

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»

Институт гражданской защиты
Кафедра физической реабилитации

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Института гражданской защиты

Малкин В.Ю.

« 25 » 2025 года

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по учебной дисциплине

«Физиология человека»

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

«Физическая реабилитация»

Разработчик:

доцент

Кратинова И.П.

ФОС рассмотрен и одобрен на заседании кафедры физической реабилитации
от « 25 » 02 2025 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой

Мечетный Ю.Н.

Луганск 2025г.

**Комплект оценочных материалов по дисциплине
«Физиология человека»**

Задания закрытого типа

Задания закрытого типа на выбор правильного ответа

1. Выберите один правильный ответ

Как влияет на артериальное русло повышение концентрации CO₂ в крови?

- А) суживает сосуды
- Б) расширяет сосуды
- В) увеличивает скорость кровотока
- Г) повышает свертываемость крови

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-2

2. Выберите один правильный ответ

Какой процесс развивается в костной ткани пожилого человека?

- А) остеогенез
- Б) дисплазия
- В) остеопороз
- Г) гипертрофия

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ОПК-7

3. Выберите один правильный ответ

Лучший способ увеличения аэробных возможностей?

- А) соблюдение режима дня
- Б) прием пищевых добавок
- В) регулярные физические нагрузки средней интенсивности
- Г) занятия йогой и пилатесом

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ПК-4

Задания закрытого типа на установление соответствия

1. Установите правильное соответствие. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца. Какой тип мышечной ткани характерен для строения органов?

Орган	Тип мышечной ткани
1) сердце	А) гладкая мышечная ткань
2) скелетная мускулатура	Б) специфическая мышечная ткань
3) мышечные волокна в стенке сосудов	В) поперечнополосатая мышечная ткань

Правильный ответ

1	2	3
Б	В	А

Компетенции (индикаторы): ОПК-7

2. Установите соответствие между типом конституции человека и наиболее вероятными особенностями секреции желудком соляной кислоты. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.

- | Тип конституции | Секреция желудка HCL |
|-----------------|----------------------|
| 1) Астенический | А) Повышенная |
| 2) Атлетический | Б) Пониженная |
| 3) Пикнический | В) Нормальная |

Правильный ответ

1	2	3
Б	В	А

Компетенции (индикаторы): ОПК-2

Задания закрытого типа на установление правильной последовательности

1. Прочитайте текст и установите последовательность.

Стадии возникновения потенциала действия возбудимых тканей:

А) медленная реполяризация

Б) плато

В) деполяризация

Г) покоя

Д) быстрая реполяризация

Правильный ответ: В, А, Д, Б, Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-7

2 Прочитайте текст и установите последовательность.

Последовательность процесса расщепления и усвоения жиров в пищеварительном тракте:

А) воздействие липаз поджелудочной железы

Б) эмульгация желчными кислотами

В) отщепление жирных кислот

Г) всасывание в лимфу

Д) попадание в зону 12 перстной кишки

Правильный ответ: Д, Б, А, В, Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-2

3. Прочитайте текст и установите последовательность.

Стадии общего адаптационного синдрома в организме человека и животных:

- А) стадия болезни
 - Б) стадия резистентности
 - В) стадия истощения
 - Г) стадия тревоги
 - Д) стресс
- Правильный ответ: Д, Г, Б, В, А.
Компетенции (индикаторы): ПК-4

Задания открытого типа

Задания открытого типа на дополнение

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Снижение частоты сердечных сокращений ниже нормы 60 ударов в минуту
(ответ запишите в виде латинского термина существительное)

Правильный ответ: брадикардия
Компетенции (индикаторы): ОПК-2

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Снижение объёма циркулирующей в организме крови называется
_____ (ответ запишите в виде латинского термина существительное)

Правильный ответ: гиповолемия
Компетенции (индикаторы): ОПК-7

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Снижение уровня гемоглобина ниже нормы (ответ запишите в виде латинского термина существительное) _____

Правильный ответ: анемия
Компетенции (индикаторы): ОПК-2

4. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Повышение частоты сердечных сокращений выше 100 ударов в минуту называется _____ (ответ запишите в виде латинского термина существительное)

Правильный ответ: тахикардия
Компетенции (индикаторы): ОПК-7

Задания открытого типа с кратким свободным ответом

1. Увеличение объёма мышечной ткани сердечной мышцы при регулярных физических нагрузках _____

Правильный ответ: гипертрофия миокарда/гипертрофия
Компетенции (индикаторы): ОПК-2

2. Уменьшение объёма мышечной ткани при длительном отсутствии мышечных нагрузок: _____

Правильный ответ: атрофия/мышечная атрофия

Компетенции (индикаторы): ПК-4

3. Уменьшение в размерах вилочковой железы с возрастом: _____

Правильный ответ: гипотрофия/атрофия

Компетенции (индикаторы): ОПК-7

3. Снижение объёма двигательной активности: _____

Правильный ответ: гиподинамия/гипокинезия

Компетенции (индикаторы): ОПК-7

Задания открытого типа с развернутым ответом

1. Ситуационная задача

Перечислите основные эффекты регулярных физических нагрузок:

Время выполнения – 12 минут.

Ожидаемый результат:

Повышение тонуса центральной нервной системы, усиление функций системы кровообращения и дыхания, увеличение силы и выносливости мышечной ткани, укрепление костной ткани, стимуляция общего обмена веществ, нормализация настроения, сна и витальных функций.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-2; ОПК-7; ПК-4

2. Ситуационная задача

Перечислите основные стадии стресс-реакции:

Время выполнения – 12 минут.

Ожидаемый результат:

Стресс-реакция — это сложная реакция организма на внешние или внутренние факторы, которые воспринимаются как угрожающие или вызывающие беспокойство. Она может проявляться эмоционально, физически и психологически и имеет как краткосрочные, так и долгосрочные последствия для организма. Выделяют три основные фазы стрессовой реакции: 1. Фаза тревоги. В начальной фазе организм распознаёт стрессор и активизируется реакция «бей или беги». В этот момент чувствуется резкий выброс энергии, напряжение мышц, потеря аппетита и усиление остроты чувств. 2. Фаза резистентности. Если стресс продолжается, организм переходит в стадию сопротивления, во время которой активируются различные защитные механизмы. Уровень энергии может временно упасть, затем стабилизироваться на более низком уровне, чем в норме, а организм продолжает использовать ресурсы для борьбы со стрессом. 3. Фаза

истощения. При длительном стрессе ресурсы адаптации организма истощаются. Физическое и эмоциональное состояние индивида снижается, что может привести к усталости, депрессии, тревожности, снижению иммунной защиты и, в тяжёлых случаях, даже к коллапсу.

Критерии оценивания: смысловое соответствие приведенному объяснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-2; ОПК-7; ПК-4

Экспертное заключение

Представленный фонд оценочных средств (далее – ФОС) по дисциплине «Физиология человека» соответствует требованиям ФГОС ВО.

Предлагаемые формы и средства текущего и промежуточного контроля адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлены в полном объеме.

Виды оценочных средств, включенные в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки обучающихся по указанному направлению.

Председатель учебно-методической комиссии
института гражданской защиты



Д.В. Михайлов

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобрены изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)