

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 16.06.2026 08:37:01
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b509880917e6bf1836

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

Общая теория и технология физического воспитания, 1 курс - 1 семестр

Код, направление подготовки	49.04.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
Направленность (профиль)	Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки
Форма обучения	Очная
Кафедра-разработчик	Теории физической культуры
Выпускающая кафедра	Теории физической культуры

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
ОПК-9.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3	Основной документ регулирующий содержание программы подготовки по виду спорта (выберите один правильный ответ из заданного списка)	1. Федеральный Стандарт спортивной подготовки по виду спорта 2. Федеральный государственный образовательный стандарт 3. План тренировочного занятия 4. Рабочая программа	Низкий
ОПК-5.1 ОПК-5.2	Системно-деятельностный подход в педагогике связан с именами (выберите один правильный ответ из заданного списка)	1. Выготского, Эльконина, Давыдова 2. Коменского, Бэкона 3. Зимней, Краевского, Лебедева.	Низкий
ОПК-5.1 ОПК-5.2 ОПК-2.3	Основным средством развития скоростно-силовых способностей в случае низкой способности человека задействовать кинетическую энергию является _____ (выберите один правильный ответ из заданного списка)	1. плиометрические упражнения 2. силовые упражнения 3. упражнения на деакселерацию усилия	Низкий
ОПК-9.1	В соответствии с ФГОС НОО, сформированность универсальных учебных действий обучающихся должна быть определена _____ (выберите один правильный ответ из заданного списка)	1. в процессе обучения в начальной школе; 2. на этапе завершения обучения в начальной школе; 3. на этапе поступления в начальную школу	Низкий
ОПК-9.1 ОПК-5.1 ОПК-2.2	Укажите верное определение рабочей программы:	1. Рабочая программа позволяет в полной мере учесть и отразить национально-региональный	Низкий

	(выберите один правильный ответ из заданного списка)	<p>компонент (с учетом специфики преподаваемого учебного курса, предмета, дисциплины (модуля)), авторский замысел педагога, возможности методического, информационного, технического обеспечения учебного процесса, уровень подготовки обучающихся, специфику обучения в конкретном образовательном учреждении.</p> <p>2. Рабочая программа — это учебная программа, разработанная авторами УМК на основе Примерной программы для конкретного образовательного учреждения и определённого класса (группы), имеющая изменения и дополнения в содержании, последовательности изучения тем, количестве часов, использование организационных форм обучения и т.п.</p> <p>3. рабочая программа составлена на основе Фундаментального ядра содержания общего образования и Требований к результатам общего образования, представленных в федеральном государственном стандарте общего образования. В ней также учитываются основные идеи и положения Программы развития и формирования универсальных учебных действий, даются общие рекомендации методического характера.</p>	
ОПК-5.2 ОПК-2.3	На каком уровне ЧСС при выполнении физических нагрузок возникает оздоровительный эффект (выберите вариант ответа)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 50-70 уд/мин; 2. 120-130 уд/мин; 3. 155-165 уд/мин. 	Средний
ОПК-5.2 ОПК-2.3	_____ метод позволяет совершенствовать технику двигательного действия в		Средний

	целом или его отдельных фаз совместно с развитием физического качества необходимого для более эффективной реализации данного двигательного действия (вписать слово)		
ОПК-5.2 ОПК-2.3 ОПК-2.1	При каком % от максимального ЧСС достигается ПАНО (выберите вариант ответа)	1. 50-60% 2. 60-70% 3. 75- 85%	Средний
ОПК-9.1	На основании требований Государственного образовательного стандарта 2004 г. в содержании тематического планирования предполагается реализовать актуальные в настоящее время компетентный, личностно ориентированный, деятельностный подходы, которые определяют _____ физического воспитания (вписать ответы)		Средний
ОПК-9.1	Содержание программного материала уроков в планировании состоит из двух основных частей: (1) _____ и (2) _____ (вписать ответ)		Средний
ОПК-5.2 ОПК-2.3 ОПК-2.1	При планировании тренировочных занятий, смежных с ключевыми тренировками, нужно принимать во внимание их взаимодействие: (установите соответствие)	1. Последующее тренировочное занятие влияет на: 2. Предыдущее тренировочное занятие влияет на А) накопление утомления и процесс восстановления Б) восприимчивость спортсмена к развивающим нагрузкам	Средний
ОПК-9.1 ОПК-2.2	Вид программного материала по физической культуре в 10-11 классе, относящийся к базовой части: (выберите один или несколько ответов)	1. Основы знаний о физической культуре 2. Спортивные игры 3. Гимнастика с элементами акробатики 4. Легкая атлетика 5. Лыжная подготовка 6. Русская лапта	Средний
ОПК-9.1 ОПК-5.1 ОПК-2.1	Для учащегося 10-11 класса компетентный подход определяет следующие особенности предъявления к	1. Первый блок 2. Второй блок 3. Третий блок	Средний

	<p>содержанию образования</p> <p>(соотнести блок и его содержание)</p>	<p>А) информационный компонент - изучение культурно-исторических основ знаний, медико-биологических, психолого-социальных основ и основ безопасности жизнедеятельности. Данный компонент способствует развитию ценностно-смысловой и учебно-познавательной компетенций</p> <p>Б) операционный компонент, включающий в себя двигательные умения и навыки (освоение техники упражнений и развитие способностей) и практические умения. Этот компонент позволяет формировать у учащихся коммуникативную компетенцию и компетенцию личностного самосовершенствования.</p> <p>В) мотивационный компонент, который отражает требования к учащимся (что они должны знать, уметь, демонстрировать).</p>	
<p>ОПК-9.1 ОПК-5.1 ОПК-5.2</p>	<p>В результате изучения физической культуры на базовом уровне ученик должен уметь (выбрать ответы относящиеся к блоку «уметь»)</p>	<p>1. правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности; 2. преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; 3. способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; 4. использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для повышения</p>	<p>Средний</p>

		работоспособности, укрепления и сохранения здоровья	
ОПК-9.1	Изучение физической культуры на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей: (выберите необходимые ответы)	<p>1. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.</p> <p>2. Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью.</p> <p>3. Овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специальными физическими упражнениями и базовыми видами спорта.</p> <p>4. Освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций.</p> <p>5. Приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.</p>	Средний
ОПК-5.1 ОПК-5.2 ОПК-2.1	Теоретическая готовность специалиста в сфере физической культуры и спорта к профессиональной деятельности предполагает наличие следующих умений (обозначьте все правильные ответы из представленных)	<p>1. аналитические;</p> <p>2. прогностические;</p> <p>3. проективные;</p> <p>4. рефлексивные;</p> <p>5. организаторские;</p> <p>6. коммуникативные</p>	Высокий

<p>ОПК-9.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3</p>	<p>От чего зависит планирование подготовки спортсменов на начальных этапах подготовки: _____ (выбрать один или несколько правильных ответ)</p>	<p>1. стереотипах социальной жизни 2. возраста учащихся 3. уровня мотивации 4. объема тренировочного процесса предусмотренным федеральным стандартом спортивной подготовки</p>	<p>Высокий</p>
<p>ОПК-9.1 ОПК-5.1 ОПК-5.2 ОПК-2.2 ОПК-2.3</p>	<p>Соотнесите цели реализации основной образовательной программы ООО с разделами и подпрограммами, направленными на их реализацию</p>	<p>Цели реализации ООП ООО: 1. Обеспечение планируемых результатов ООП ООО 2. Формирование целевых установок, знаний, умений, навыков, компетенций и компетентностей 3. Учёт личностных, семейных, общественных, государственных потребностей и возможностей обучающихся 4. Становление и развитие личности в её индивидуальности, самобытности, уникальности, неповторимости 5. Учёт индивидуальных особенностей развития, обучающегося и состояния здоровья</p> <p>Разделы и подпрограммы а) Программа воспитания и социализации б) Учебный план в) Программа отдельных учебных предметов, курсов г) Целевой раздел ООП («Планируемые результаты освоения обучающимися ООП») д) Программа развития УУД</p>	<p>Высокий</p>
<p>ОПК-9.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3</p>	<p>Отношение времени, использованного непосредственно на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока называется _____ (вписать ответ)</p>		<p>Высокий</p>
<p>ОПК-9.1 ОПК-2.2 ОПК-2.3</p>	<p>_____ – это сложная система, состоящая из методик, приёмов, которые объединяют концептуально связанные между собой</p>		<p>Высокий</p>

	образовательные цели, различные формы, средства, приёмы организации учебного и воспитательного процессов (впишите словосочетание)		
--	--	--	--