

Бюджетное учреждение высшего образования
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
«Сургутский государственный университет»

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления
физической культуры и спорта
Администрации города Сургута
М.В. Ющенко

«18» 06 2020 г.



КОМПЛЕКСНЫЙ ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Направление подготовки:

49.03.01 Физическая культура

Направленность программы (профиль):

Спортивная тренировка

Квалификация: Бакалавр

Форма обучения: Очная

Фонды оценочных средств утверждены на заседании кафедры теории физической культуры

« 4 » 06 2020 года, протокол № 10

Заведующий кафедрой

Родионов В.А.

Сургут 2020 г.

1. Оценка сформированности компетенций

Этап: 1 семестр

Формируемые компетенции:

УК-5.1. Осмысляет и интерпретирует историю России в контексте мирового исторического развития;

ОПК-1.2. Учитывает физиологические характеристики нагрузки и анатомо-физиологические особенности занимающихся при планировании учебных и тренировочных занятий

ОПК-1.3. Дифференцирует обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок

ОПК-3.1. Осуществляет профессиональную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования.

ОПК-3.3. Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки.

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций				Форма контроля при промежуточной аттестации
1	Педагогика физической культуры	ОПК 3.1	ОПК 3.3			экзамен
2	Подвижные игры с методикой преподавания	ОПК 3.1	ОПК 3.3			экзамен
3	Анатомия человека	ОПК 1.2	ОПК 1.3			экзамен
4	История России	УК 5.1				Зачет с оценкой

Этап: 2 семестр.

Формируемые компетенции:

ОПК-1.2. Учитывает физиологические характеристики нагрузки и анатомо-физиологические особенности занимающихся при планировании учебных и тренировочных занятий

ОПК-1.3. Дифференцирует обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок

ОПК-3.3. Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки.

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций				Форма контроля при промежуточной аттестации
1	Физиология человека	ОПК 1.2	ОПК 1.3			экзамен
2	Психология физической культуры	ОПК 3.3				экзамен

2. Оценочные средства

Междисциплинарный тест для оценки сформированности компетенций бакалавров, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», направленность программы «Спортивная тренировка»

ФИО студента, _____

группа _____

Вариант 1

№ п/п	Дисциплина	Задание	Ответ
1	Педагогика физической культуры	<p>1. Основными составляющими педагогической системы являются?</p> <p>a) педагог, учащийся, цель, содержание, средства педагогической коммуникации</p> <p>b) педагог, учащийся, родители, классный коллектив, цели и задачи</p> <p>c) педагог, учащийся, цели и задачи, школьный коллектив, актив класса</p> <p>d) педагог, учащийся, цель, родительский комитет, директор школы</p> <p>2. Одна из концепций Олимпийского образования была разработана ?</p> <p>a) В.И. Столяровым</p> <p>b) Л.И. Луышевой</p> <p>c) В.К. Бальсевичем</p> <p>d) М.Я. Виленским</p> <p>3. Процесс целенаправленной и сознательной работы над собой, направленный на формирование физической культуры личности -...?</p> <p>a) физическое самовоспитание</p> <p>b) физическое воспитание</p> <p>c) формирование личности в сфере физической культуры</p> <p>d) нравственное самовоспитание</p> <p>4. Использование спортивной деятельности, соревнований, спортивных технологий, элементов спорта в физическом воспитании - является концептуальной основой какого подхода?</p> <p>a) спортивно ориентированный подход</p> <p>b) личностно-ориентированный подход</p> <p>c) дифференцированный подход</p> <p>d) личностно-деятельностный подход</p> <p>5. Организация совместной деятельности взрослых и детей, осуществляемая педагогическим коллективом либо отдельным педагогом с целью наиболее полного личностного саморазвития и самореализации занимающихся?</p> <p>a) воспитательная работа</p> <p>b) учебная работа</p> <p>c) процесс социализации</p> <p>d) учебно-тренировочный процесс</p> <p>6. При планировании воспитательной работы в спортивной школе необходимо учитывать?</p>	<p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p>

		<ul style="list-style-type: none"> a) традиционные праздники; предложения педагогов, занимающихся, родителей; традиции спортивной школы, воспитательный потенциал социального окружения и др. b) дни рождения каждого занимающегося; предложения педагогов, занимающихся, родителей; традиции школы, воспитательный потенциал социального окружения и др. c) традиционные праздники; настроение тренера; традиции спортивной школы, воспитательный потенциал социального окружения и др. d) традиционные праздники; предложения педагогов, занимающихся, родителей; расписание движения автобусов, воспитательный потенциал социального окружения и др. 	
2	Подвижные игры с методикой преподавания	<p>1. При выборе игры необходимо учитывать:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) форму занятий, место проведения занятия b) количество играющих, возраст учащихся c) эмоциональное состояние учащихся d) физическую подготовленность учащихся <p>2. В младшем школьном возрасте подвижные игры с разнообразными движениями проводятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) без длительных мышечных напряжений b) с длительным мышечным напряжением c) с умеренно длительным мышечным напряжением <p>3. В младшем школьном возрасте подвижные игры носят характер:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) сюжетно-образный b) сюжетный c) без сюжета d) соревновательный e) все перечисленные варианты <p>4. Для подвижной игры характерны:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом b) активные двигательные действия ограниченные строгими правилами c) двигательные действия направленные на преодоление сопротивления в командах d) все перечисленные варианты <p>5. При урочной форме проведения подвижных игр руководитель решает следующие задачи (выбрать неверный ответ):</p> <ul style="list-style-type: none"> a) повысить психологическое и эмоциональное состояние детей b) оздоровительные c) образовательные d) воспитательные <p>6. В педагогической практике проведения подвижных игр в среднем школьном возрасте, используются (выбрать неверный ответ):</p> <ul style="list-style-type: none"> a) сюжетно-ролевые игры b) коллективные подвижные игры c) индивидуальные подвижные игры d) подводящие к спортивной деятельности <p>7. Игры, подводящие к спортивной деятельности это:</p> <p>игры, требующие устойчивых условий проведения и способствующие овладению учащимися элементами спортивной техники</p> <ul style="list-style-type: none"> a) игры, в которых каждый из игроков намечает свои планы, устанавливает для себя условия и правила b) игры, в которых одновременно участвуют небольшие группы участников, классы, спортивные секции 	<p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p>

		с) все перечисленные варианты	
3	Анатомия человека	<p>1. Какая мышца участвует в поднятии на перекладине? а) широчайшая мышца спины б) длиннейшая мышца спины с) задняя верхняя зубчатая мышца д) задняя нижняя зубчатая мышца</p> <p>2. Какие мышцы живота участвуют в формировании брюшного пресса? (указать один неправильный ответ) а) прямая мышца живота б) наружная косая мышца живота с) внутренняя косая мышца живота д) квадратная мышца поясницы</p> <p>3. Где находится сердце: а) в переднем средостении в нижнем отделе б) в переднем средостении в верхнем отделе с) в заднем средостении д) в заднем средостении в нижнем отделе</p> <p>4. Где происходит газообмен в легких? а) в трахеи б) бронхах с) бронхиолах д) ацинусах</p> <p>5. Какие камеры имеет сердце: а) правое предсердие и правый желудочек, левое предсердие и левый желудочек б) правый желудочек, левое предсердие и левый желудочек с) правый желудочек, левый желудочек. д) правый желудочек, левый желудочек</p> <p>6. В каком этаже брюшной полости находится желудок? а) в верхнем б) в среднем с) в нижнем д) в верхнем и среднем</p>	<p>a</p> <p>d</p> <p>a</p> <p>d</p> <p>a</p> <p>a</p>
4	История России	<p>1. Складыванию феодальных отношений у восточных славян способствовало а) принятие христианства б) призвание варягов на Русь с) существование родовой общины д) совершенствование техники земледелия</p> <p>2. Во внешней и внутренней политике князей Владимира Мономаха и Ярослава Мудрого большую роль играла(о) а) борьба с печенегам б) упорядочивание норм сбора дани с) совершенствование законодательства д) борьба за получение ярлыка на великое княжение</p> <p>3. Древнейшая русская летопись называлась: а) Домострой б) «Русская Правда» с) «Повесть временных лет» д) «Слово о полку Игореве»</p> <p>4. О событиях какого периода идёт речь в отрывке из документа? <i>«И была здесь злая и великая сеча для немцев и чуди, и слышен был треск ломающихся копий и звук от ударов мечей, так что лёд на замершим</i></p>	<p>d</p> <p>c</p> <p>c</p>

		<p>озере подломился, и не видно было льда, потому что он покрылся кровью».</p> <p>a) 1242г. b) 1237г. c) 1380г. d) 1480г.</p> <p>5. Характерная черта феодализма: a) существование централизованных государств b) использование труда рабов c) процесс урбанизации d) наличие вотчины</p> <p>6. Собрание представителей различных сословий России, принимавшее важнейшие для государства решения в XVI–XVII вв. называлось: a) Избранной радой b) Государственной думой c) Советом всей земли d) Земским собором</p> <p>7. О событиях какого периода идёт речь в отрывке из документа? <i>«Вместо длительной и сложной работы по созданию государственного аппарата царь Иван пытался прибегнуть к самому «простому», наиболее понятному методу: не делают то, что надо? – Приказать. Не слушаются? – Казнить».</i> a) смуты b) опричнины c) эпохи дворцовых переворотов d) двоевластия</p> <p>8. Освобождение Москвы от польских захватчиков в октябре 1612 года произошло: a) отрядами Второго ополчения b) «потешными полками» Петра I c) войском во главе с М.В. Скопиным-Шуйским d) отрядами под предводительством И. Болотникова</p> <p>9. Правление Петра I характеризуется: a) усилением абсолютизма b) ослаблением крепостничества c) ослаблением военного потенциала страны d) замедлением темпов экономического развития</p>	<p>a</p> <p>d</p> <p>d</p> <p>b</p> <p>a</p> <p>a</p>
5	Физиология человека	<p>1. Перечислите последовательность фаз формирования двигательного динамического стереотипа по И.П. Павлову.. a) иррадиации, концентрации, стабилизации b) иррадиации, стабилизации, концентрации c) стабилизации, иррадиации, концентрации d) концентрации, иррадиации, стабилизации e) иррадиации, концентрации, автоматизации</p> <p>2. В какую фазу формирования двигательного динамического стереотипа устанавливаются временные связи между двигательным и вегетативным анализаторами? a) стабилизации b) иррадиации c) концентрации d) автоматизации</p> <p>3. В какой фазе находится формирование двигательного динамического стереотипа, если казалось бы, уже освоенная на</p>	<p>a</p> <p>a</p> <p>a</p>

		<p>тренировках комбинация вдруг ломается при попадании спортсмена в обстановку соревнований?</p> <p>a) концентрации b) иррадиации c) стабилизации d) автоматизации</p> <p>4. Преимущественно за счет какой группы волокон происходит изменение мышечной композиции в процессе тренировки?</p> <p>a) за счет смешанных волокон b) за счет аэробных волокон c) за счет медленных волокон d) за счет любой группы волокон</p> <p>5. Сократительный аппарат мышечного волокна представлен:</p> <p>a) миофибриллами b) митохондриями c) синапсами d) саркоплазматическим ретикулумом</p> <p>6. Почему при активном отдыхе быстрее ликвидируется кислородный долг?</p> <p>a) потому что медленные мышечные волокна способны утилизировать молочную кислоту b) потому что быстрые мышечные волокна способны утилизировать молочную кислоту c) потому что при активном отдыхе возникает более глубокое торможение ранее работавших нервных центров d) потому что при активном отдыхе спортсмен вдыхает большее количество кислорода</p> <p>7. Тренировочная нагрузка классифицируется, как малая, если расход энергии на 1 кг массы тела в 1 ч</p> <p>a) менее 3 ккал b) менее 5 ккал c) менее 7 ккал d) менее 10 ккал</p>	<p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p>
6	Психология физической культуры	<p>1. Необходимость зрительного контроля у спортсмена исчезает</p> <p>a) на стадии закрепления и совершенствования навыка b) на стадии овладения приемами формирования навыка c) на стадии положительной психической реакции на навык d) на стадии деавтоматизации двигательного навыка</p> <p>2. Психомоторная реализация тактической задачи осуществляется</p> <p>a) в виде движений b) в виде принятия решения c) в виде принятия решения и последующего действия d) в виде умственного решения тактической задачи</p> <p>3. Наилучшим для достижения высокого результата является предсоревновательное состояние</p> <p>a) боевой готовности b) стартового внимания c) стартового спокойствия d) боевого сосредоточения</p> <p>4. Для стимулирующей категории обращения спортсменов характерны</p> <p>a) обращения спортсменов, выражающие побуждение партнеров к организации внимания, контроля за изменением ситуации b) обращения, направленные на уточнение, изменение и согласование своих действий с действиями партнеров</p>	<p>a</p> <p>a</p> <p>a</p> <p>a</p>

		<p>c) обращения, выражающие отношение спортсменов к собственным действиям и действиям партнеров</p> <p>d) обращения к мысленному плану предстоящих действий и его уточнение в связи с изменением ситуации</p> <p>5. Сбор и анализ информации об условиях предстоящего соревнования и о соперниках необходим</p> <p>a) для создания уверенности в своих силах, активного стремления бороться до конца</p> <p>b) для создания и сохранения оптимального возбуждения перед соревнованиями и в ходе его</p> <p>c) для совершенствования интеллектуальных качеств спортсмена</p> <p>d) для умения определять момент готовности к выполнению упражнения</p>	<p>a</p>
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------