Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 26.05.2026 09:51:49
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

Физическая культура и спорт, 1 семестр, 1 курс

Код, направление подготовки	49.03.04 Спорт
Направленность (профиль)	Теория и методика спортивной тренировки
Форма обучения	Очная
Кафедра-разработчик	Теории физической культуры
Выпускающая кафедра	Теории 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. *(выберите один или несколько ответов)*	1.Система 2.Принцип 3.Цель 4.Качество	Низкий
2	УК-7.1 УК-7.2	Целостный процесс морфофункциональных изменений организма в онтогенезе. *(впишите слово)*	Физическое …	Низкий
3	УК-7.1 УК-7.2	Естественный процесс постепенного становления и изменения форм и функций организма человека. *(выберите один или несколько ответов)*	1. Физическое совершенство 2. Физическое развитие 3.Физическое воспитание 4. Физическое образование	Низкий
4	УК-7.3 УК-7.2	Процесс обучения двигательным действиям и воспитание свойственных человеку физических качеств, гарантирующих направленное развитие базирующихся на них способностей. *(выберите один или несколько ответов)*	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.	1. Правило 2. Положение 3. Принцип 4. Метод	Низкий
		(выберите один или	5. Суть	

		несколько ответов)		
6	УК-7.1 УК-7.2	Какое из двух понятий шире: "Физическое воспитание" или "Физическая культура"*(выберите один или несколько ответов)*	1."Физическое воспитание» 2."Физическая культура» 3. Равноценны	Средний
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	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. Ординарные 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	Средний
13	УК-7.2 УК-7.3	Выберите какие формы организации занятий физической культурой и спортом являются обязательными в школьном возрасте. *(выберите один или несколько ответов)*	1. Урок физической культуры 2. Физкульт-пауза 3. Спортивная тренировка 4. Физкультурный праздник	Средний
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	Средний

			упражнения 4. Метод максимальных усилий	
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)		Высокий
17	УК-7.1	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; 4. Знания в области физической культуры; 5. Мотивы и интересы к физическому совершенствованию; 6. Соблюдение гигиены и режима; 7. Росто-весовые показатели.	Высокий
18	УК-7.1 УК-7.2	Оптимальная мера всесторонней физической подготовленности и гармонического физического развития, соответствующие требованиям трудовой и других сфер жизнедеятельности, отражает *(вписать ответ)*	физическое … человека;	Высокий
19	УК-7.1	Применение методик лечебной физической культуры после травм и заболеваний в условиях стационара, в целях реабилитации сутью и назначением *(вписать ответ)*		Высокий
20	УК-7.1	Провести соответствие между компонентом сферы физической культуры и спорта и ее целью *(выберите один или несколько ответов)*	1. Спорт 2. Базовая физическая культура 3. Реабилитационная физическая культура 4. Профессионально-	Высокий

			прикладная физическая культура А – развитие резервных возможностей организма человека; Б - физической подготовленности человека к жизни; В – сохранения и восстановления здоровья; Г – подготовки к профессиональной деятельности.	