

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 01.07.2025 09:23:23
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e6267454419097850081cfc836

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

Теория и организация адаптивной физической культуры, 5 семестр

| | |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Код направления 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 | Медико-биологических основ физической культуры |
| Выпускающая кафедра | Медико-биологических основ физической культуры |

| Проверяемая компетенция | Задание | Варианты ответов | Тип сложности вопроса |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| ОПК-2.2, ОПК-3.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 | 1. Укажите основную форму физического воспитания в вузе: <i>(выберите один правильный ответ)</i> | а) массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия; б) занятия в спортивных секциях по выбору студентов; в) учебные занятия; г) физические упражнения в течение учебного дня. | низкий |
| ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК-13.5 | 2. В каком году была создана Международная федерация – организация спорта для людей с нарушением интеллекта «Спешил Олимпикс»? <i>(выберите один правильный ответ)</i> | а) 1960; б) 1968; в) 1988. г) 2002 | низкий |
| ОПК-2.2 ОПК-13.2 | 3. Перечислите 3 заболевания, при которых показано лечение верховой ездой. <i>(выберите один правильный ответ)</i> | а) нарушение двигательной сферы в результате параличей, полиомиелита и т. д. б) различные нарушения при климатической адаптации; в) мочекаменная болезнь; г) умственная отсталость; д) различные нарушения социальной адаптации; е) послеоперационная реабилитация. | низкий |
| ОПК-6.1 ОПК-6.2 | 4. В каком году была создана Международная спортивная ассоциация слепых? <i>(выберите один правильный ответ)</i> | а) 1971; б) 1981; в) 1990; г) 1924 | низкий |
| ОПК-2.2, ОПК-3.2 | 5. Противопоказаниями к назначению РЛПГ являются: | а) период обострения хронических заболеваний, <u>онко-</u> | низкий |

| | | | |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| ОПК-6.1 ОПК-6.2 | <p>ляются: (выберите один правильный ответ)</p> | <p><u>логические</u> заболевания, бронхиальная астма; б) миопия высокой степени; в) период обострения заболеваний позвоночника; г) сахарный диабет.</p> | |
| ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК-13.5 | <p>6. Укажите что не является основным направлением адаптивного спорта: (выберите один правильный ответ)</p> | <p>а) паралимпийское; б) специальное Олимпийское движение; в) Всемирные игры глухих. г) специальное Европейское движение</p> | Средний |
| ОПК-2.2 ОПК-13.2 | <p>7. Активизация, поддержание и восстановление физических сил, профилактика утомления, интересное проведение досуга с инвалидами – это основные задачи (выберите один правильный ответ)</p> | <p>а) адаптивной двигательной рекреации; б) адаптивной физической реабилитации; в) адаптивного физического воспитания</p> | Средний |
| ОПК-6.1 ОПК-6.2 | <p>8. По способу организации формы физической реабилитации можно разделить на _____ (вставьте пропущенный вариант ответа)</p> | <p>а) групповые, самостоятельные, индивидуальные б) медицинские учреждения, в санаториях, в пансионатах в) сменно-групповые, индивидуальные, поточные</p> | Средний |
| ОПК-2.2, ОПК-3.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 | <p>9. По степени разнообразия решаемых задач собственно-тренировочные микроциклы бывают _____ (вставьте пропущенный вариант ответа)</p> | <p>а) объемные и интенсивные б) развивающие и поддерживающие в) избирательной и комплексной направленности</p> | Средний |
| ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК-13.5 | <p>10. В международных соревнованиях используются следующие категории, в которых могут участвовать танцоры на инвалидных колясках _____ (выберите один правильный ответ)</p> | <p>а) комбинированные танцы; отдельные пары; спортивные танцы на инвалидных колясках б) стандартные танцы; латиноамериканские танцы, шоу-танец в) комбинированные танцы; спортивные танцы на инвалидных колясках, рок-н-рольные танцы</p> | Средний |
| ОПК-2.2 ОПК-13.2 | <p>11. Адаптивная физическая культура – это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера,</p> | <p>а) периодизацию и аннигиляцию б) реабилитацию и адаптацию в) комплектацию и формирование</p> | Средний |

| | | | |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| | направленных на._____. К нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями (вставьте пропущенный вариант ответа) | вание | |
| ОПК-6.1 ОПК-6.2 | 12. Функциональная проба это – ... (вставьте правильный ответ) | а) физическое упражнение, выполняемое под наблюдением врача; б) способ определения степени влияния на организм, какого-либо возмущающего воздействия или физической нагрузки; в) упражнение, выполняемое, для определения максимального результата, показанного конкретным спортсменом. | Средний |
| ОПК-2.2, ОПК-3.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 | 13. Физическая подготовка – это _____ _____ _____ (вставьте правильный ответ) | а) воспитание морально-волевых качеств; б) овладение рациональными формами ведения соревновательной борьбы; в) развитие двигательных качеств и овладение техникой движений. | Средний |
| ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК-13.5 | 14. Методы регламентированного упражнения подразделяются на: _____ _____ (вставьте правильный ответ) | а) методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств; б) методы общей и специальной физической подготовки; в) игровой и соревновательный методы; г) повторный и интервальный методы | Средний |
| ОПК-2.2 ОПК-13.2 | 15. Выносливость по отношению к определенной двигательной деятельности называется - _____ (вставьте правильный ответ) | а) аэробной выносливостью; б) анаэробной выносливостью; в) анаэробно-аэробной выносливостью; г) специальной выносливостью. | Средний |
| ОПК-6.1 ОПК-6.2 | 16. Виды спорта, развивающие преимущественно общую выносливость? (выберите два правиль- | а) керлинг; б) лыжные гонки; в) стрельба; г) плавание. | Высокий |

| | | | |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| | <i>ных ответа)</i> | | |
| ОПК-2.2, ОПК-3.2 ОПК-6.1 ОПК-6.2 | 17. Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня: перечислите <i>(выберите два правильных ответа)</i> | а) упражнения на внимание; б) простые и легкие кратковременные физические упражнения разной направленности; в) быстрая длительная ходьба на свежем воздухе. г) упражнения на развитие силы мышц спины. | Высокий |
| ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК-13.5 | 18. Укажите основную форму физического воспитания в вузе: перечислите <i>(выберите три правильных ответа)</i> | а) массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия; б) занятия в спортивных секциях по выбору студентов; в) учебные занятия; г) физические упражнения в течение учебного дня. | Высокий |
| ОПК-2.2 ОПК-13.2 | 19. Весь процесс обучения любому двигательному действию включает в себя этапы, которые отличаются как частными задачами, так и особенностями методики: <i>(расположите перемешанные элементы в правильном порядке)</i> | а) этап закрепления; б) этап обучения; в) этап совершенствования; г) этап разучивания. | Высокий |
| ОПК-6.1 ОПК-6.2 | 20. Какие виды спорта, развивают преимущественно скоростно-силовые качества <i>(выберите три правильных ответа)</i> | а) фигурное катание б) стрельба; г) современное пятиборье. д) легкая атлетика (спринт, прыжки, многоборье) | Высокий |