

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

**Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:**

*Биомеханика двигательной деятельности, 3 семестр – 2 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
ОПК-3.3	Биомеханика изучает _____  (выберите один правильный ответ)	1. функциональное состояние человека. 2. раздел биофизики, в котором изучаются механические свойства тканей, органов и систем живого организма и механические явления, сопровождающие процессы жизнедеятельности. 3. внутреннюю структуру объектов, деформацию тел. 4. процесс взаимодействия звеньев тела.	Низкий
ОПК-12.1	Механическое движение в живых системах проявляется  (выберите один правильный ответ)	1. высшей формой механических сил. 2. упругой деформацией сил и изменением конфигурации тела человека. 3. как передвижением всей биосистемы относительно среды, опоры, физических тел и деформацией самой биологической системы – передвижение одних ее частей относительно других. 4. как взаимодействие биомеханических систем.	Низкий
ОПК-3.3	Двигательная деятельность человека осуществляется  (выберите один правильный ответ)	1. за счет взаимодействия различных систем организма и различных способов изменения вращения биомеханической системы. 2. в виде двигательных действий, которые организованы из многих взаимосвязанных движений. 3. за счет центростремительной силы, приложенной вдоль радиуса и перпендикулярно к нему.	Низкий

		4. в виде рабочих действий.	
ОПК-3.3	Двигательные действия человека осуществляются при помощи  <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. произвольных активных движений, вызванных и управляемых работой мышц. 2. эффективного приложения сил и приспособительной активности биосистемы. 3. пассивного и активного взаимодействия реактивных сил. 4. при работе произвольных движений.	Низкий
ОПК-3.3	Существуют виды равновесия  <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. ограниченно-устойчивое, неустойчивое, безразличное; 2. устойчивое, ограниченно-устойчивое, неустойчивое, безразличное, безразлично-неустойчивое; 3. устойчивое, ограниченно-устойчивое, неустойчивое, безразличное; 4. устойчивое, неустойчивое, безразличное.	Низкий
ОПК-12.1.	Устойчивость тела определяют для  <i>(вписать словосочетание)</i>		Средний
ОПК-3.3	Вид равновесия определяет  <i>(вписать словосочетание)</i>		Средний
ОПК-12.1	Основные типы утомления  <i>(выберите один неправильный ответ)</i>	1. умственное утомление, эмоциональное; 2. элементарное; 3. сенсорное; 4. физическое, динамическое	Средний
ОПК-12.1	При мышечной работе утомление проходит через две фазы  <i>(выберите несколько правильных ответов)</i>	1. компенсированное утомление; 2. аэробное утомление; 3. демпфирующее утомление; 4. декомпенсированное утомление	Средний
ОПК-3.3	Какая гибкость называется пассивной, какая активной?  <i>(выберите несколько правильных ответов)</i>	1. Пассивная гибкость – это 2. Активная гибкость – это  а) способность выполнять движения, в каком-либо суставе с большой амплитудой за счет	Средний

		<p>активности мышечных групп, проходящих через этот сустав</p> <p>б) способность выполнять движения, в каком-либо суставе с большой амплитудой за счет активности мышечных групп, проходящих через этот сустав.</p> <p>в) определяется наивысшей амплитудой, которую можно достичь за счет внешних сил.</p> <p>г) способность изменять суставные углы, в каком-либо суставе за счет подводящей энергии.</p>	
ОПК-12.1 ОПК-3.3	<p>Существуют виды равновесия</p> <p><i>(выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. устойчивое;</li> <li>2. ограниченно-устойчивое;</li> <li>3. неустойчивое;</li> <li>4. безразличное.</li> </ol>	Средний
ОПК-3.3	<p>После опорного периода начинается период _____</p> <p><i>(вписать слово)</i></p>		Средний
ОПК-12.1	<p>Существуют типы дыхания</p> <p><i>(выберите несколько правильных ответа)</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. грудное;</li> <li>2. смешанное;</li> <li>3. диафрагмальное;</li> <li>4. сложное</li> </ol>	Средний
ОПК-3.3 ОПК-12.1	<p>Деятельность мышцы характеризуют биомеханические показатели</p> <p><i>(выберите два правильных ответа)</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. сила, регистрируемая на ее конце (сила тяги мышц);</li> <li>2. степень возбуждения;</li> <li>3. инерция, регистрируемая на ее конце (сила тяги мышц);</li> <li>4. скорость изменения длины.</li> </ol>	Средний
ОПК-3.3 ОПК-12.1	<p>К биомеханическим методам - исследований относится</p> <p><i>(выберите несколько ответов)</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. системный анализ;</li> <li>2. фотоциклосъемка;</li> <li>3. гониометрия;</li> <li>4. спидография</li> </ol>	Средний

ОПК-3.3	Выберите правильную последовательность этапов биомеханического исследования:	1. измерение механических характеристик, обработка результатов исследования, биомеханический анализ и синтез; 2. измерение механических характеристик, биомеханический анализ и синтез, обработка результатов исследования; 3. биомеханический анализ и синтез, измерение механических	Высокий
---------	--	--	---------

		характеристик, обработка результатов исследования.	
ОПК-3.3 ОПК-12.1	Масса тела спортсмена составляет 70 кг. Чему равен момент силы тяжести, если плечо силы равно 0,5 м? Ускорение свободного падения считать равным $\approx 10 \text{ м/с}^2$  <i>(Произведите расчет)</i>	1. 35 Нм. 2. 350 Нм. 3. 3 500 Нм. 4. 700 Нм.	Высокий
ОПК-3.3 ОПК-12.1	Центральный момент инерции однородного стержня с массой 6 кг и длиной 2 м равен $2 \text{ кг}\cdot\text{см}^2$ . Чему равен момент инерции относительно оси, проходящей через один из концов стержня?  <i>(Произведите расчет)</i>	1. $4 \text{ кг}\cdot\text{м}^2$ 2. $6 \text{ кг}\cdot\text{м}^2$ 3. $8 \text{ кг}\cdot\text{м}^2$ 4. $10 \text{ кг}\cdot\text{м}^2$	Высокий
ОПК-3.3 ОПК-12.1	В безопорном положении спортсмен сгруппировался так, что его угловая скорость увеличилась в 4 раза. Как изменился момент инерции тела спортсмена?  <i>(Произведите расчет)</i>	1. Увеличился в 4 раза. 2. Увеличился в 2 раза. 3. Уменьшился в 2 раза. 4. Уменьшился в 4 раза.	Высокий

ОПК-3.3	Установите соответствие	<p>1. Гибкость – это _____ 2. Сила – это _____ 3. Выносливость – это _____</p> <p>а) способность человека длительное время выполнять нагрузку без снижения ее интенсивности. б) способность выполнять движения с большой амплитудой в) мера поступательного движения тела, которая способна передаваться другому телу в виде скорости.</p>	Высокий
---------	-------------------------	--	---------