в) Ладья;
  - б) Слон;
  - г) Пешка.
5. Назови среди фигур легкую фигуру:
  - а) Ферзь;

- в) Слон;
- б) Пешка;
- г) Ладья.

Практическое задание:

Напишите как поставить линейный мат \_\_\_\_\_.

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

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. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. ИУК-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.

**Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенций:**

Время выполнения заданий: не более 30 минут

Выберите правильный ответ:

1. Физическая культура это:

- а) Часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития
- б) Часть общей культуры человечества, которая представляет собой физкультурно-спортивную деятельность по реализации ценностей физкультурного образования, а также в сфере физического развития, оздоровления и воспитания людей.
- в) Культура человечества, направленная на творческую деятельность по созданию физкультурно-спортивных ценностей в сфере физического развития, оздоровления и воспитания населения Российской Федерации.
- г) Культура человечества, которая представляет собой физкультурно-спортивную деятельность по реализации ценностей физического образования и воспитания, физической подготовленности и развития, оздоровления и воспитания людей.

2. В баскетболе на игровой площадке находится по .... игроков от каждой команды.

- а) 6.
- б) 4.
- в) 5.
- г) 7

3. Подвижная игра с правилами — это

- а) сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.

- б) незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире
- в) индивидуальные или командные виды игр
- г) сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, без правил

4. Оздоровительные виды гимнастика включают в себя:

- а) утреннюю гимнастику
- б) основную гимнастику
- в) прикладную гимнастику
- г) художественную гимнастику

5. Профилактика нарушений осанки осуществляется при выполнении...

- а) скоростных упражнений
- б) упражнений «на гибкость»
- в) силовых упражнений
- г) упражнений на «выносливость»

Практическое задание:

Составить комплекс ОРУ утренней гимнастики.

### ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА В ОБРАЗОВАНИИ

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

**Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенций:**

Время выполнения заданий: не более 30 минут

Выберите правильный ответ:

1. Нарушение концентрации внимания, негативно отражающееся на нормальности функционирования здорового организма, относится к \_\_\_\_\_ форме проявления стресса:

- а) к поведенческой;
- б) к эмоциональной;
- в) к интеллектуальной;
- г) к физиологической.

2. Головная боль, негативно отражающаяся на нормальности функционирования здорового организма относится к \_\_\_\_\_ форме проявления стресса:

- а) к поведенческой;
- б) к эмоциональной;
- в) к интеллектуальной;
- г) к физиологической.

3. Снижение самооценки при психологическом стрессе, не позволяющее обеспечить условия нормального физического развития человеческого организма, относится к:

- а) изменению общего эмоционального фона;
- б) выраженным негативным эмоциональным реакциям;
- в) изменениям в характере;
- г) невротическим состояниям.

4. Показатель 57 баллов по методике Ч. Спилбергера относится к \_\_\_\_\_ уровню ситуативной тревожности

- а) к низкому;
- б) к среднему;
- в) к высокому;
- г) к сверхвысокому.

5. Не входит в состав триады поведения при структурном анализе стресса:

- а) мысли;
- б) действия;
- в) чувства;
- г) последствия.

### **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПОДГОТОВКИ К ГИА**

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

**Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенций:**

Время выполнения заданий: не более 30 минут

Практическое задание:

Перечислите субъективные причины стресса.

Критерии оценивания:

Каждый индикатор достижения компетенции оценивается в 10 баллов:

- Тестовое задание оценивается в 10 баллов (ответ на вопрос теста стоит 0 или 2 балла);
- Задания на соответствие оцениваются в 10 баллов (каждое оценивается 0-5 баллов)
  - 5 баллов – полностью правильно найденные соответствия;
  - 4 балла – три правильных соответствия;
  - 3 балла – два правильных соответствия;
  - 2 балла – одно правильно соответствие;
  - 1 балл – отсутствие правильных соответствий;
  - 0 баллов – не приступал к выполнению задания;
- Каждое практическое задание оценивается в 10 баллов:
  - 10 баллов - студент правильно выполнил предложенные задания на основе изученной теории, методов, приемов, технологий;

- 8 баллов - студент способен применять полученные теоретические знания в практической деятельности, решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов, при выполнении заданий допускает незначительные ошибки;
  - 6 баллов - при выполнении задания допущены грубые ошибки;
  - 0 баллов - студент не выполнил задание.
- Оценка зависит от процента выполнения всех заданий.

**Шкала оценивания сформированности компетенции(ий) и индикатора(ов) достижения компетенции(ий)**

<b>Уровни освоения индикатора (ов) достижений компетенций</b>	<b>Основные признаки выделения уровня</b>	<b>Академическая оценка</b>	<b>% выполнения всех заданий</b>
Повышенный (высокий)	Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического или прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий.	Отлично	90-100
Базовый	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	70-89
Удовлетворительный	Изложение в пределах задач курса теоретического и практического контролируемого материала	Удовлетворительно	50-69
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня	Неудовлетворительно	менее 50

Считать, что положительные результаты поститогового контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования компетенции (ий) и индикатора (ов) достижения компетенции (ий) (этапа формирования компетенции). Если обучающийся получил оценку «неудовлетворительно», то считать компетенцию не сформированной на данном этапе. При получении оценок «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» считать, что проверяемая компетенция сформирована на достаточном уровне.

**ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА - 2(СП). ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА**

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



### Фонд оценочных средств результатов практики

При оценке результата освоения компетенции методистами анализируются отчетные документы по практике.

Формы отчетности по практике

1. Отчет о прохождении практики.
2. Аттестация-характеристика.
3. График (план) прохождения практики.
4. Индивидуальное задание на практику.
5. Текст выступления на родительском собрании
6. Конспект профилактического воспитательного мероприятия с самоанализом.
7. Карта оценки сформированности компетенций.

Уровень освоения индикаторов достижения компетенций определяется в соответствии со следующей таблицей, заполняемой методистом по практике.

Код индикатора компетенции	Формулировка индикатора компетенции	Проверяемые отчетные документы	Критерии оценивания отчетных документов	Оценка методиста по профилю
ИУК-7.2.	Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы	Конспект воспитательного мероприятия по пропаганде здорового образа жизни с самоанализом	Каждый отчетный документ оценивается в 5 баллов: – 5 баллов – документ оформлен в соответствии с требованиями по оформлению, материал изложен грамотно, доказательно, используется профессиональная терминология при оформлении отчетной документации по практике; документ представлен в установленные сроки; – 4 балла - документ оформлен в соответствии с требованиями по оформлению, но при изложении материала обнаружены ошибки в использовании профессиональной терминологии, встречаются стилистические и грамматические ошибки; отчет представлен в установленные сроки; – 3 балла - в документе обнаружен низкий уровень оформления документации по практике; низкий уровень владения методической терминологией; отчет представлен с нарушением установленных сроков; 2 балла – оформление документа по практике не соответствует требованиям, отчет представлен с нарушением установленных сроков.	<i>Оценка выставляется по среднему арифметическому значению</i>

	организм а и на укреплен ие здоровья.		—	
--	---	--	---	--

#### Критерии оценки за практику

№ п/п	Шкала оценивания	Критерии оценивания
1.	<b>Отлично/ зачтено</b>	Задания практики выполнены в полном объеме, студент проявил высокий уровень самостоятельности и творческий подход к его выполнению
2.	<b>Хорошо/ зачтено</b>	Задания практики выполнены в полном объеме, имеются отдельные недостатки в оформлении представленного материала
3.	<b>Удовлетворительно/ зачтено</b>	Задания практики в целом выполнены, однако имеются недостатки при выполнении в ходе практики отдельных разделов (частей) задания, имеются замечания по оформлению собранного материала
4.	<b>Неудовлетворительно/ не зачтено</b>	Задания практики выполнены лишь частично, имеются многочисленные замечания по оформлению собранного материала.

Руководитель практики от организации (руководитель практики по профилю) выставляет итоговую оценку и принимает во внимание аттестацию-характеристику, карту сформированности компетенций, данные ему руководителем практики от профильной организации, оценку методиста по практике, отчет и работу студента на практике, исходя из соответствия выполненной работы индивидуальному заданию, самостоятельности разработки задания.

Результаты определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», или «зачтено», «не зачтено».