

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 06.06.2024 06:34:54
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eae4e62674b54f4998099d3d6b6d0cf836

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

Легкая атлетика

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

3 семестр

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
ОПК-10.1	1. Рассчитать общую плотность занятия при следующих параметрах: общее время занятия – 40 мин, двигательная активность – 20 мин, педагогически оправданные затраты времени – 18 мин, педагогические неоправданные - 2 мин.		Высокий
	2. Прыгун в высоту выбывает из соревнований после ? неудачных попыток выполненных подряд на одной или нескольких высотах. (числовой ответ)		Средний
	3. Установите правильную последовательность изучения видов метания: Метание мяча, Метание гранаты, Метание копья, Толкание ядра, Метание диска)		Высокий
	4. В величину нагрузки урока входят следующие показатели? (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А) объем упражнения В) интенсивность упражнения, С) длительность отдыха D) характер отдыха E) скорость ветра, F) погода	Высокий
ОПК-1.2	5. Принципы, являющиеся важными в процессе обучения двигательным действиям? (выберите несколько /3/ ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	А) сознательности активности В) доступности С) постепенности D) цикличности	Средний
	6. Отдых, после которого очередная часть нагрузки приходится на период сверх восстановления состояния отдельных функций или организма в целом называется ---- -- отдыхом. (вписать слово)	А) Жесткий В) Оптимальный С) Ординарный	Средний

	7.Первая задача, решаемая при обучению метанию диска называется? (<u>вписать слово</u>)	А) ознакомления В) разучивания С) закрепления	Низкий
	8.Зачем метатели придают вращение снаряду? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) устойчивость полета В) «вкручивание» в воздух С) экономичность	Средний
	9.выберите наиболее важную ошибку в толкании ядра, которая встречается у новичков (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) Бросок В) низкий угол вылета С) низкая горизонтальная скорость толкателя	Низкий
ОПК-10.1	10. От каких физических факторов зависит дальность полета гранаты (выберите несколько правильных /3/ ответов из заданного списка)	1.Скорость вылета 2.угол вылета 3.высота выпуска 4.скорость ветра 5.Масса тела	Высокий
	11.Нагрузкой, направленной на развитие общей выносливости, считается нагрузка на пульсе не выше? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А)120 В)140 С) 160 D)180	Средний
	12.Установите соответствие параметров измерительным приборам: 1.Динамометр 2.Калиппер 3.Спидометр 4.акселерометр 5.Анемометр (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А) Силы В) Скорости С) Ускорения D) толщина кожно-жировой Е) Скорости ветра	Средний
	13.Силу мышечного волокна определяет количество в нем? (<u>вписать слово</u>)	А) митохондрии В) Миофибриллы С) ядро D) мембрана	Средний
УК-7.2	14.При сильном попутном ветре во время соревнований угол вылета ядра нужно? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) увеличить В) уменьшить С) влияние не существенное	Средний
	15.Имеющиеся данные: длина круга – 200м, частота шагов – 2,5 ш/с, скорость пробегания – 40 сек. Посчитайте длину шагов спортсмена в соревновании (в см)		Высокий
	16.Определение порядка выступления в прыжках в длину осуществляется по.... (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) жребию В) по результатам предварительных забегов С) по решению стартера D)определяется представителями команд	Низкий
	17.Толкание ядра проводится в сектор? градусов. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) 60 В)45 С) 20 D) 34,9	Низкий
	18.Сколько фальстартов разрешается сделать в беге? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) Ни одного В) один С) Два	Низкий

		Д)Три	
	19.В случае показа одинакового результата в прыжках в длину (а также в метаниях) двумя или более спортсменами места распределяются по? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) лучшему следующему результату Б) назначается перепрыжка (дополнит. попытки) В) по жребию Г) кто раньше прыгнул (метал) Д)по силе попутного ветра	Средний
	20.При одинаковом лучшем результате в прыжках в высоту отдается первенство тому, кто? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) потратил всего меньше попыток Б) преодолел предельную высоту с меньшего количества попыток В) преодолел предельную высоту с первой попытки Г)на усмотрении главного судьи	Средний

4 семестр

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
ОПК-1.2	1.Рассчитать общую плотность занятия при следующих параметрах: общее время занятия – 40 мин, двигательная активность – 20 мин, педагогически оправданные затраты времени – 18мин, педагогические неоправданные -2 мин.		Высокий
	2.На занятиях физическими упражнениями с оздоровительной целью пульс не должен превышать ?? ударов минуту (числовой ответ)		Средний
	3.Установите правильную последовательность сенситивных периодов развития физических качеств у детей 7-16 лет (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	1.Сила абсолютная 2.Выносливость общая 3.Гибкость 4. Координация 5.Быстрота	Высокий
	4.В величину нагрузки урока входят следующие показатели? (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	Е) объем упражнения Ф) интенсивность упражнения, Г) длительность отдыха Н) характер отдыха Е) скорость ветра, Ф) погода	Высокий
ОПК-1.2	5.Принципы, являющиеся важными в процессе обучения двигательным действиям? (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	А) сознательности активности В) доступности С) постепенности D) цикличности	Средний

	6.Отдых, после которого очередная часть нагрузки приходится на период недовосстановления состояния отдельных функций или организма в целом называется ---- -- отдыхом. (вписать слово)	А) Жесткий В) Оптимальный С) Обыкновенный	Средний
	7.Первая задача, решаемая при обучении любому двигательному действию называется? (вписать слово)	А) ознакомления В) разучивания С) закрепления	Низкий
	8.Основным отличием между умением и навыком является ...? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) автоматизм выполнения В) устойчивость выполнения С) экономичность	Средний
	9.Является ли наблюдение необходимым средством формирования правильного представления о движении? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) да В) очень редко С) нет	Низкий
УК-7.2	10.В наибольшей степени считаются генетически детерминированными показатели, влияющими на спортивный результат (выберите несколько правильных ответов /3/ из заданного списка)	1.МПК 2.Мышечная композиция 3.Длина тела 4.Относительная сила 5.Масса тела	Высокий
	11.Нагрузкой, направленной на развитие общей выносливости, считается нагрузка на пульс не выше? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А)120 В)140 С) 160 D)180	Средний
	12.Установите соответствие параметров измерительным приборам: 1.Динамометр 2.Калипер 3.Спидометр 4.акселерометр 5.Анемометр (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А) Силы В) Скорости С) Ускорения D) толщина кожно-жировой E) Скорости ветра	Средний
ОПК-1.2	13.Фаза, которая характеризуется появлением первых признаков усталости, свидетельствующих о начале развития утомления называется фазой ... утомления? (вписать слово)	А) начального В) компенсированного С) декомпенсированного D)сильного	Средний
УК-7.2	14.Пульс в покое у взрослого человека должен составлять? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А) 60-75 В) 60-90 С) 70-90 D)75-90	Средний
УК-7.2	15.Имеющиеся данные: общее время занятия – 60 мин, время двигательной активности – 55мин, время простоя – 2 мин. Рассчитайте моторную плотность занятия с точностью 3 знака		Высокий
ОПК-10.1	16.Выберите нозологию, относительно которой наиболее применимо проведение занятий по легкой атлетике в сюжетной	А. Нарушение зрения Б. Нарушение слуха В. Нарушение речи	Низкий

	форме и/или с речитативами: (выберите один правильный ответ из заданного списка)	Г. Нарушение опорно-двигательного аппарата	
	17.Нозологическая группа в легкой атлетике (адаптивный спорт), включающая в себя наибольшее количество спортивно-функциональных классов, направленных на обеспечение равных возможностей атлетов на соревнованиях (выберите один правильный ответ из заданного списка):	А. Спорт глухих Б. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями (ЛИН) В. Спорт слепых Г. Спорт лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ПОДА)	Низкий
	18.Нозологии (спорт высших достижений), в которых правила проведения соревнований по легкой атлетике в метаниях и прыжках не отличаются от правил соревнований здоровых спортсменов? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями Б. Спорт глухих В. Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата Г. Спорт глухих и спорт лиц с интеллектуальными нарушениями	Низкий
	19.Спортсменам, которым официально разрешено пользоваться помощником (лидером) непосредственно во время проведения соревнований по легкой атлетике: (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Спортсменам с интеллектуальными нарушениями Б. Слепым спортсменам В. Спортсменам-колясочникам Г. Глухим спортсменам	Низкий
	20.Существующие отличия в проведении соревнований по легкой атлетике в спорте глухих? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Есть правила подачи стартового сигнала, связанного со зрительной реакцией Б. Есть правила подачи стартового сигнала, связанного со зрительной реакцией; в зонах регистрации судьи обязаны найти спортсмена и привести в зону ожидания («коул-рум») В. Есть правила подачи стартового сигнала, связанного со зрительной реакцией, вес снарядов для метаний облегчен Г. Есть правила подачи стартового сигнала, связанного со зрительной реакцией; разрешен один фальстарт.	Средний