

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 26.05.2026 09:02:50
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

Методика развития физических качеств на уроках физической культуры, 5 семестр

Код, направление подготовки	49.03.01 физическая культура
Направленность (профиль)	Спортивная тренировка
Форма обучения	Очная
Кафедра-разработчик	Теории физической культуры
Выпускающая кафедра	Теории физической культуры

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса	Кол-во баллов за правильный ответ
ОПК-14.2	Врожденные (генетически унаследованные) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая свое полное проявление в целесообразной двигательной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • физические качества; • физические способности; • двигательные способности; • физические особенности; 	Низкий	2
Пк-2.1	Системно-деятельностный подход в педагогике связан с именами (выберите один правильный ответ из заданного списка)	а) Выготского, Эльконина, Давыдова б) Коменского, Бэкона в) Зимней, Краевского, Лебедева.	Низкий	2
ОПК-14.2	Основным средством развития скоростно-силовых способностей в случае низкой способности человека задействовать кинетическую энергию является	А) плиометрические упражнения Б) силовые упражнения В) упражнения на деакселерацию усилия	Низкий	2
Пк-2.1 ПК-2.2	В соответствии с ФГОС НОО, сформированность универсальных учебных действий обучающихся должна	1) в процессе обучения в начальной школе; 2) на этапе завершения обучения в начальной школе; 3) на этапе	Низкий	2

	быть определена		поступления в начальную школу		
Пк-2.1 ПК-2.2	Укажите определение программы:	верное рабочей	<p>а) Рабочая программа позволяет в полной мере учесть и отразить национально-региональный 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>б) 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>в) рабочая программа составлена на основе Фундаментального ядра содержания общего образования и Требований к результатам общего</p>	Низкий	2

		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.		
ОПК-14.2	На каком уровне ЧСС при выполнении физических нагрузок возникает оздоровительный эффект (выберите вариант ответа)	а) 50-70 уд/мин; б) 120-130 уд/мин; в) 155-165 уд/мин.	Средний	5
ОПК-14.2	... метод позволяет совершенствовать технику двигательного действия в целом или его отдельных фаз совместно с развитием физического качества необходимого для более эффективной реализации данного двигательного действия (вписать слово)		Средний	5
ОПК-14.2	При каком % от максимального ЧСС достигается ПАНО (выберите вариант ответа)	а) 50-60% б) 60-70% в) 75- 85%	Средний	5
Пк-2.1 ПК-2.2	На основании требований Государственного образовательного стандарта 2004 г. в содержании тематического планирования предполагается реализовать актуальные в настоящее время компетентностный, личностно ориентированный, деятельностный подходы, которые определяют ... физического		Средний	5
	воспитания (вписать ответы)			

Пк-2.1 ПК-2.2	Содержание программного материала уроков в планировании состоит из двух основных частей: (1)... и (2)... (вписать ответ)		Средний	5
Пк-2.1 ОПК-14.2	выявите соответствие	<p>1. <u>ги бк ост ь</u></p> <p>2. <u>быст рот а</u></p> <p><u>А) К омп лек с</u> <u>ф ун к ц и он аль н ых</u> <u>свой ст в челов ек а,</u> <u>обесп ечи -ваю щих</u> <u>вып олн ен и е</u> <u>дви гат ель н ых</u> <u>дей ст ви й в ми ни</u> <u>маль -</u> <u>н ый для д анн ых</u> <u>ус ло ви й от рез ок</u> <u>времен и</u> <u>Б) К омп лек с</u> <u>морфол оги ческ и х</u> <u>свой ст в оп орн о -</u> <u>дви гат ель н ого</u> <u>ап п арат а,</u> <u>об усл авли ваю щих</u> <u>п одви жн ость</u> <u>отд ель н ых з вень ев</u> <u>челове ческ ого т ела</u> <u>отн осит ельн о др уг</u></p>	Средний	5
Пк-2.1 ПК-2.2	Вид программного материала по физической культуре в 10-11 классе относящийся к базовой части: (выберите один или несколько ответов):	<p>1. Основы знаний о физической культуре</p> <p>2. Спортивные игры</p> <p>3. Гимнастика с элементами акробатики</p> <p>4. Легкая атлетика</p> <p>5. Лыжная подготовка</p> <p>6. Русская лапта</p>	Средний	5
Пк-2.1 ПК-2.2	Для учащегося 10-11 класса компетентный подход определяет следующие особенности предъявления к содержанию образования (соотнести блок и его содержание)	<p>1) Первый блок</p> <p>2) Второй блок</p> <p>3) Третий блок</p> <p>А) информационный компонент - изучение культурно-исторических основ знаний, медико-</p>	Средний	5

		<p>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>Пк-2.1 ПК-2.2</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;</p> <p>2) преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;</p> <p>3) способы контроля и оценки физического развития и физической</p>	<p>Средний</p>	<p>5</p>

		<p>подготовленности;</p> <p>4) использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья</p>		
<p>Пк-2.1 ПК-2.2</p>	<p>Изучение физической культуры на базовом уровне (полного) образования направлено на достижение следующих целей: (выберите необходимые)</p>	<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) Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными 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</p>	Средний	5

		физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.		
Пк-2.1 ПК-2.2 ОПК-14.2	Теоретическая готовность специалиста в сфере физической культуры и спорта к профессиональной деятельности предполагает наличие следующих умений ... (обозначьте все правильные ответы из представленных)	а) аналитические; б) прогностические; в) проективные; г) рефлексивные; д) организаторские; е) коммуникативные	Высокий	8
ОПК-14.2	Скорость движения руки при метании копья, ударе по волейбольному мячу, уколе в фехтовании характеризуют (впишите название компонента скоростных способностей)		Высокий	8
Пк-2.1 ПК-2.2	Соотнесите цели реализации основной образовательной программы ООП с разделами и подпрограммами, направленными на их реализацию:	Цели реализации ООП ООП: 1) Обеспечение планируемых результатов ООП ООП 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,	Высокий	8

		<p>обучающегося и состояния здоровья</p> <p>Разделы и подпрограммы</p> <p>а) Программа воспитания и социализации</p> <p>б) Учебный план</p> <p>в) Программа отдельных учебных предметов, курсов</p> <p>г) Целевой раздел ООП («Планируемые результаты освоения обучающимися ООП»)</p> <p>д) Программа развития УУД</p>		
ОПК-14.2	<p>Отношение времени, использованного непосредственно на двигательную деятельность учащихся, к общей продолжительности урока называется: (вписать ответ)</p>		Высокий	8
<p>Пк-2.1 ПК-2.2</p>	<p>... – это сложная система, состоящая из методик, приёмов, которые объединяют концептуально связанные между собой образовательные цели, различные формы, средства, приёмы организации учебного и воспитательного процессов (впишите словосочетание)</p>		Высокий	8