

Документ подписан простыми электронными подписями  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
 Должность: ректор  
 Дата подписания: 24.06.2024 14:26:08  
 Уникальный программный ключ:  
 e3a68f3e3a1e07b74f1414998099d3d6bfdcf836

**Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:**

*Адаптивный спорт 3,4 семестры 2-курс*

Код, направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Адаптивное физическое воспитание
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
ПК-1.1	1. Укажите основную форму физического воспитания в вузе: <i>(выберите один правильный ответ)</i>	а) массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия; б) занятия в спортивных секциях по выбору студентов; в) учебные занятия; г) физические упражнения в течение учебного дня.	низкий
ПК-1.1 ПК-1.3	2. В каком году была создана Международная федерация – организация спорта для людей с нарушением интеллекта «Спешил Олимпикс»? <i>(выберите один правильный ответ)</i>	а) 1960; б) 1968; в) 1988. г) 2002	низкий
ПК-5.1	3. Перечислите 3 заболевания, при которых показано лечение верховой ездой. <i>(выберите один правильный ответ)</i>	а) нарушение двигательной сферы в результате параличей, полиомиелита и т. д. б) различные нарушения при климатической адаптации; в) мочекаменная болезнь; г) умственная отсталость; д) различные нарушения социальной адаптации; е) послеоперационная реабилитация.	низкий
ПК-1.1	4. В каком году была создана Международная спортивная ассоциация слепых? <i>(выберите один правильный ответ)</i>	а) 1971; б) 1981; в) 1990; г) 1924	низкий
ПК-1.3 ПК-3.2	5. Противопоказаниям	а) период обострения хронических заболеваний,	низкий

	и к назначению РЛПГ являются: (выберите один правильный ответ)	<u>онкологические</u> заболевания, бронхиальная астма; б) миопия высокой степени; в) период обострения заболеваний позвоночника; г) сахарный диабет.	
ПК-5.1	6. Укажите что не является основным направлением адаптивного спорта: (выберите один правильный ответ)	а) паралимпийское; б) специальное Олимпийское движение; в) Всемирные игры глухих. г) специальное Европейское движение	Средний
ПК-1.1	7. Активизация, поддержание и восстановление физических сил, профилактика утомления, интересное проведение досуга с инвалидами – это основные задачи (выберите один правильный ответ)	а) адаптивной двигательной рекреации; б) адаптивной физической реабилитации; в) адаптивного физического воспитания	Средний
ПК-1.1	8. По способу организации формы физической реабилитации можно разделить на _____ (вставьте пропущенный вариант ответа)	а) групповые, самостоятельные, индивидуальные б) медицинские учреждения, в санаториях, в пансионатах в) сменно-групповые, индивидуальные, поточные	Средний
ПК-1.1	9. По степени разнообразия решаемых задач собственно-тренировочные микроциклы бывают _____ (вставьте пропущенный вариант ответа)	а) объемные и интенсивные б) развивающие и поддерживающие в) избирательной и комплексной направленности	Средний
ПК-1.3 ПК-3.2	10. В международных соревнованиях используются следующие категории, в которых могут участвовать танцоры на инвалидных колясках _____	а) комбинированные танцы; отдельные пары; спортивные танцы на инвалидных колясках б) стандартные танцы; латиноамериканские танцы, шоу-танец в) комбинированные танцы; спортивные танцы на инвалидных колясках, рок-н-рольные танцы	Средний

	<i>(выберите один правильный ответ)</i>		
ПК-3.2	11. Адаптивная физическая культура- это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на _____ . К нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями <i>(вставьте пропущенный вариант ответа)</i>	а) периодизацию и аннигиляцию б) реабилитацию и адаптацию в) комплектацию и формирование	Средний
ПК-5.1	12. Функциональная проба это – ... <i>(вставьте правильный ответ)</i>	а) физическое упражнение, выполняемое под наблюдением врача; б) способ определения степени влияния на организм, какого-либо возмущающего воздействия или физической нагрузки; в) упражнение, выполняемое, для определения максимального результата, показанного конкретным спортсменом.	Средний
ПК-5.1	13. Укажите основную форму физического воспитания в вузе: перечислите <i>(выберите три правильных ответа)</i>	а) массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия; б) занятия в спортивных секциях по выбору студентов; в) учебные занятия; г) физические упражнения в течение учебного дня.	Средний
ПК-1.1	14. Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня: <i>(выберите два правильных ответа)</i>	а) упражнения на внимание; б) простые и легкие кратковременные физические упражнения разной направленности; в) быстрая длительная ходьба на свежем воздухе. г) упражнения на развитие силы мышц спины.	Средний
ПК-5.1	15. Виды спорта, развивающие преимущественно	а) керлинг; б) лыжные гонки; в) стрельба;	Средний

	<p>общую выносливость? (выберите два правильных ответа)</p>	<p>г) плавание.</p>	
ПК-1.1	<p>16. Выносливость по отношению к определенной двигательной деятельности называется - _____ (вставьте правильный ответ)</p>	<p>а) аэробной выносливостью; б) анаэробной выносливостью; в) анаэробно-аэробной выносливостью; г) специальной выносливостью.</p>	Высокий
ПК-3.2	<p>17. Методы регламентированного упражнения подразделяются на: _____ (вставьте правильный ответ)</p>	<p>а) методы обучения двигательным действиям и методы воспитания физических качеств; б) методы общей и специальной физической подготовки; в) игровой и соревновательный методы; г) повторный и интервальный методы</p>	Высокий
ПК-5.1	<p>18. Физическая подготовка – это _____ _____ _____ (вставьте правильный ответ)</p>	<p>а) воспитание морально-волевых качеств; б) овладение рациональными формами ведения соревновательной борьбы; в) развитие двигательных качеств и овладение техникой движений.</p>	Высокий
ПК-1.1 ПК-1.3	<p>19. Весь процесс обучения любому двигательному действию включает в себя _____, которые отличаются как частными задачами, так и особенностями методики: (вставьте правильный ответ)</p>	<p>а) два этапа; б) четыре этапа; в) три этапа; г) пять этапов.</p>	Высокий
ПК-3.2 ПК-5.1	<p>20. _____, как вид спорта, развивает преимущественно общую выносливость.</p>	<p>а) керлинг; б) волейбол; в) стрельба; г) плавание.</p>	Высокий

**Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:**

*Адаптивный спорт 5,6 семестры 3-курс*

Код, направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Адаптивное физическое воспитание
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Медико-биологических основ физической культуры
Выпускающая кафедра	Медико-биологических основ физической культуры

<b>Проверяемая компетенция</b>	<b>Задание</b>	<b>Варианты ответов</b>	<b>Тип сложности вопроса</b>
ПК-1.1	1. В адаптивном спорте выделяют: <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. Инвалидный, массовый, детский, юношеский, высших достижений. 2. Олимпийский, дворовый, любительский. 3. Любительский, профессиональный, массовый. 4. Смешанный	низкий
ПК-1.1 ПК-1.3	2. Спорт это: <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. Ходьба, упражнения, правильное дыхание. 2. Физические упражнения, тренировки, состязания 3. Диета, упражнения, правильное дыхание. 4. Деятельность, проводимая в соответствии с некоторыми правилами, состоящая в честном сопоставлении сил и способностей участников	низкий
ПК-5.1	3. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий, называются: <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. Скоростная способность. 2. Двигательный рефлекс. 3. Физическая возможность. 4. Талантливыми возможностями	низкий
ПК-1.1	4. Какие обстоятельства вынудили руководство олимпийским движением Советского Союза обратить внимание на развитие спорта инвалидов в стране?	1. Объявление Генеральной Ассамблеей ООН 1981 года — Международным годом инвалидов под лозунгом «Спорт для всех!». 2. Учреждение в 1982 году Международного координационного комитета по спорту инвалидов в мире. 3. Поддержка президентом МОК Хуан Антонио Самаранчем идеи	низкий

	<i>(выберите один правильный ответ)</i>	Паралимпийских игр, и объявление об их курировании Международным олимпийским комитетом. 4. Решение МОК о допуске к будущей Олимпиаде только тех стран, которые принимают участие в паралимпийском движении.	
ПК-1.3 ПК-3.2	5. Какая организация является в России ведущей структурной единицей по непосредственной практической работе в области адаптивного спорта? <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. Физкультурно-спортивный клуб инвалидов. 2. Федерация по видам адаптивного спорта. 3. Всероссийское общество инвалидов. 4. Паралимпийский комитет России.	низкий
ПК-5.1	6. Вид воспитания, специфическим содержанием которого является овладение специальными физкультурными знаниями, обучение движениям, воспитание физических качеств и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях, называется: <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. физической подготовкой; 2. физической культурой; 3. физкультурным образованием; 4 физическим воспитанием.	Средний
ПК-1.1	7. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время: <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. Спортивных игр с обилием быстрых движений. 2. Бега с препятствиями. 3. Десятиборья. 4. Ходьбы по пересеченной местности	Средний
ПК-1.1	8.Какие двигательные расстройства являются наиболее типичными и характерными для	1. Вынужденное снижение двигательной активности, сокращение объема и интенсивности двигательной деятельности, снижение энергетических затрат.	Средний

	<p>всех нозологических групп? (выберите один правильный ответ)</p>	<p>2. Ухудшение жизненно необходимых физических качеств: мышечной силы, быстроты и мощности движений, выносливости, ловкости, подвижности в суставах. 3. Нарушение координационных способностей, которые негативно отражаются на качестве движений, необходимых в учебной, трудовой, бытовой деятельности. 4. Низкий уровень развития физических качеств, нарушение координационных способностей, нарушение осанки, деформация стоп, гипокинезия.</p>	
ПК-1.1	<p>9. Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня: (выберите два правильных ответа)</p>	<p>1. упражнения на внимание; 2. простые и легкие кратковременные физические упражнения разной направленности; 3. быстрая длительная ходьба на свежем воздухе. 4. упражнения на развитие силы мышц спины. упражнения на развитие силы мышц спины.</p>	Средний
ПК-1.3 ПК-3.2	<p>10. Перечислите, к каким спортивным мероприятиям студентов спортсменов допускают без дополнительного медицинского осмотра: (выберите два правильных ответа)</p>	<p>1. к участию в массовых физкультурных мероприятиях, проводимых внутри вуза; 2. к соревнованиям по шахматам, городкам, стрельбе; 3. к соревнованиям по легкой атлетике; 4. к соревнованиям по спортивным играм.</p>	Средний
ПК-3.2	<p>11. Адаптивная физическая культура- это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на..... к нормальной социальной среде людей с</p>	<p>1. периодизацию и аннигиляцию 2. реабилитацию и адаптацию 3. комплектацию и формирование 4. развитие и акклиматизацию</p>	Средний

	ограниченными возможностями (вставьте правильный вариант ответа)		
ПК-5.1	12. Функциональная проба это – ... (вставьте правильный вариант ответа)	1. физическое упражнение, выполняемое под наблюдением врача; 2. способ определения степени влияния на организм, какого-либо возмущающего воздействия или физической нагрузки; 3. упражнение, выполняемое, для определения максимального результата, показанного конкретным спортсменом. 4. проба крови.	Средний
ПК-5.1	13. Укажите основную форму физического воспитания в вузе: перечислите (вставьте правильный вариант ответа)	1. массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия; 2. занятия в спортивных секциях по выбору студентов; 3. учебные занятия; 4. физические упражнения в течение учебного дня.	Средний
ПК-1.1	14. Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня: (перечислите правильные варианты ответа)	1. упражнения на внимание; 2. простые и легкие кратковременные физические упражнения разной направленности; 3. быстрая длительная ходьба на свежем воздухе. 4. упражнения на развитие силы мышц спины.	Средний
ПК-5.1	15. _____, развивает преимущественно общую выносливость. (вставьте пропущенный вариант ответа)	1. керлинг; 2. лыжный спорт; 3. стрельба; 4. плавание.	Средний
ПК-1.1	16. Эффект физических упражнений определяется, прежде всего _____	1. их содержанием. 2. их формой. 3. скоростью их выполнения 4. температурой воздуха	Высокий



	<i>(вставьте пропущенный вариант ответа)</i>		
ПК-3.2	17. Методы регламентированного упражнения подразделяются на: <i>(выберите два правильных ответа)</i>	1. методы обучения двигательным действиям 2. методы общей и специальной физической подготовки; 3. игровой и соревновательный методы; 4. повторный и интервальный методы 5. методы воспитания физических качеств;	Высокий
ПК-5.1	18. Основу двигательных способностей человека составляют: <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. задатки психодинамических способностей. 2. степень тренированности и выносливости мышц. 3. медицинские показания. 4. талант	Высокий
ПК-1.1 ПК-1.3	19. Техника физических упражнений это _____ _____ _____ <i>(впишите правильное определение)</i>	1. способы выполнения группы последовательных движений. 2. алгоритм действий, обеспечивающий наибольшую эффективность движения для организма. 3. четко заданный и неизменный порядок движений.	Высокий
ПК-3.2 ПК-5.1	20. Лыжный спорт и плавание, преимущественно развивают _____ <i>(впишите правильные варианты ответа)</i>	1. быстроту. 2. специальную выносливость 3. координационные способности 4. общую выносливость	Высокий