

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 01.07.2025 09:23:22
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования
Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:
Физическая культура и спорт, 1 семестр

| | |
|-----------------------------|---|
| Код, направление подготовки | 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) |
| Направленность (профиль) | Адаптивное физическое воспитание |
| Форма обучения | очная |
| Кафедра-разработчик | Теории физической культуры |
| Выпускающая кафедра | Медико-биологических основ физической культуры |

| № | Проверяемая компетенция | Задание | Варианты ответов | Тип сложности вопроса |
|---|------------------------------|--|---|-----------------------|
| 1 | УК-7.1 | Множество элементов, находящихся в отношениях и связях друг с другом, образующих определенную целостность, единство. <i>(выберите один или несколько ответов)</i> | 1. Система 2. Принцип 3. Цель 4. Качество | Низкий |
| 2 | УК-7.1 УК-7.2 | Целостный процесс морфофункциональных изменений организма в онтогенезе. <i>(впишите слово)</i> | Физическое ... Ответ: развитие | Низкий |
| 3 | УК-7.1 УК-7.2 | Естественный процесс постепенного становления и изменения форм и функций организма человека. <i>(выберите один или несколько ответов)</i> | 1. Физическое совершенство 2. Физическое развитие 3. Физическое воспитание 4. Физическое образование | Низкий |
| 4 | УК-7.3 УК-7.2 ОПК-:6.3 | Процесс обучения двигательным действиям и воспитание свойственных человеку физических качеств, гарантирующих направленное развитие базирующихся на них способностей. <i>(выберите один или несколько ответов)</i> | 1. Физическое совершенство 2. Физическое развитие 3. Физическое воспитание 4. Физическое образование | Низкий |
| 5 | УК-7.1 | Основное исходное положение какой-либо теории, учения, науки, мировоззрения. <i>(выберите один или несколько ответов)</i> | 1. Правило 2. Положение 3. Принцип 4. Метод 5. Суть | Низкий |
| 6 | УК-7.1 УК-7.2 | Какое из двух понятий шире: "Физическое воспитание" или "Физическая | 1. «Физическое воспитание» | Средний |

| | | | | |
|----|--|---|--|---------|
| | | культура" (выберите один или несколько ответов) | 2. «Физическая культура» 3. Равноценны | |
| 7 | УК-7.3 УК-7.2 | Процесс систематического формирования жизненно важных двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний. (выберите один или несколько ответов) | 1. Физическое совершенство 2. Физическое развитие 3. Физическое воспитание 4. Физическое образование | Средний |
| 8 | УК-7.3 УК-7.2 | Динамометрия - это измерение (выберите один или несколько ответов) | 1. Скорости 2. Силы 3. Ускорения 4. Обхватов тела | Средний |
| 9 | УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 ОПК-:6.3 | Педагогическая система физического совершенствования человека: (выберите один или несколько ответов) | 1. Физические упражнения 2. Физическое воспитание 3. ТФК 4. ТФВ | Средний |
| 10 | УК-7.2 УК-7.3 | Выберите основные требования для развития быстроты (выберите один или несколько ответов) | 1. Обычные интервалы отдыха 2. Выполнение упражнения с максимальной скоростью 3. Использование около предельных отягощений 4. Работа на уровне ПАНО | Средний |
| 11 | УК-7.2 УК-7.3 | Факторы влияющие на проявление гибкости (выберите один или несколько ответов) | 1. ПАНО 2. Строение сустава 3. И.П. упражнения 4. Уровень развития силы мышц, выполняющих движение | Средний |
| 12 | УК-7.2 УК-7.3 | Проведите соответствие между зоной мощности (по Фарфелю) и видом выносливости. (выберите один или несколько ответов) | 1. Субмаксимальная зона мощности 2. Большая зона мощности 3. Умеренная зона мощности А) специальная выносливость Б) общая выносливость Ответ: 1-А, 2-А, 3-Б | Средний |
| 13 | УК-7.2 УК-7.3 ОПК-:6.3 | Выберите какие формы организации занятий физической культурой и спортом являются | 1. Урок физической культуры 2. Физкульт-пауза | Средний |
| | | обязательными в школьном | 3. Спортивная | |

| | | | | |
|----|--------------------|--|---|---------|
| | | возрасте. (выберите один или несколько ответов) | тренировка 4. Физкультурный праздник | |
| 14 | УК-7.2 УК-7.3 | Выберите основные методы формирования двигательного навыка (выберите один или несколько ответов) | 1. Целостно-конструктивного упражнения 2. Расчлененно - конструктивный метод 3. Метод сопряженного упражнения 4. Метод максимальных усилий | Средний |
| 15 | УК-7.2 УК-7.3 | Факторы, описывающие параметр нагрузки «Объем». (выберите один или несколько ответов) | 1. Время работы 2.Количество повторений 3. Количество кругов 4.Количество выполненных действий 5. ЧСС 6. Интенсивность | Средний |
| 16 | УК-7.1 | Физические упражнения – это: (вписать ответ) | Ответ: – такие двигательные действия (включая их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям | Высокий |
| 17 | УК-7.1 ОПК-:6.3 | Выберите варианты, наиболее полно описывающие уровень развития физической культуры личности человека (выберите один или несколько ответов) | 1. Культура движений и широкий фонд жизненно необходимых двигательных умений и навыков (бег, прыжки, метания, плавание, передвижения на лыжах); 2. Гигиенические навыки и привычки повседневно заботиться о своем здоровье, 3. Уровень физических качеств; знания в области физической культуры; мотивы и интересы к физическому совершенствованию; соблюдение гигиены и | Высокий |

| | | | | |
|----|------------------|--|---|---------|
| | | | режима; 4. Росто-весовые показатели. | |
| 18 | УК-7.1 УК-7.2 | Оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармонического физического развития, соответствующие требованиям трудовой и других сфер жизнедеятельности, отражает <i>(вписать ответ)</i> | физическое ... человека; Ответ: совершенство | Высокий |
| 19 | УК-7.1 | Применение методик лечебной физической культуры после травм и заболеваний в условиях стационара, в целях реабилитации сутью и назначением <i>(вписать ответ)</i> | Ответ: Оздоровительно-реабилитационной физической культуры; Оздоровительной физической культуры; Реабилитационной физической культуры | Высокий |
| 20 | УК-7.1 | Провести соответствие между компонентом сферы физической культуры и спорта и ее целью <i>(выберите один или несколько ответов)</i> | 1. Спорт 2. Базовая физическая культура 3. Реабилитационная физическая культура 4. Профессионально-прикладная физическая культура <i>А – развитие резервных возможностей организма человека;</i> <i>Б - физической подготовленности человека к жизни;</i> <i>В – сохранения и восстановления здоровья;</i> <i>Г – подготовки к профессиональной деятельности.</i> Ответ: 1-А, 2-Б, 3-В, 4-Г | Высокий |