

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



«08» 06 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО

Проректор по учебной работе
Е.В. Косов



КОМПЛЕКСНЫЙ ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Направление подготовки:

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность программы (профиль):

Спортивно-оздоровительный туризм

Квалификация: Бакалавр

Форма обучения: Очная

Фонды оценочных средств утверждены на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры «03» 06 2020 года, протокол № 10

Заведующий кафедрой

Мальков М.Н.

Сургут 2020 г.

1. Оценка сформированности компетенций

Этап: 1 семестр.

Формируемые компетенции:

ОПК-2 способность развивать педагогическую мысль, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Результаты промежуточной (итоговой) аттестации (средняя оценка)
		ОПК-2							
1.	Педагогика физической культуры	ОПК-2							экзамен

Этап: 2 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-5 способностью к самоорганизации и самообразованию;

ПК-7 готовность использовать комплекс мер осуществления мониторинга физического состояния индивида, его пригодность к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ОК-5	ПК-7						
1.	Формирование культуры здоровья	ОК-5	ПК-7						экзамен
2.	Психология физической культуры	ОК-5							экзамен

Этап: 3 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-7 способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-3 готовность использовать на практике средства, методы и приёмы обучения двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочным, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью, контролировать эффективность их выполнения, разрабатывать и использовать приемы их совершенствования

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ОК-7	ПК-3						
1	Спортивная физиология	ОК-7							экзамен
2	Гимнастика с методикой преподавания	ПК-3							экзамен
3	Плавание	ОК-7	ПК-3						экзамен

2. Оценочные средства

БУ ВО «СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Междисциплинарный тест для оценки сформированности компетенций студентов бакалавриата, обучающихся по направлению 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

ФИО студента, _____

группа 207-71

№ п/п	Дисциплина	Задание	Ответ
1	Педагогика физической культуры	Выберите правильный вариант ответа: Комплексная функция управления воспитательным процессом, рассматриваемая как этап педагогической деятельности, позволяющий сравнивать достигнутый результат с запланированным: а) функция контроля б) функция планирования в) функция коррекции г) функция мотивации	функция контроля
		Выберите правильный вариант ответа: Данная функция педагогического контроля предполагает комплекс практических мер по устранению расхождений между запланированными и реальными результатами обучения: а) функция коррекции б) функция руководства в) функция мотивации г) функция планирования	функция коррекции
		Выберите правильный вариант ответа: Деятельность педагога в сфере обучения по изобретению различных способов отбора и структурирования учебного материала, методов его передачи и усвоения занимающимися составляет суть ... (по Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгину): а) дидактического творчества педагога б) технологического творчества в) организаторского творчества г) коммуникативного творчества	дидактического творчества педагога
		Выберите правильный вариант ответа: Деятельность в области педагогической технологии и проектировании, когда осуществляется поиск и создание новых педагогических систем, процессов и учебных педагогических ситуаций, способствующих повышению результативности воспитания занимающихся составляет основу: а) технологического творчества б) организаторского творчества в) дидактического творчества г) коммуникативного творчества	технологического творчества
2	Формирование культуры здорового образа жизни	Выберите правильный вариант ответа: Можно ли использовать оздоровительные технологии, построенные на тренировочном стрессе, в преморбидную фазу пограничного состояния: а) нет, потому что у человека практически отсутствуют функциональные резервы б) можно в) можно, но только при строгом контроле за его состоянием г) нет, надо сначала вылечиться	нет, потому что у человека практически отсутствуют функциональные резервы
		Выберите правильный вариант ответа: Под саморазвитием культуры здоровья понимают: а) степень самостоятельности человека в оздоровительной деятельности б) степень мотивации человека на здоровье и здоровый образ жизни в) уровень образования человека в вопросах здоровья и здорового образа жизни г) уровень владения человеком оздоровительными технологиями	степень самостоятельности человека в оздоровительной деятельности

		<p>Выберите правильный вариант ответа: В оздоровительной тренировке пороговый пульс (при котором возникает минимальный тренировочный эффект) у нетренированного человека в возрасте 30 лет и имеющего пульс в покое 70 ударов в минуту составляет:</p> <p>а) 100 уд/мин б) 125 уд/мин в) 90 уд/мин г) 105 уд/мин</p>	100 уд/мин
3	Психология физической культуры	<p>Выберите правильный вариант ответа: Принцип индивидуализации в организации тренировочного процесса означает:</p> <p>а) учет индивидуальных особенностей каждого спортсмена б) индивидуальную работу с каждым спортсменом в отдельности в) самостоятельное и сознательное усвоение учебного материала каждым спортсменом г) осуществление контроля за каждым спортсменом в тренировке</p>	учет индивидуальных особенностей каждого спортсмена
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Составляя модели, для тренера и спортсменов важно учитывать следующий принцип:</p> <p>а) содержание модели должно полностью соответствовать квалификации спортсменов б) модель может иметь только один вариант решения, оптимальный для всех спортсменов в) содержание модели должно полностью соответствовать квалификации тренера г) модель не может иметь несколько вариантов решения, оптимальных для разных спортсменов</p>	содержание модели должно полностью соответствовать квалификации спортсменов
		<p>Выберите правильный вариант ответа: В процессе психического и интеллектуального развития человек последовательно овладевает:</p> <p>а) наглядно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением б) наглядно-действенным, наглядно-словесным и образно-логическим мышлением в) образно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением г) образно-действенным, наглядно-словесным и образно-логическим мышлением</p>	наглядно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением
4	Спортивная физиология	<p>Выберите правильный вариант ответа: Оценка тренированности организма должна осуществляться:</p> <p>а) в покое в реакции на стандартную нагрузку в реакции на максимальную нагрузку б) в покое, в реакции на стандартную работу в) в покое, в реакции на стандартную и максимальную нагрузку г) в реакции на стандартную и максимальную нагрузку</p>	в покое в реакции на стандартную нагрузку в реакции на максимальную нагрузку
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Как называется принцип, требующий оценки тренированности в динамике:</p> <p>а) принцип систематичности б) принцип комплексного подхода в) принцип учета индивидуальных особенностей г) принцип оценки тренированности в покое, в реакции на стандартную и максимальную нагрузку</p>	принцип систематичности
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Какие показатели кардиореспираторной системы решающим образом влияют на максимальное потребление кислорода:</p> <p>а) жизненная емкость легких, концентрация гемоглобина в крови, систолический объем сердца б) плотность капилляров в мышцах, состав мышечных волокон, скорость кровотока в мышцах, концентрация миоглобина в мышцах в) жизненная емкость легких, концентрация гемоглобина в крови, плотность капилляров в мышцах, состав мышечных волокон, концентрация миоглобина в мышцах</p>	жизненная емкость легких, концентрация гемоглобина в крови, систолический объем сердца

		г) концентрация гемоглобина в крови, систолический объем сердца, плотность капилляров в мышцах, состав мышечных волокон, скорость кровотока в мышцах	
5.	Гимнастика методикой преподавания с	Выберите правильный вариант ответа: Назовите метод обучения ОРУ, при котором преподаватель проговаривает действие на каждый счет движения: а) по рассказу б) по показу в) по показу и рассказу г) по разделениям	по рассказу
		Выберите правильный вариант ответа: Величина сбавки за ошибки исполнения акробатических прыжков в командной гимнастике: а) 0,1 -0,2 – нарушение гимнастического стиля без нарушения техники двигательного действия б) 0,4- 0,6 - неопрятный внешний вид гимнаста в) 0,8-0,9 - нарушается стиль и техника гимнастического упражнения г) 1,0 - падение	0,1 -0,2 – нарушение гимнастического стиля без нарушения техники двигательного действия
		Выберите правильный вариант ответа: Определение окончательной оценки при трех судьях: а) отбрасывается наибольшая и наименьшая оценка, оставшаяся оценка является окончательной б) отбрасывается наибольшая оценка. Из двух оставшихся выводится средняя арифметическая в) отбрасывается наименьшая оценка. Из 2-х оставшихся выводится средняя арифметическая г) Суммируются все оценки и из них выводится средняя	отбрасывается наибольшая и наименьшая оценка, оставшаяся оценка является окончательной
6.	Плавание	Выберите правильный вариант ответа: Методы обучения в плавании, связанные с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной деятельностью: а) словесные, наглядные, практические б) словесные, наглядные в) наглядные, практические г) эмпирические, словесные	словесные, наглядные, практические
		Выберите правильный вариант ответа: Цель повторного метода обучения, связанного с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристской деятельностью: а) преодоление строго регламентированных отрезков (дистанций) с одинаковой интенсивностью и с относительно достаточным отдыхом между ними б) равномерное преодоление дистанции в) равномерное преодоление дистанции с периодически равными ускорениями по ходу г) проплывание отрезков разной длины с одинаковой интенсивностью	преодоление строго регламентированных отрезков (дистанций) с одинаковой интенсивностью и с относительно достаточным отдыхом между ними
		Выберите правильный вариант ответа: Цель интервального метода тренировки в плавании, необходимого для повышения уровня физической подготовленности: а) в моделировании продолжительности отдыха между рабочими отрезками (каждый последующий выполняется на фоне усталости) б) в повторном проплывании рабочих отрезков в) отдых между отрезками до полного восстановления г) в использовании рабочих интервалов интенсивности	в моделировании продолжительности отдыха между рабочими отрезками (каждый последующий выполняется на фоне усталости)
		Выберите правильный вариант ответа: Цель соревновательного метода, необходимого для контроля эффективности используемых средств и приёмов обучения в плавании:	обучение основам технико-тактических действий

		<p>а) обучение основам технико-тактических действий</p> <p>б) подготовка к главным соревнованиям с целью закрепления навыков</p> <p>в) активный и сознательный анализ освоенных технических действий</p>	
7	Менеджмент физической культуры и спорта	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Методика PEST - анализа включает в себя анализ факторов:</p> <p>а) макроокружения</p> <p>б) внутренней среды</p> <p>в) конкурентов</p> <p>г) деловой среды</p>	макроокружения
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Методика SWOT - анализа – это:</p> <p>а) анализ возможностей, угроз внешней среды, сильных и слабых сторон организации</p> <p>б) функционально-стоимостной анализ</p> <p>в) группировка факторов среды на: политические, экономические, социокультурные, технико-технологические</p> <p>г) метод экстраполяции тенденций</p> <p>д) анализ ключевых факторов успеха</p>	анализ возможностей, угроз внешней среды, сильных и слабых сторон организации
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Моделирование как метод решения управленческих проблем стоит использовать:</p> <p>а) при принятии исполнительских решений</p> <p>б) при принятии концептуальных решений</p> <p>в) при принятии как концептуальных, так и исполнительских решений</p>	при принятии исполнительских решений
8	Лыжный спорт	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>К классическому стилю передвижения на лыжах относят:</p> <p>а) попеременно-двухшажный, одновременно-бесшажный, одновременно-одношажный ход;</p> <p>б) попеременно-одношажный; одновременно-четырёхшажный, классический ход без отталкивания руками</p> <p>в) попеременно-бесшажный, одновременно-четырёхшажный; попеременно-шестишажный ход</p> <p>г) попеременно-бесшажный, попеременно-одношажный, одновременно-четырёхшажный ход.</p>	попеременно-двухшажный, одновременно-бесшажный, одновременно-одношажный ход
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>К средствам обучения технике попеременно-двухшажного хода не относится:</p> <p>а) катание скользящим упором</p> <p>б) иммитация</p> <p>в) катание без палок</p> <p>г) махи руками в «Стойке лыжника»</p>	катание скользящим упором
9	Теория и методика физической культуры	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Фаза, которая характеризуется появлением первых признаков усталости, свидетельствующих о начале развития утомления называется:</p> <p>а) Фаза начального утомления</p> <p>б) Фаза компенсированного утомления</p> <p>в) Фаза декомпенсированного утомления.</p> <p>г) Может быть любой</p>	Фаза начального утомления
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Выносливость в какой зоне нагрузок характеризуются оптимальным взаимодействием систем дыхания и кровообращения, их взаимосогласованностью со структурой двигательного действия:</p> <p>а) В умеренной зоне</p> <p>б) В зоне больших нагрузок</p> <p>в) В максимальной зоне</p> <p>г) В субмаксимальной зоне.</p>	В умеренной зоне
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>С какой целью используется тест Купера:</p> <p>а) для оценки аэробной выносливости</p> <p>б) для определения алактатной части кислородного долга</p> <p>в) для определения лактатной части кислородного долга</p> <p>г) для оценки силовой выносливости</p>	для оценки аэробной выносливости

10	Основы спортивно-оздоровительного туризма	Выберите правильный вариант ответа: Основным документом, на основании которого осуществляется подведение итогов в группе дисциплин-маршруты является: а) отчет по преодолению запланированного маршрута б) маршрутная книжка в) записки судьи на этапах г) дневники туристов-спортсменов	отчет по преодолению запланированного маршрута
		Выберите правильный вариант ответа: Целевая функция рекреационного туризма состоит в: а) восстановлении физических и психических сил человека средствами туризма; б) лечение определенных заболеваний средствами туризма; в) совершенствование профессиональных знаний, умений и навыков средствами туризма; г) спортивное совершенствование в преодолении естественных препятствий.	восстановлении физических и психических сил человека средствами туризма;
		Выберите правильный вариант ответа: К средствам туризма не относится: а) лечебные процедуры с помощью целебных трав; б) туристские слеты и соревнования; в) туристские экспедиции; г) походы и путешествия.	лечебные процедуры с помощью целебных трав;
11	Спортивная медицина	Выберите правильный вариант ответа: Какой вид врачебно-педагогического контроля проводится в тренировочном мезоцикле: а) этапный б) текущий в) оперативный (срочный) г) углубленный	этапный
		Выберите правильный вариант ответа: Какие системы подлежат обязательному исследованию при текущем врачебно-педагогическом контроле: а) центральная нервная система, вегетативная нервная система, сердечно-сосудистая система, опорно-двигательный аппарат б) центральная нервная система, вегетативная нервная система, сердечно-сосудистая система, опорно-двигательный аппарат, энергетические системы организма в) центральная нервная система, сердечно-сосудистая система, опорно-двигательный аппарат, г) центральная нервная система, вегетативная нервная система, сердечно-сосудистая система, опорно-двигательный аппарат, пищеварительная система	центральная нервная система, вегетативная нервная система, сердечно-сосудистая система, опорно-двигательный аппарат
		Выберите правильный вариант ответа: Биологический паспорт спортсмена это: а) программа долговременного мониторинга биологических параметров спортсмена, изменения в которых косвенно свидетельствуют об использовании запрещенных препаратов или запрещенного метода б) комплекс информации, позволяющий рассчитать реальный биологический возраст спортсмена в) документ, отражающий результаты оценки состояния спортсмена в оперативном, текущем, этапном, контроле, свидетельствующий об уровне его тренированности г) документ, отражающий результаты лечебных и реабилитационных мероприятий, которым подвергся спортсмен	программа долговременного мониторинга биологических параметров спортсмена, изменения в которых косвенно свидетельствуют об использовании запрещенных препаратов или запрещенного метода
12	Рекреология	Выберите правильный вариант ответа: Рекреационная система состоит из взаимосвязанных подсистем: а) отдыхающих, технических комплексов, природно-культурных комплексов, органов управления и обслуживающего персонала	отдыхающих, технических комплексов, природно-культурных комплексов, органов управления и обслуживающего персонала

		<p>б) отдыхающих, базы отдыха, санатория, природных комплексов, материальной базы и рекреационной инфраструктуры, обслуживающего персонала и органа управления</p> <p>в) природно-культурных комплексов, органов управления и обслуживающего персонала</p> <p>г) отдыхающих, природно-культурных комплексов, органов управления и обслуживающего персонала</p>	
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Программа отдыха, позволяющая на основе поведенческих возможностей и образцов реализовывать определенные рекреационные цели, мотивации и притязания в конкретных условиях – это:</p> <p>а) цикл рекреационных занятий б) тип рекреационной деятельности в) тип элементарных рекреационных занятий г) рекреационное занятие</p>	цикл рекреационных занятий
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Время формирования и функционирования деятельности, направленной на обеспечение рекреационных потребностей населения – это:</p> <p>а) время организаторов отдыха б) время отдыхающих в) социальное время г) рекреационное время</p>	время организаторов отдыха
13	Мониторинг физического состояния человека	<p>Выберите правильный вариант ответа: Мониторинг – это:</p> <p>а) процесс наблюдения за объектом, оценивание его состояния, осуществление контроля за характером происходящих событий, предупреждение негативных тенденций развития б) контроль за характером происходящих событий в) наблюдение за интересующими объектами</p>	процесс наблюдения за объектом, оценивание его состояния, осуществление контроля за характером происходящих событий, предупреждение негативных тенденций развития
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Укажите верную последовательность мониторинга физического состояния человека:</p> <p>а) наблюдение; оценка текущего состояния; прогноз состояния на перспективу; оценка прогнозируемого состояния объектов; принятие управленческих решений б) наблюдение; прогноз состояния на перспективу; оценка прогнозируемого состояния объектов; принятие управленческих решений в) прогноз состояния на перспективу; оценка текущего состояния; оценка прогнозируемого состояния объектов; принятие управленческих решений</p>	наблюдение; оценка текущего состояния; прогноз состояния на перспективу; оценка прогнозируемого состояния объектов; принятие управленческих решений
		<p>Выберите правильный вариант ответа: В системе комплексного контроля к методам подсистемы медико-биологического контроля за состоянием организма занимающихся физической культурой, рекреационно-оздоровительной деятельностью относятся:</p> <p>а) пульсометрия, электрокардиография, поликардиография, эхокардиография, спирометрия, электромиография, антропометрия б) акселерометрия, гониометрия, кинематография, динамография в) фотохронометрия, кинематография, темпометрия, динамометрия</p>	пульсометрия, электрокардиография, поликардиография, эхокардиография, спирометрия, электромиография, антропометрия