

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный педиатрический
медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

УТВЕРЖДЕНО

Учебно-методическим советом
«28» августа 2025 г., протокол № 10

Проректор по учебной работе,
Председатель Учебно-методического совета
профессор В.И. Орел



ФОНД

КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ

по дисциплине среднего общего образования «Физическая культура»

специальность

34.02.01 СЕСТРИНСКОЕ ДЕЛО

Квалификация выпускника

Медицинская сестра / медицинский брат

Форма обучения

ОЧНАЯ

**Санкт-Петербург
2025**

Фонд контрольно-измерительных материалов по дисциплине СОО «Физическая культура» предназначен для контроля знаний по программе среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 «Сестринское дело».

1. Паспорт фонда контрольно-измерительных материалов по дисциплине СОО «Физическая культура»

Личностные результаты (код)	Индикаторы достижений личностных результатов	Виды занятий	Контрольно-измерительные материалы
ЛР-9	<p>ИД-1 ЛР-9.1. Способен уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.</p> <p>ИД-2 ЛР-9.2. Способен владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.</p>	Теоретическое и практическое обучение	Тестовые задания, контрольные вопросы, собеседование

Текущий контроль осуществляется в течение всего срока освоения данной дисциплины. Выбор контрольно-измерительных материалов для проведения текущего контроля на усмотрение преподавателя.

Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине СОО «Физическая культура» проводится по итогам обучения является обязательной.

2. Критерии и шкала оценивания

Критерии оценивания	Шкала оценивания			
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
Полнота знаний	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.
Наличие умений	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме.	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами. Выполнены все задания, в полном объеме.
Наличие навыков (владение опытом)	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов
Характеристика сформированности компетенции	Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения профессиональных задач. Требуется повторное обучение.	Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений и навыков в целом достаточно для решения профессиональных задач, но требуется дополнительная практика по большинству практических задач.	Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям, но есть недочеты. Имеющихся знаний, умений и навыков в целом достаточно для решения профессиональных задач, но требуется дополнительная практика по некоторым профессиональным задачам.	Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений и навыков в полной мере достаточно для решения сложных профессиональных задач.

Уровень сформированности компетенции	Низкий.	Ниже среднего.	Средний.	Высокий.
--------------------------------------	---------	----------------	----------	----------

3. Контрольно-измерительные материалы.

3.1. Общее количество тестовых заданий по дисциплине представлено в таблице 1.

Таблица 1

Общее количество тестовых заданий

Код личностного результата	Наименование личностного результата	Количество заданий
ЛР-9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	30

3.2. Тестовые задания с распределением по компетенциям и типам

Таблица 2

Задания закрытого типа с выбором одного верного ответа из нескольких предложенных

№ задания	Содержание задания	Варианты ответов	Правильный ответ	Код личностного результата
Прочитайте текст, выберите один или несколько правильных ответов				
1.	ХОРОШИМ СРЕДСТВОМ СНЯТИЯ НЕРВНОГО НАПРЯЖЕНИЯ ЯВЛЯЮТСЯ	А) занятия плаванием Б) занятия творческим трудом В) танцы, пение Г) все перечисленное	Г	ЛР-9
2.	ПОДРОСТКОВЫМ СЧИТАЕТСЯ ВОЗРАСТ ОТ	А) рождения до 18 лет Б) 6 до 11 лет В) 11 до 15 лет Г) 15 до 20 лет	В	ЛР-9
3.	УТРЕННИЙ ПОДЪЕМ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПРОИСХОДИТ В _____ ЧАСОВ	А) 8-9 Б) 10-12 В) 6-17 Г) 5-6	Б	ЛР-9
4.	08. ЦЕЛЬЮ ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ТРУДА И ОТДЫХА ЯВЛЯЕТСЯ	А) самовоспитание Б) рациональное распределение сил организма	Б	ЛР-9

		В) развитие способностей Г) формирование интересов		
5.	СОН ОБЕСПЕЧИТ ПОЛНОЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ ВСЕХ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ СИСТЕМ, В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ГОЛОВНОГО МОЗГА, ЕСЛИ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ СНА СОСТАВИТ _____ ЧАСОВ	А) 5 Б) 7 В) 8 Г) 10	В	ЛР-9
6.	ВОЛЕЙБОЛ КАК СПОРТИВНАЯ ИГРА ПОЯВИЛСЯ В КОНЦЕ 19 ВЕКА В	А) Канаде Б) Японии В) США Г) Германии	В	ЛР-9

Таблица 3

Задания закрытого типа с выбором нескольких верных ответа из трех (или более) предложенных

№ задания	Содержание задания	Варианты ответов	Правильный ответ	Код личностного результата
Прочитайте текст, выберите один или несколько правильных ответов				
1.	КОМПОНЕНТАМИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЯВЛЯЮТСЯ	А) прием энергетических коктейлей Б) походы в ночной клуб В) правильное питание и режим дня Г) физические нагрузки и отказ от вредных привычек	В, Г	ЛР-9
2.	ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ВЛИЯЕТ НА ОРГАНИЗМ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ	А) повышает жизненные силы и функциональные возможности Б) позволяет больше расходовать калории для поддержания оптимального веса В) понижает выносливость и работоспособность Г) уменьшает количество лет	А, Б	ЛР-9
3.	ПОЛЬЗА ОТ ЗАНЯТИЙ ЦИКЛИЧЕСКИМИ ВИДАМИ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В	А) повышении силовых способностей Б) увеличении ко-	В, Г	ЛР-9

		личества жировой ткани В) улучшении потребления организмом кислорода Г) увеличении эффективности работы сердца		
--	--	--	--	--

Таблица 4

Задания закрытого типа на установление соответствия

Содержание задания	Варианты ответов	Правильный ответ	Код личностного результата
Прочитайте текст и установите соответствие			
1. Установите соответствие между высотой волейбольной сетки и различными командами			
ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ КОМАНДА 1) мужская 2) женская	ВЫСОТА ВОЛЕЙБОЛЬНОЙ СЕТКИ 2 М _____ СМ А) 44 Б) 43 В) 45 Г) 24	1 – Б, 2 – Г	ЛР-9
2. Установите соответствие между качеством и упражнениями			
КАЧЕСТВА 1) Выносливость 2) Сила 3) Скорость 4) Ловкость, координация 5) Гибкость	УПРАЖНЕНИЯ А) челночный бег, метание предметов Б) плавание без остановок от 25м до 100 м В) пружинящие приседания Г) подвижные игры	1- Б, 2- Д, 3- Г, 4 – А, 5 - В	ЛР-9
3. Установите соответствие интенсивностью физической нагрузки и частоте сердечных сокращений			
ОБЪЁМЫ НАГРУЗКИ 1) Небольшая 2) Нагрузка средней интенсивности 3) Высокая нагрузка 4) Нагрузка предельная	ПАРАМЕТРЫ ЧАСТОТЫ С.С. УД /МИН. А) 170-200 Б) 130-150 В) 100-130 Г) 150-170	1– В, 2 – Б, 3 – Г, 4 – А	ЛР-9

Таблица 5

Задания закрытого типа на установление последовательность

Содержание задания	Правильный ответ	Код личностного результата
1. Установите правильную последовательность		
УСЛОВНО РАЗЛИЧАЮТ 3 ЭТАПА В ПОСТРОЕНИИ ПРОЦЕССА ОСВОЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ А) Закрепление и дальнейшее совершенствование двигательного действия Б) Начальное разучивание В) Углублённое, детализированное разучивание	Б, В, А	ЛР-9
2. Установите правильную последовательность		
ДЛЯ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ ПРИ ТЕПЛОВОМ УДАРЕ НЕОБХОДИМО ПРИНЯТЬ СЛЕДУЮЩИЕ МЕРЫ А) дать понюхать пострадавшему ватку, смоченную нашатырным спиртом Б) вызвать скорую помощь В) положить холодный компресс на голову и грудь пострадавшему Г) перенести пострадавшего в прохладное место Д) снять с пострадавшего стесняющую одежду Е) дать пострадавшему холодную подсоленную воду или холодный сладкий чай примерно 100-150 мл	Г, А, В, Д, Е, Б	ЛР-9
3. Установите правильную последовательность		
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКИ БРОСКА БАСКЕТБОЛЬНОГО МЯЧА ДВУМЯ РУКАМИ ОТ ГРУДИ А) Броски мяча со средней дистанции (3м – 3,60м) Б) Согласованность движений рук и ног В) Броски мяча в сочетании с другими техническими приёмами Г) Исходное положение Д) Бросок мяча с близкой дистанции (1,5м – 2м) Е) Выпуск мяча с различной траекторией полёта	Г, Б, Е, Д, А, В	ЛР-9

Таблица 6

Задания открытого типа на дополнение

№ задания	Содержание задания	Правильный ответ	Код личностного результата
Прочитайте текст и дополните ответ			
1.	КОМПЛЕКС СУБЪЕКТИВНЫХ ОЩУЩЕНИЙ, ЯВЛЯЮЩИХСЯ ИНДИКАТОРОМ УТОМЛЕНИЯ И ВЫРАЖАЮЩИХСЯ В НЕВОЗМОЖНОСТИ, НЕЖЕЛАНИИ ДАЛЕЕ ВЫПОЛНЯТЬ РАБОТУ ДАЖЕ	усталость	ЛР-9

	ПРИ ПОЗИТИВНОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОМ НАСТРОЕ – ЭТО		
2.	ОБЪЕКТИВНЫЙ ПРОЦЕСС ВРЕМЕННОГО СНИЖЕНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА, ПРОЯВЛЯЮЩИЙСЯ УХУДШЕНИЕМ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ВЫПОЛНЯЕМОЙ РАБОТЫ: СНИЖЕНИЕМ РАБОТОСПОСОБНОСТИ, КООРДИНАЦИИ, ОЩУЩЕНИЕМ УСТАЛОСТИ – ЭТО	утомление	ЛР-9
3.	«ЛИБЕРО» В ВОЛЕЙБОЛЕ – ЭТО ИГРОК	защиты	ЛР-9
4.	ВРАЩАТЕЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ ЧЕРЕЗ ГОЛОВУ С ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫМ КАСАНИЕМ ОПОРНОЙ ПОВЕРХНОСТИ ОТДЕЛЬНЫМИ ЧАСТЯМИ ТЕЛА В ГИМНАСТИКЕ ОБОЗНАЧАЕТСЯ КАК	кувырок	ЛР-9
5.	ПОЛОЖЕНИЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ НА СОГНУТЫХ НОГАХ В ГИМНАСТИКЕ ОБОЗНАЧАЕТСЯ КАК	присед	ЛР-9
6.	К ЦИКЛИЧЕСКИМ ФИЗИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ ОТНОСЯТСЯ	бег	ЛР-9
7.	ОДНИМ ИЗ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЯВЛЯЕТСЯ	сила	ЛР-9
8.	. ВОЛЕЙБОЛ БЫЛ ПРИЗНАН ОЛИМПИСКИМ ВИДОМ СПОРТА В _____ ГОДУ	1957	ЛР-9

Таблица 7

Задания открытого типа *свободного изложения (с развернутым ответом)*

№ задания	Содержание задания	Правильный ответ	Код личностного результата
Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ			
1.	РИТМИКО-ЦИКЛИЧЕСКИЕ КОЛЕБАНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ - ЭТО	биологические ритмы	ЛР-9
2.	ВОССТАНАВЛИВАЕТ СИЛЫ, СНИМАЕТ УТОМЛЕНИЕ И ЯВЛЯЕТСЯ ЗНАЧИМЫМ УСЛОВИЕМ РАЦИОНАЛЬНОСТИ РЕЖИМА ДНЯ ПОДРОСТКА	активный отдых	ЛР-9
3.	НЕОБРАТИМЫЙ, НЕПРЕРЫВНО ПРОТЕКАЮЩИЙ ПРОЦЕСС КОЛИЧЕСТВЕННЫХ И КАЧЕСТВЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ В ОРГАНИЗМЕ - ЭТО	развитие организма человека	ЛР-9
4.	ПЕРЕХОД ИГРОКОВ В ВОЛЕЙБОЛЕ ИЗ ЗОНЫ В ЗОНУ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ПО _____	часовой стрелке	ЛР-9
5.	РЕАЛИЗАЦИЯ ЦЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО	оздоровительных,	ЛР-9

	ВОСПИТАНИЯ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ЧЕРЕЗ РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ _____	образовательных и воспитательных	
6.	«БИЧ – ВОЛЕЙ» - ЭТО	пляжный волейбол	ЛР-9
7.	ЧЕТЫРЕ УДАРА КАСАНИЯ», УДАР ПРИ ПОДДЕРЖКЕ «ДВОЙНОЕ КАСА- НИЕ» СЧИТАЮТСЯ	ошибками в во- лейболе	ЛР-9

В заданиях открытого типа свободного изложения (с развернутым ответом) ответ обучающегося может быть представлен в интерпретации, эквивалентной приведенному правильному ответу

Таблица 8

Ключи к оцениванию

№ задания	Правильный ответ	Критерии
Задания закрытого типа с выбором одного верного ответа из нескольких предложенных		
Задание 1	Г	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 2	В	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 3	Б	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 4	Б	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 5	В	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 6	В	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задания закрытого типа с выбором нескольких верных ответа из трех (или более) предложенных		
Задание 1	В, Г	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 2	А, Б	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 3	В, Г	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задания закрытого типа на установление соответствия		
Задание 1	1 – Б, 2 - Г	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 2	1 – Б, 2 – Д, 3 – Г, 4 – А, 5 – В	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 3	1– В, 2 –Б, 3 – Г, 4 – А	2 балла за правильный ответ

		1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задания закрытого типа на установление последовательность		
Задание 1	Б, В, А	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 2	Г, А, В, Д, Е, Б	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 3	Г, Б, Е, Д, А, В	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задания открытого типа на дополнение		
Задание 1	усталость	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 2	утомление	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 3	защиты	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 4	кувырок	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 5	присед	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 6	бег	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 7	сила	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задание 8	1957	1 балл – правильный ответ 0 балл – остальные случаи
Задания открытого типа свободного изложения (с развернутым ответом)		
Задание 1	биологические ритмы	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 2	активный отдых	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 3	развитие организма человека	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 4	часовой стрелке	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 5	оздоровительных, образовательных и воспитательных	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 6	пляжный волейбол	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов
Задание 7	ошибками в волейболе	2 балла за правильный ответ 1 ошибка – 1 балл 2 и более ошибки – 0 баллов

