

## Оценочный материал для диагностического тестирования

### Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

*Спортивный отбор, 5 семестр*

Код, направление подготовки	49.03.03, Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм
Направленность (профиль)	Спортивно-оздоровительный туризм
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Медико-биологических основ физической культуры
Выпускающая кафедра	Медико-биологических основ физической культуры

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса	Кол-во баллов за правильный ответ
УК-7.2 ОПК-9.1	Прибор для измерения длины тела стоя называется.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Ростомер Б. Метроном В. Подометр Г. Гониометр	Низкий	2
ОПК-9.1	Индекс формы грудной клетки определяется по формуле.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. (Величина поперечного диаметра грудной клетки / величина сагиттального диаметра грудной клетки) * 100 Б. (Величина ширины плеч / величина плечевой дуги) * 100 В. (Масса тела / рост) * 100 Г. (Величина поперечного диаметра грудной клетки / величина ширины плеч) * 100	Низкий	2
ОПК-9.1	Метод биопсии в спорте в основном используется для определения.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Клеточного состава мышечной ткани Б. Порога анаэробного обмена В. Максимального потребления кислорода	Низкий	2

		Г. Размера митохондрий в окислительных мышечных волокнах		
УК-7.2 ОПК-9.1	Аналитический метод по Я. Матейки позволяет дать оценку.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Абсолютной и относительной величины костной массы Б. Абсолютной и относительной величины мышечной массы В. Абсолютной и относительной величины жировой массы Г. Все перечисленные варианты	Низкий	2
ОПК-9.1	Соматотипирование по Р.Н. Дорохову проводится путем оценки.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Трех уровней варьирования морфологических признаков Б. Четырех уровней варьирования морфологических признаков В. Пяти уровней варьирования морфологических признаков	Низкий	2
УК-7.2 ОПК-9.1	Антропометрическое исследование используется с целью.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Изучения физического развития человека, которое позволяет дать оценку эффективности и направленности тренировочного процесса Б. Определения уровня сахара в крови человека В. Изучения биохимических изменений, в организме занимающегося физической культурой Г. Определения психоэмоционального состояния занимающегося	Средний	5

		физической культурой		
ОПК-9.1	Исследования показали, что после 80 минутных аэробных упражнений, на протяжении 12 часов основной обмен усиливался на.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. 15 % Б. 5 % В. 10 % Г. 20 %	Средний	5
УК-7.2 ОПК-9.1	Для измерения толщины кожно-жировых складок используют ( <u>вписать слово</u> )		Средний	5
ОПК-9.1	Для измерения углов между звеньями тела используют ( <u>вписать слово</u> )		Средний	5
ОПК-9.1	Диагностическими критериями при определении соматотипа в основном являются.. (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	А. Развитие скелета и мускулатуры Б. Пропорции тела В. Степень психоэмоциональной устойчивости спортсмена Г. Физическая подготовленность	Средний	5
ОПК-9.1	Установите соответствие для тестов характеризующих состояние физиологических систем организма спортсмена	1. центральная нервная система - ? 2. кардиореспираторная система – ? 3. мышечная система – ?  А. тесты на выносливость Б. координационные тесты В. двигательные тесты	Средний	5
УК-7.2 ОПК-9.1	Произведите расчет по формуле 220 - возраст - ЧСС покоя и определите пороговую		Средний	5

	<p>тренировочную нагрузку для спортсмена.. (вычисляемый)</p> <p>Известно, что ЧСС покоя – 67 уд/мин</p>			
ОПК-9.1	<p>Какие критерии являются основными на первом этапе спортивного отбора.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. на первом этапе следует ориентироваться на наследственно обусловленные признаки</p> <p>Б. на первом этапе следует ориентироваться на те спортивные результаты, которые демонстрирует ребенок</p> <p>В. на первом этапе следует ориентироваться на состояние здоровья ребенка</p> <p>Г. на первом этапе следует ориентироваться на тренируемость ребенка</p>	Средний	5
ОПК-9.1	<p>По Р.Н. Дорохову, число вариантов развития человека.. (вписать число)</p>		Средний	5
УК-7.2 ОПК-9.1	<p>Справедливо ли утверждение о том, что занятия спортом улучшают подвижность в суставах.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. В каждом виде спорта существуют свои модельные характеристики подвижности, при этом в одних суставах она может значительно повыситься, а в других (где излишняя степень свободы мешает реализации двигательной задачи) даже снизиться</p> <p>Б. занятия спортом благотворно влияют на подвижность</p>	Средний	5

		суставов в целом В. в раннем детстве занятия физическими упражнениями повышают подвижность в суставах, а в зрелом возрасте – понижают Г. в процессе занятий спортом увеличивается мышечная масса, что приводит к ухудшению подвижности в суставах		
ОПК-9.1	Для бегунов максимальная подвижность необходима в.. (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. Голеностопных суставах Б. Коленных суставов В. Тазобедренных суставов Г. Локтевых суставов Д. Лучезапястных суставов Е. Грудинно-ключичный сустав	Высокий	8
ОПК-9.1	Схема управления подготовкой спортсмена (Расположите перемешанные элементы в правильном порядке А, ..., Ж)	Б. Тренер В. Спортсмен З. Срочный эффект Е. Коррекция программы Ж. Выполнение программы Г. Выполнение программы Д. Кумулятивный эффект А. Программа	Высокий	8
УК-7.2 ОПК-9.1	Для определения индикатора варианта развития по методике Р.Н. Дорохова проводится следующие измерения... (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. масса тела (кг) Б. длина тела (см) В. обхват плеча верхний на уровне прикрепления дельтовидной мышцы (см) Г. длина верхней конечности (см) Д. обхват бедра верхний на уровне ягодичной складки (см) Е. длина нижней конечности (см)	Высокий	8

		<p>Ж. обхват плеч на уровне наиболее выступающей части дельтовидной мышцы ниже акромиального отростка (см)</p> <p>З. обхват таза на уровне наиболее выступающей части ягодиц (см)</p> <p>И. длина туловища, измеряемая от яремной вырезки до симфиза (см)</p> <p>К. Диаметр плеч (см)</p> <p>Л. Диаметр таза (см)</p>		
УК-7.2 ОПК-9.1	Мониторинг – это.. (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	<p>А. процесс наблюдения за субъектом</p> <p>Б. оценивание состояния субъекта</p> <p>В. осуществление контроля за характером происходящих событий</p> <p>Г. предупреждение негативных тенденций развития</p> <p>Д. Использование широкого спектра измерительного оборудования</p> <p>Е. Проведение измерений только с участием выборки не менее n=50 субъектов</p>	Высокий	8
УК-7.2 ОПК-9.1	Для оценки уровня физической подготовленности используются тесты.. (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	<p>А. бег 1000 м с высокого старта</p> <p>Б. сгибание и разгибание рук из положения упор лежа на полу</p> <p>В. прыжок в длину с места</p> <p>Г. поднимание туловища из положения лежа на спине</p> <p>Д. Удержания тела из положения в висе на перекладине</p> <p>Е. наклон вперед из</p>	Высокий	8

		положения сед ноги врозь Ж. проба Розенталя З. тест Новакки И. Гарвардский степ- тест		
--	--	--	--	--