

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 02.07.2025 08:52:04
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3a6b6aef838

ТЕСТОВОЕ ЗАДАНИЕ ДЛЯ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (2 семестр)

Код, направление подготовки	38.03.02 Менеджмент
Направленность (профиль)	Планирование и организация производства на предприятиях нефтяной и газовой промышленности
Форма обучения	Очная
Кафедра разработчик	Кафедра физической культуры
Выпускающая кафедра	Кафедра менеджмента и бизнеса

Проверяемая компетенция – УК-7

Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
1. Основная цель данного направления спорта – достижение наивысших спортивных результатов (выберите один вариант ответа из представленных)	а) спорт высших достижений; б) массовый спорт; в) любительский спорт; г) школьный спорт.	низкий
2. К циклическим видам спорта относят ... (выберите один вариант ответа из представленных)	а) гребля, плавание, бег, лыжные гонки, велосипедный спорт; б) гребля, плавание, волейбол, баскетбол, велосипедный спорт; в) гребля, плавание, бег, лыжные гонки, военно-спортивные многоборья; г) волейбол, баскетбол, военно-спортивные многоборья.	низкий
3. Обозначьте объективные показатели самоконтроля (выберите один вариант ответа из представленных)	а) частота сердечных сокращений, артериальное давление, проба штанге, масса тела, рост; б) самочувствие, артериальное давление, настроение, сон; в) настроение, самочувствие, сон, утомление; г) частота сердечных сокращений, артериальное давление, масса тела, самочувствие	низкий
4. Обозначьте временной интервал, между нагрузками в тесте PWC170 (выберите один вариант ответа из представленных)	а) 3 минуты; б) 5 минут; в) 1 минута; г) 2 минуты	низкий
5. Эргономика – научная дисциплина, комплексно изучающая [1] возможности человека в трудовых и бытовых процессах, выявляющая закономерности создания	1 а) функциональные; б) физические; в) умственные; г) трудовые 2 а) оптимальных;	средний

[2] условий высокоэффективной жизнедеятельности и высокопроизводительного труда. (выберите пропущенные слова в тексте из представленных)	б) высоких; в) лучших; г) трудных																									
6. Под организацией рабочего места студента понимается – ... (выберите один вариант ответа из представленных)	а) система мероприятий по оснащению рабочего места средствами и предметами труда и их размещению в определенном порядке; б) различное размещение предметов в помещении; в) определённое место работы; г) система мероприятий, позволяющая содержать рабочее место в порядке	низкий																								
7. Соотнесите характеристики студентов с группами для занятий физической культурой и спортом	а) студенты со средним, выше среднего и высоким уровнем физического развития, без отклонений, а также с незначительными отклонениями в состоянии здоровья – основная группа; б) студенты с ниже среднего уровнем физического развития без отклонений в состоянии здоровья, а также те, у кого уровень физического развития средний, выше среднего и высокий, но имеющих отклонения в состоянии здоровья – подготовительная группа; в) студенты, имеющие стойкие отклонения в состоянии здоровья, с выраженными нарушениями функций со стороны пораженных органов либо систем (подтвержденные медицинской справкой врачебно-консультационной комиссии (ВКК) – специальная медицинская группа; г) студенты, имеющие стойкие отклонения в состоянии здоровья, с более выраженными, по сравнению с группой СМГ, нарушениями функций со стороны пораженных органов либо систем (подтвержденные медицинской справкой ВКК), временно освобожденные от активных занятий физическими упражнениями на период не менее 3 месяцев (восстановление после травм, беременность и др.), а также инвалиды – группа адаптивного физического воспитания	средний																								
8. Ключевой компетенцией, которая должна быть сформирована в рамках дисциплин по физической культуре и спорту является [1] поддерживать должный уровень [2] подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной [3] (выберите пропущенные слова в тексте из представленных)	<table> <tr> <td>а) способность;</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>б) потребность;</td> <td></td> </tr> <tr> <td>в) возможность;</td> <td></td> </tr> <tr> <td>г) необходимость</td> <td></td> </tr> <tr> <td>а) физической;</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>б) умственной;</td> <td></td> </tr> <tr> <td>в) технической;</td> <td></td> </tr> <tr> <td>г) креативной</td> <td></td> </tr> <tr> <td>а) деятельности;</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>б) работы;</td> <td></td> </tr> <tr> <td>в) потребности;</td> <td></td> </tr> <tr> <td>г) категории</td> <td></td> </tr> </table>	а) способность;	1	б) потребность;		в) возможность;		г) необходимость		а) физической;	2	б) умственной;		в) технической;		г) креативной		а) деятельности;	3	б) работы;		в) потребности;		г) категории		средний
а) способность;	1																									
б) потребность;																										
в) возможность;																										
г) необходимость																										
а) физической;	2																									
б) умственной;																										
в) технической;																										
г) креативной																										
а) деятельности;	3																									
б) работы;																										
в) потребности;																										
г) категории																										

9. Расположите по порядку соматоскопические показатели при внешнем осмотре	а) состояние опорно-двигательного аппарата; б) степень развития подкожно-жировой клетчатки; в) состояние кожных покровов; г) состояние слизистых оболочек глаз и полости рта	высокий
10. Расположите по порядку последовательность измерения длины тела	а) встать без обуви на площадку ростомера спиной к вертикальной стойке; б) прижаться к вертикальной стойке пятками, ягодицами и межлопаточной областью; в) опустить планку ростомера до верхушечной точки головы; г) снять показания ростомера	средний
11. При правильной осанке плечи [1], слегка опущены и находятся на одном уровне, линия надплечий [2] <i>(выберите пропущенные слова в тексте из представленных)</i>	1 а) развернуты; б) ассиметричны; в) выступают вперед; г) сильно отведены назад 2 а) горизонтальна; б) вертикальна; в) диагональна; г) не имеет значения	средний
12. Для достижения цели физического воспитания применяются следующие группы средств <i>(обозначьте все правильные ответы из представленных)</i>	а) физические упражнения; б) оздоровительные силы природы; в) гигиенические факторы; г) эргономические факторы	высокий
13. Расположите группы физических упражнений по порядку их выполнения в целостном комплексе во время разминки	а) упражнения для шейного отдела позвоночника; б) упражнения для рук и плечевого пояса; в) упражнения для туловища; г) упражнения для ног и тазобедренных суставов; д) упражнения для всего тела	высокий
14. Соотнесите разнообразные проявления утомления и установите их соответствие определенному уровню	а) снижение производительности труда, уменьшение скорости и точности работы – поведенческий уровень; б) затруднение выработки условных связей, повышение инерционности в динамике нервных процессов – физиологический уровень; в) снижение чувствительности, нарушение внимания, памяти, интеллектуальных процессов, сдвиги в эмоционально-мотивационной сфере – психологический уровень	средний
15. Различают следующие виды работоспособности ... <i>(обозначьте все правильные ответы из представленных)</i>	а) умственная работоспособность; б) физическая работоспособность; в) моральная работоспособность; г) этическая работоспособность	высокий
16. Выделяют следующие хронобиологические типы человека <i>(обозначьте все правильные ответы из представленных)</i>	а) утренний тип; б) дневной тип; в) вечерний тип; г) ночной тип	высокий
17. Наиболее высокий уровень умственной работоспособности наблюдается при сочетании	1 а) трех; б) двух; в) четырех;	средний

[1] занятий при ЧСС 130—160 удар/мин с интервалами в [2] дня (выберите пропущенные слова в тексте из представленных)	г) пяти а) 1-2; б) 3-4; в) 4-5; г) 5-6 2	
18. Основная задача данной направленности двигательной активности – восстановление работоспособности организма, воссоздание психологической и физической гармонии человека через активный отдых и досуг (выберите один вариант ответа из представленных)	а) рекреационная направленность; б) оздоровительная направленность; в) профилактическая направленность; г) спортивная направленность	средний
19. Для формирования статической выносливости применяются ... (обозначьте все правильные ответы из представленных)	а) продолжительные динамические упражнения; б) специальные динамические упражнения; в) статический упражнения; г) упражнения стретчинга	средний
20. Одной из задач профессионально-прикладной физической подготовки для гуманитарных специальностей является – повышение функциональной [1] организма к неблагоприятному воздействию [2] специфических условий труда (выберите пропущенные слова в тексте из представленных)	а) устойчивости; б) стабильности; в) прочности; г) фундаментальности 1 а) факторов; б) причин; в) спектра; г) условий 2	средний