

## Оценочный материал для диагностического тестирования

### Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

#### *Теория спорта, 6 семестр – 3 курс*

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-1.1	Спортивная тренировка - это: (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. процесс целесообразного использования всей совокупности факторов, позволяющих направленно воздействовать на развитие спортсмена; Б. подготовка, системно построенная с помощью методов упражнения и представляющая педагогически организованный процесс управления развитием спортсмена; В. основная форма, способ осуществления, обеспечения необходимой степени готовности спортсмена к спортивным достижениям; Г. процесс изменения естественных морфо - функциональных свойств организма.	Низкий	2
ОПК-2.1	К специфическим принципам спортивной тренировки не относится принцип:  (выберите один неправильный ответ из заданного списка)	А. волнообразности и вариативности нагрузки; Б. цикличности процесса подготовки; В. наглядности процесса подготовки; Г. направленности к высшим достижениям.	Низкий	2
ОПК-2.1	К дидактическим	А. принцип управляемости и	Низкий	2

ОПК-1.1	<p>принципам по Ю.К. Гавердовскому не относится:</p> <p>(выберите один неправильный ответ из заданного списка)</p>	<p>подконтрольности;</p> <p>Б. принцип целесообразности и практичности;</p> <p>В. принцип методического динамизма;</p> <p>Г. принцип единства постепенности и тенденции к максимальным нагрузкам.</p>		
ОПК-2.1 ОПК-1.1	<p>На сколько групп подразделяются виды спорта по особенностям предмета состязания и характеру двигательной активности спортсмена?</p> <p>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. на 6 групп;</p> <p>Б. на 5 групп;</p> <p>В. на 4 группы;</p> <p>Г. на 3 группы.</p>	Низкий	2
ОПК-14.2 ПК-1.1	<p>Сколько основных типов микроциклов?</p> <p>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. 2 типа</p> <p>Б. 3 типа;</p> <p>В. 4 типа;</p> <p>Г. 5 типов.</p>	Низкий	2
ПК-1.2 ПК-4.1 ПК-4.2	<p>Каждое отдельное тренировочное занятие связано с последующим через:</p> <p>(выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. срочный тренировочный эффект;</p> <p>Б. ближайший тренировочный эффект;</p> <p>В. последовательный тренировочный эффект;</p> <p>Г. кумулятивный тренировочный эффект.</p>	Средний	5
ОПК-1.1	<p>Ценность спортивных достижений заключается в том, что они: _____</p> <p>(выберите несколько правильных ответов из заданного списка)</p>	<p>А. отражают эффективность системы спортивной подготовки;</p> <p>Б. размах спортивного движения;</p> <p>В. отражают успехи человека в совершенствовании своих способностей;</p> <p>Г. общие социальные условия его развития.</p>	Средний	5
ПК-4.1 ПК-4.2	<p>Чем вызвано выделение частей в тренировочном занятии?</p> <p>(выберите несколько правильных ответов)</p>	<p>А. решением конкретных задач, характерных для каждой части;</p> <p>Б. размещением упражнений различной направленности;</p> <p>В. объективной логикой реализации тренировочных задач;</p> <p>Г. закономерностями</p>	Средний	5

	из заданного списка)	динамики работоспособности.		
ОПК-1.1	Пономарев выделяет в сфере спорта несколько групп функций: (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. созидательная; Б. познавательная; В. относительная; Г. узнавательная.	Средний	5
ОПК-14.2 ПК-4.2	К педагогической функции спорта чаще всего относят: (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. учебно-развлекательную; Б. соревновательную; В. психическую; Г. учебно-познавательную.	Средний	5
ПК-1.2 ПК-1.4	В чем заключается главный смысл обеспечения положительного кумулятивного эффекта упражнений в процессе физического воспитания?  (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	А. в развитии тренированности; Б. приобретении; В. сохранении; Г. в дальнейшем улучшении физической подготовленности.	Средний	5
ОПК-2.1 ПК-1.2 ПК-1.4	Переходная форма между базовыми и соревновательными мезоциклами представляет _____ тип мезоцикла (вписать слово)	А. втягивающий; Б. контрольно-подготовительный; В. восстановительно-подготовительный; Г. предсоревновательный.	Средний	5
ОПК-2.1 ПК-1.2 ПК-1.4	Практические методы спортивной тренировки – это: (выберите несколько правильных ответа из заданного списка)	А. метод строго регламентированного упражнения, Б. метод воспитания физических качеств; В. игровой метод; Г. соревновательный метод.	Средний	5
ОПК-2.1 ПК-4.2	Одна из разновидностей современного спорта ____ (выберите два правильных ответа из заданного списка)	А. общественный спорт; Б. международный спорт; В. массовый спорт; Г. олимпийский спорт.	Средний	5
ОПК-2.2	Что характеризует нагрузку при выполнении физических	А. суммарное количество выполненной работы; Б. дополнительная степень функциональной активности	Средний	5

	упражнений?  (выберите несколько ответов из предложенного списка)	организма, привносимая выполнением упражнений; В. количество выполненной работы в единицу времени; Г. степень переносимых при этом трудностей.		
ОПК-2.2 ПК-1.4	Выберите правильную последовательность связи спортивного отбора с этапами многолетней подготовки:	А. первичный, основной, промежуточный, предварительный, заключительный; Б. первичный, предварительный, промежуточный, основной, заключительный; В. предварительный, первичный, основной, промежуточный, заключительный; Г. основной, промежуточный, предварительный, первичный, заключительный.	Высокий	8
ОПК-2.2 ПК-1.4	Установите правильную последовательность сенситивных периодов развития физических качеств у детей 7-16 лет (установите соответствие)	1. абсолютная сила; 2. общая выносливость; 3. гибкость; 4. координация; 5. быстрота.	Высокий	8
ОПК-2.2 ПК-1.4	Установите соответствие сенситивных периодов в развитии физических качеств	1. гибкость; 2. сила; 3. выносливость; 4. быстрота  А. 13-15 лет; Б. 15-17 лет; В. 4-7 лет Г. 9-10 лет	Высокий	8
ОПК-2.2 ПК-1.4	Под влиянием тренировки в мышцах увеличиваются запасы энергии необходимые для ресинтеза АТФ, а именно: увеличивается содержание м _____, г _____, к _____; возрастает		Высокий	8

	<p>активность ферментов  <b>а</b> _____,  <b>ф</b> _____,  <b>с</b> _____;  повышается интенсивность  <b>т</b> _____  <b>д</b> _____,  <b>г</b> _____.  (впишите пропущенные слова)</p>			
<p>ОПК-1.1  ПК-4.1  ПК-4.2</p>	<p>Установите соответствие</p>	<p>1. Физические упражнения –?  2. Тактическое мышление –?  3. Тактика -?  4. Спортивная подготовка –?</p> <p>А. планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие физических способностей;  Б. упражнения, оказывающие воздействие на организм и личность человека;  В. формирование тактических знаний, умений и навыков;  Г. совокупность способов применения технических приемов в соответствии с условиями соревнования</p>	<p>Высокий</p>	<p>8</p>