

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.09 Анатомия и физиология человека

**Специальность**

49.02.02 Адаптивная физическая культура

**Квалификация**

Педагог по адаптивной физической культуре и спорту

Составитель \_\_\_\_\_

**Грозный – 2026г.**

## ПАСПОРТ

### ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОП.09 Анатомия и физиология человека

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства	
1.	Введение. Анатомия и физиология как наука. Учение о клетке. Учение о тканях. Понятие об органе и системах органов.	ОК 01 ,ОК 08, ПК 1.3.; ПК 1.5.; ПК 1.6; ПК 3.1.- ПК 3.3; ПК 3.5., ПК 3.1.- ПК 3.4; ПК 3.6.	Экзамен/зачет	1-я текущая аттестация
2.	Опорно-двигательный аппарат человека.			
3.	Общая характеристика нервной системы.			2-я текущая аттестация
4.	Общая характеристика сердечно-сосудистой системы.			

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средств в фонде
1.	<i>1-я и 2-я текущая аттестация</i>	Средства контроля усвоения учебного материала в виде тестирования обучающихся	Комплект тестов по вариантам к аттестациям
2.	<i>Экзамен/зачет</i>	Итоговая форма оценки знаний	Комплект тестов по вариантам К экзамену/зачету

*Образец билета к 1-ой текущей аттестации*  
**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**Тест**  
**по ОП.09 Анатомия и физиология человек**  
**I-аттестация**  
**Вариант №\_\_**

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

**Вариант №1**

1. Анатомия — это:

- а) Наука о строении организма и его органов;
- б) Только изучение физических упражнений;
- в) Исключительно физиология;
- г) Минимальное использование.

2. Физиология — это:

- а) Наука о жизненных функциях организма;
- б) Только анатомия;
- в) Исключительно спорт;
- г) Минимальное использование.

3. Основная единица строения организма — это:

- а) Клетка;
- б) Орган;
- в) Система органов;
- г) Минимальное использование.

4. Клетка — это:

- а) Наименьшая структурная и функциональная единица живого организма;
- б) Только ткань;
- в) Исключительно орган;
- г) Минимальное использование.

5. Ткань — это:

- а) Совокупность клеток, объединенных строением и функцией;
- б) Только орган;
- в) Исключительно система органов;
- г) Минимальное использование.

6. Основные типы тканей человека включают:

- а) Эпителиальная, соединительная, мышечная, нервная;
- б) Только мышечная;
- в) Исключительно соединительная;
- г) Минимальное использование.

7. Орган — это:

- а) Структура, состоящая из разных тканей и выполняющая определённую функцию;
- б) Только клетка;
- в) Исключительно ткань;
- г) Минимальное использование.

8. Система органов — это:

- а) Совокупность органов, выполняющих общую функцию;
- б) Только отдельный орган;
- в) Исключительно ткань;
- г) Минимальное использование.

9. Опорно-двигательный аппарат человека состоит из:

- а) Костей, суставов и мышц;
- б) Только костей;
- в) Исключительно мышц;
- г) Минимальное использование.

10. Функция костей включает:

- а) Опору, защиту органов, участие в движении и минеральный обмен;
- б) Только защиту;
- в) Исключительно движение;
- г) Минимальное использование.

## Вариант №2

1. Сустав — это:

- а) Соединение костей, обеспечивающее подвижность скелета;
- б) Только мышца;
- в) Исключительно кость;
- г) Минимальное использование.

2. Мышцы скелета отвечают за:

- а) Произвольные движения тела и поддержание позы;
- б) Только питание;
- в) Исключительно защиту;
- г) Минимальное использование.

3. Виды костей человека:

- а) Длинные, короткие, плоские, смешанные;
- б) Только длинные;
- в) Исключительно плоские;
- г) Минимальное использование.

4. Эпителиальная ткань выполняет функции:

- а) Защиты, секреции и всасывания;
- б) Только движения;
- в) Исключительно опоры;
- г) Минимальное использование.

5. Соединительная ткань отвечает за:

- а) Связь и опору органов, защиту и транспорт веществ;

- б) Только движения;
- в) Исключительно секрецию;
- г) Минимальное использование.

6. Мышечная ткань обеспечивает:

- а) Сокращения, движение и поддержание формы тела;
- б) Только защиту;
- в) Исключительно опору;
- г) Минимальное использование.

7. Нервная ткань выполняет функции:

- а) Передачи сигналов, координации и регуляции функций организма;
- б) Только движения;
- в) Исключительно питания;
- г) Минимальное использование.

8. Скелет человека подразделяется на:

- а) Осевой и добавочный (периферический);
- б) Только осевой;
- в) Исключительно добавочный;
- г) Минимальное использование.

9. Функция суставов включает:

- а) Обеспечение подвижности и амортизацию нагрузок;
- б) Только опору;
- в) Исключительно защиту;
- г) Минимальное использование.

10. Опорно-двигательный аппарат участвует в:

- а) Поддержании осанки, движениях и защите внутренних органов;
- б) Только движениях;
- в) Исключительно опоре;
- г) Минимальное использование.

### Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	а	а
2	а	а
3	а	а
4	а	а
5	а	а
6	а	а
7	а	а
8	а	а
9	а	а
10	а	а

## *Вопросы ко 2-ой текущей аттестации*

1. Дайте определение анатомии и её значение для физической культуры.
2. Дайте определение физиологии и её роль в педагогической и спортивной деятельности.
3. Объясните, что такое клетка и почему она является основной единицей строения организма.
4. Раскройте строение и функции эпителиальной клетки.
5. Перечислите основные типы тканей человека и их функции.
6. Объясните, что такое орган и приведите пример из опорно-двигательного аппарата.
7. Дайте определение системы органов и приведите пример.
8. Раскройте функции костей скелета человека.
9. Объясните строение и функции суставов.
10. Раскройте роль мышц в обеспечении движений и поддержании позы.
11. Перечислите виды костей человека и приведите примеры.
12. Объясните функции соединительной ткани и её значение для опорно-двигательного аппарата.
13. Раскройте функции мышечной ткани.
14. Опишите функции нервной ткани в организме человека.
15. Перечислите основные подразделения скелета человека.
16. Объясните роль опорно-двигательного аппарата в поддержании осанки.
17. Опишите участие опорно-двигательного аппарата в движениях тела.
18. Объясните, как суставы обеспечивают амортизацию и подвижность.
19. Раскройте значение изучения анатомии и физиологии для планирования физических нагрузок.
20. Объясните, каким образом опорно-двигательный аппарат защищает внутренние органы.

*Образец билета ко 2-ой текущей аттестации*  
**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**Тест**  
**по ОП.09 Анатомия и физиология человек**  
**II-аттестация**  
**Вариант №\_\_**

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

**Вариант №1**

1. Нервная система человека состоит из:
  - а) Центральной и периферической частей;
  - б) Только мозга;
  - в) Исключительно спинного мозга;
  - г) Минимальное использование.
  
2. Центральная нервная система включает:
  - а) Мозг и спинной мозг;
  - б) Только мозг;
  - в) Исключительно нервы;
  - г) Минимальное использование.
  
3. Периферическая нервная система состоит из:
  - а) Черепно-мозговых и спинномозговых нервов;
  - б) Только спинного мозга;
  - в) Исключительно мозговых центров;
  - г) Минимальное использование.
  
4. Функции нервной системы включают:
  - а) Приём, обработку информации и управление органами;
  - б) Только движение;
  - в) Исключительно дыхание;
  - г) Минимальное использование.
  
5. Нейрон — это:
  - а) Основная структурная и функциональная единица нервной системы;
  - б) Только клетка мышечной ткани;
  - в) Исключительно орган;
  - г) Минимальное использование.
  
6. Дендриты нейрона выполняют функцию:
  - а) Приёма сигналов от других нейронов;
  - б) Только передачи сигналов;

- в) Исключительно хранения информации;
- г) Минимальное использование.

7. Аксон нейрона отвечает за:

- а) Передачу импульсов к другим клеткам;
- б) Только приём сигналов;
- в) Исключительно защиту;
- г) Минимальное использование.

8. Сердечно-сосудистая система состоит из:

- а) Сердца и кровеносных сосудов;
- б) Только сердца;
- в) Исключительно сосудов;
- г) Минимальное использование.

9. Основная функция сердечно-сосудистой системы:

- а) Транспортировка крови, кислорода, питательных веществ и удаление продуктов обмена;
- б) Только движение;
- в) Исключительно питание тканей;
- г) Минимальное использование.

10. Сердце состоит из:

- а) Предсердий и желудочков;
- б) Только предсердий;
- в) Исключительно желудочков;
- г) Минимальное использование.

## **Вариант №2**

1. Функция предсердий сердца:

- а) Приём крови из вен и передача её в желудочки;
- б) Только выталкивание крови;
- в) Исключительно обмен веществ;
- г) Минимальное использование.

2. Функция желудочков сердца:

- а) Выталкивание крови в артерии;
- б) Только приём крови;
- в) Исключительно фильтрация;
- г) Минимальное использование.

3. Артерии — это сосуды, которые:

- а) Переносят кровь от сердца к органам;
- б) Только к сердцу;
- в) Исключительно к легким;
- г) Минимальное использование.

4. Вены — это сосуды, которые:

- а) Переносят кровь к сердцу;
- б) Только от сердца;
- в) Исключительно к легким;
- г) Минимальное использование.

5. Капилляры — это:
- Мелкие сосуды, обеспечивающие обмен веществ между кровью и тканями;
  - Только артерии;
  - Исключительно вены;
  - Минимальное использование.
6. Нервная система обеспечивает:
- Контроль движений, координацию, рефлексы и адаптацию организма;
  - Только дыхание;
  - Исключительно питание;
  - Минимальное использование.
7. Симпатическая нервная система отвечает за:
- Активацию организма и мобилизацию ресурсов;
  - Только расслабление;
  - Исключительно питание;
  - Минимальное использование.
8. Парасимпатическая нервная система обеспечивает:
- Восстановление, отдых и замедление функций организма;
  - Только активацию;
  - Исключительно движение;
  - Минимальное использование.
9. Сердечно-сосудистая система тесно взаимодействует с:
- Нервной, дыхательной и эндокринной системами;
  - Только мышечной;
  - Исключительно скелетной;
  - Минимальное использование.
10. Основное значение изучения нервной и сердечно-сосудистой систем для физической культуры:
- Планирование нагрузок, контроль состояния организма и предотвращение перегрузок;
  - Только для теоретических знаний;
  - Исключительно для диагностики;
  - Минимальное использование.

#### Критерии оценивания текущей аттестации:

Количество вопросов	Оценка	
10	5	аттестован
8-9	4	
5-7	3	
0-4	2	не аттестован

**Аттестован** - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 5-10 вопросов.

**Не аттестован** - выставляется обучающемуся, который ответил на 4 и менее вопросов.

**Отлично** - выставляется обучающемуся, ответившему на 10 вопросов.

**Хорошо** - выставляется обучающемуся, ответившему на 8-9 вопросов.

**Удовлетворительно** - выставляется обучающемуся, ответившему на 5-7 вопросов.

#### Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	а	а
2	а	а
3	а	а
4	а	а
5	а	а
6	а	а
7	а	а
8	а	а
9	а	а
10	а	а

*Образец билета к экзамену/зачету*

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**Тест  
по ОП.09 Анатомия и физиология человек**

**Экзамен/зачет**

**Вариант № \_\_\_**

ФИО \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

<b>№ вопроса</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>Ответ</b>										
<b>№ вопроса</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>Ответ</b>										

**Вариант №1**

1. Анатомия — это:

- а) Наука о строении организма и его органов;
- б) Только изучение физических упражнений;
- в) Исключительно физиология;
- г) Минимальное использование.

2. Физиология — это:

- а) Наука о жизненных функциях организма;
- б) Только анатомия;
- в) Исключительно спорт;
- г) Минимальное использование.

3. Основная единица строения организма — это:

- а) Клетка;

- б) Орган;
- в) Система органов;
- г) Минимальное использование.

4. Клетка — это:

- а) Наименьшая структурная и функциональная единица живого организма;
- б) Только ткань;
- в) Исключительно орган;
- г) Минимальное использование.

5. Ткань — это:

- а) Совокупность клеток, объединенных строением и функцией;
- б) Только орган;
- в) Исключительно система органов;
- г) Минимальное использование.

6. Основные типы тканей человека включают:

- а) Эпителиальная, соединительная, мышечная, нервная;
- б) Только мышечная;
- в) Исключительно соединительная;
- г) Минимальное использование.

7. Орган — это:

- а) Структура, состоящая из разных тканей и выполняющая определённую функцию;
- б) Только клетка;
- в) Исключительно ткань;
- г) Минимальное использование.

8. Система органов — это:

- а) Совокупность органов, выполняющих общую функцию;
- б) Только отдельный орган;
- в) Исключительно ткань;
- г) Минимальное использование.

9. Опорно-двигательный аппарат человека состоит из:

- а) Костей, суставов и мышц;
- б) Только костей;
- в) Исключительно мышц;
- г) Минимальное использование.

10. Функция костей включает:

- а) Опору, защиту органов, участие в движении и минеральный обмен;
- б) Только защиту;
- в) Исключительно движение;
- г) Минимальное использование.

11. Сустав — это:

- а) Соединение костей, обеспечивающее подвижность скелета;
- б) Только мышца;
- в) Исключительно кость;
- г) Минимальное использование.

12. Мышцы скелета отвечают за:

- а) Произвольные движения тела и поддержание позы;

- б) Только питание;
- в) Исключительно защиту;
- г) Минимальное использование.

13. Виды костей человека:

- а) Длинные, короткие, плоские, смешанные;
- б) Только длинные;
- в) Исключительно плоские;
- г) Минимальное использование.

14. Эпителиальная ткань выполняет функции:

- а) Защиты, секреции и всасывания;
- б) Только движения;
- в) Исключительно опоры;
- г) Минимальное использование.

15. Соединительная ткань отвечает за:

- а) Связь и опору органов, защиту и транспорт веществ;
- б) Только движения;
- в) Исключительно секрецию;
- г) Минимальное использование.

16. Мышечная ткань обеспечивает:

- а) Сокращения, движение и поддержание формы тела;
- б) Только защиту;
- в) Исключительно опору;
- г) Минимальное использование.

17. Нервная ткань выполняет функции:

- а) Передачи сигналов, координации и регуляции функций организма;
- б) Только движения;
- в) Исключительно питания;
- г) Минимальное использование.

18. Скелет человека подразделяется на:

- а) Осевой и добавочный (периферический);
- б) Только осевой;
- в) Исключительно добавочный;
- г) Минимальное использование.

19. Функция суставов включает:

- а) Обеспечение подвижности и амортизацию нагрузок;
- б) Только опору;
- в) Исключительно защиту;
- г) Минимальное использование.

20. Опорно-двигательный аппарат участвует в:

- а) Поддержании осанки, движении и защите внутренних органов;
- б) Только движении;
- в) Исключительно опоре;
- г) Минимальное использование.

## Вариант №2

1. Нервная система человека состоит из:
  - а) Центральной и периферической частей;
  - б) Только мозга;
  - в) Исключительно спинного мозга;
  - г) Минимальное использование.
  
2. Центральная нервная система включает:
  - а) Мозг и спинной мозг;
  - б) Только мозг;
  - в) Исключительно нервы;
  - г) Минимальное использование.
  
3. Периферическая нервная система состоит из:
  - а) Черепно-мозговых и спинномозговых нервов;
  - б) Только спинного мозга;
  - в) Исключительно мозговых центров;
  - г) Минимальное использование.
  
4. Функции нервной системы включают:
  - а) Приём, обработку информации и управление органами;
  - б) Только движение;
  - в) Исключительно дыхание;
  - г) Минимальное использование.
  
5. Нейрон — это:
  - а) Основная структурная и функциональная единица нервной системы;
  - б) Только клетка мышечной ткани;
  - в) Исключительно орган;
  - г) Минимальное использование.
  
6. Дендриты нейрона выполняют функцию:
  - а) Приёма сигналов от других нейронов;
  - б) Только передачи сигналов;
  - в) Исключительно хранения информации;
  - г) Минимальное использование.
  
7. Аксон нейрона отвечает за:
  - а) Передачу импульсов к другим клеткам;
  - б) Только приём сигналов;
  - в) Исключительно защиту;
  - г) Минимальное использование.
  
8. Сердечно-сосудистая система состоит из:
  - а) Сердца и кровеносных сосудов;
  - б) Только сердца;
  - в) Исключительно сосудов;
  - г) Минимальное использование.
  
9. Основная функция сердечно-сосудистой системы:
  - а) Транспортировка крови, кислорода, питательных веществ и удаление продуктов обмена;
  - б) Только движение;

- в) Исключительно питание тканей;
- г) Минимальное использование.

10. Сердце состоит из:

- а) Предсердий и желудочков;
- б) Только предсердий;
- в) Исключительно желудочков;
- г) Минимальное использование.

11. Функция предсердий сердца:

- а) Приём крови из вен и передача её в желудочки;
- б) Только выталкивание крови;
- в) Исключительно обмен веществ;
- г) Минимальное использование.

12. Функция желудочков сердца:

- а) Выталкивание крови в артерии;
- б) Только приём крови;
- в) Исключительно фильтрация;
- г) Минимальное использование.

13. Артерии — это сосуды, которые:

- а) Переносят кровь от сердца к органам;
- б) Только к сердцу;
- в) Исключительно к легким;
- г) Минимальное использование.

14. Вены — это сосуды, которые:

- а) Переносят кровь к сердцу;
- б) Только от сердца;
- в) Исключительно к легким;
- г) Минимальное использование.

15. Капилляры — это:

- а) Мелкие сосуды, обеспечивающие обмен веществ между кровью и тканями;
- б) Только артерии;
- в) Исключительно вены;
- г) Минимальное использование.

16. Нервная система обеспечивает:

- а) Контроль движений, координацию, рефлексy и адаптацию организма;
- б) Только дыхание;
- в) Исключительно питание;
- г) Минимальное использование.

17. Симпатическая нервная система отвечает за:

- а) Активацию организма и мобилизацию ресурсов;
- б) Только расслабление;
- в) Исключительно питание;
- г) Минимальное использование.

18. Парасимпатическая нервная система обеспечивает:

- а) Восстановление, отдых и замедление функций организма;
- б) Только активацию;

- в) Исключительно движение;
- г) Минимальное использование.

19. Сердечно-сосудистая система тесно взаимодействует с:

- а) Нервной, дыхательной и эндокринной системами;
- б) Только мышечной;
- в) Исключительно скелетной;
- г) Минимальное использование.

20. Основное значение изучения нервной и сердечно-сосудистой систем для физической культуры:

- а) Планирование нагрузок, контроль состояния организма и предотвращение перегрузок;
- б) Только для теоретических знаний;
- в) Исключительно для диагностики;
- г) Минимальное использование.

### Критерии оценивания экзамена/зачета:

Количество вопросов	Оценка	
18-20	5	зачтено
15-17	4	
10-14	3	
0-9	2	не зачтено

*\*для зачета*

**Зачтено** - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 10-20 вопросов.

**Не зачтено** - выставляется обучающемуся, который ответил на 9 и менее вопросов.

*\*для экзамена*

**Отлично** - выставляется обучающемуся, ответившему на 18-20 вопросов.

**Хорошо** - выставляется обучающемуся, ответившему на 15-17 вопросов.

**Удовлетворительно** - выставляется обучающемуся, ответившему на 10-14 вопросов.

### Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	а	а
2	а	а
3	а	а
4	а	а
5	а	а
6	а	а
7	а	а
8	а	а
9	а	а
10	а	а
11	а	а
12	а	а

<b>13</b>	a	a
<b>14</b>	a	a
<b>15</b>	a	a
<b>16</b>	a	a
<b>17</b>	a	a
<b>18</b>	a	a
<b>19</b>	a	a
<b>20</b>	a	a