

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 20.06.2024 14:40:12
 Уникальный программный идентификатор:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

ПЛАВАНИЕ С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ, 3 семестр

| | |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| 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-13.1 ОПК-13.2 | Длина стандартных ванн спортивного бассейна в которых разрешено проведение спортивных соревнований (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) 25м 2) 50м 3) 25м и 50м 4) 100м | Низкий | 1 |
| ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК -4.3 | Способ касания бортика на финише при плавании брассом по правилам соревнования (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) любой рукой 2) любой частью тела 3) одновременное и симметричное касание двумя руками 4) двумя руками поочередно | Низкий | 1 |
| ОПК-13.1 ОПК-13.2 ОПК -4.3 | Самая короткая дистанция в программе соревнований по спортивному плаванию (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) 25м 2) 50м 3) 100м 4) 200м | Низкий | 1 |
| ОПК-3.2 | Основным средством в обучении плаванию является (вписать слова) | | Низкий | 1 |

| | | | | |
|-------------------------------|---|---|---------|---|
| ОПК-3.2 | Спортивное, оздоровительное, прикладное, игровое, синхронное плавание – это (<u>вписать слова</u>) | | Низкий | 1 |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 | Метод, используемый при освоении техники спортивных способов плавания (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) целостно-конструктивного упражнения 2) расчленено-конструктивного упражнения 3) игрового упражнения 4) интервального упражнения | Средний | 1 |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 | Вид упражнений, включающий упражнения на суше, повторяющие плавательные движения (<u>вписать слово</u>) | | Средний | 1 |
| ОПК-3.1 | Части урока по плаванию (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) вводная часть, основная, заключительная 2) разминка, заминка 3) вводная часть, тренировка, разминка, основная часть 4) не делится на части | Средний | 1 |
| ОПК-13.1 ОПК-13.2 | Основной документ, регламентирующий организацию проведения соревнований по плаванию. (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) правила соревнований 2) разрядные нормы 3) положение о соревнованиях 4) программа соревнований | Средний | 1 |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 | Существенная разница между кролем на груди и кролем на спине заключается в (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) положении тела, направлении работы рук 2) положении тела, направлении работы рук и ног, дыхании 3) положении тела, дыхании 4) положении тела, дыхании, направлении работы рук | Средний | 1 |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 | Вдох при плавании кролем на груди на 1,5 плавательных цикла выполняется (выберите несколько ответов из | 1) под левую 2) под правую 3) не имеет значения 4) под любую | Средний | 1 |

| | | | | |
|-------------------------------|---|--|---------|---|
| | предложенного списка, оценивание «всё или ничего») | | | |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-3.3 | Наиболее простой в исполнении, но менее скоростной поворот в плавании кролем на груди (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего») | 1) открытый 2) закрытый 3) маятник 4) сальто | Средний | 1 |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 | Фаза проноса руки над водой в кроле на груди является (вписать слово) | | Средний | 1 |
| ОПК-3.2 | Этап многолетней спортивной подготовки пловцов (из предложенных) на котором не рекомендуется применять метод интервальной тренировки (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) начальный этап 2) этап спортивной специализация 3) этап спортивного совершенствования 4) этап высшего спортивного мастерства | Средний | 1 |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 ОПК-4.3 | Способ плавания, старт в котором выполняется из воды (выберите один правильный ответ из заданного списка) | 1) кроль на груди 2) кроль на спине 3) брасс 4) баттерфляй | Средний | 1 |
| ОПК-3.2 | Последовательность, в которой наиболее эффективно обучать детей плаванию и осваивать спортивные способы плавания (расположите перемешанные элементы в правильном порядке) | 1) обучить работе ног 2) обучить работе рук 3) обучить работе ног в согласовании с дыханием 4) обучить работе рук в согласовании с дыханием 5) обучить согласованию работы рук и ног 6) обучить согласованию рук, ног и дыхания | Высокий | 1 |
| ОПК-13.2 | Упражнения, позволяющие устранить чувство | 1) спады в воду с бортика | Высокий | 1 |

| | | | | |
|--------------------|---|---|---------|---|
| | страха при обучении старту с тумбочки (выберите несколько правильных ответов из заданного списка) | 2) спады с тумбочки 3) прыжки с двух ног с бортика 4) упражнения теоретического характера 5) скольжения 6) выпрыгивания | | |
| ОПК-3.2 ОПК-3.3 | Тренировочные отрезки, создающие максимально возможный анаэробный алактатный эффект (выберите несколько правильных ответов из заданного списка) | 1) 400м 2) 800м 3) 100м 4) 200м | Высокий | 1 |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 | Основные компоненты общего гидродинамического сопротивления движению пловца (выберите несколько правильных ответов из заданного списка) | 1) сопротивление волнообразования 2) сопротивление формы 3) сопротивление давления 4) сопротивление трения | Высокий | 1 |
| ОПК-3.1 ОПК-3.2 | Последовательность фаз движений пловца при старте с тумбочки (расположите перемешанные элементы в правильном порядке) | 1) фаза выхода на поверхность 2) фаза полета 3) фаза скольжения 4) фаза отталкивания | Высокий | 1 |