

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 06.06.2024 09:24:46
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998b5e2e1e

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

Внутрипредметные факторы в оздоровительной и адаптивной

физической культуре, 3 семестр

Код, направление подготовки	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Физическая реабилитация и оздоровление в адаптивном физическом воспитании и спорте
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-3.2 ПК-4.1	Наиболее корректным и физиологически обоснованным методом изменения функционального состояния организма занимающегося является.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Симптоматическое лечение на основе анамнеза Б. Лечение с помощью адекватных медикаментозных препаратов на основе натуральных органических веществ В. Управляющее воздействие с учетом входных данных и результата Г. Консервативное воздействие	Низкий
ПК-4.1	Основными средствами физической реабилитации являются.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. физические упражнения и естественные факторы природы Б. физические упражнения и массаж В. физические упражнения и спортивные игры Г. физические упражнения, прогулки и туризм	Низкий
ПК-3.2	Продуктом деятельности в адаптивном физическом воспитании является.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. оздоровительный и образовательный эффект от занятий физическими упражнениями Б. достижение и поддержание среднего уровня спортивных результатов В. физически, психически и духовно развитая (здоровая) личность Г. качества личности, сформированные в процессе	Низкий

		занятий физическими упражнениями	
ПК-3.1 ПК-5.1	Поиск новых методик по повышению эффективности тренировочной и соревновательной деятельности в адаптивной физической культуре и адаптивном спорте рекомендуется проводить.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. наукометрических базах данных Б. методических рекомендациях В. инструкциях Г. справочниках	Низкий
ПК-4.1	Можно ли использовать массаж для управления предстартовыми реакциями.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. можно, если спортсмен к нему привык Б. можно В. нельзя Г. массаж используют только для целей реабилитации и восстановления Д. можно только некоторые виды массажа	Низкий
ПК-3.2 ПК-4.1	Организованное целостное двигательное действие, регулярно выполняемое с целью развития физических качеств и совершенствования физической подготовленности называется (<u>вписать слово</u>)		Средний
ПК-4.1	Общее влияние массажа на организм связано с тем, что происходит.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Механическое раздражение кожи Б. Механическое раздражение фасций, связок, надкостницы В. Механическое раздражение мышц Г. Опосредованное изменение функционального состояния организма через возникающие рефлекторные реакции	Средний
ПК-3.1 ПК-4.1 ПК-5.1	Тестирование на тредмиле с повышением скорости движения дорожки в течение 12 минут предусмотрено протоколом.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. Bruce Б. Naughton В. и тем, и другим Г. ни тем, ни другим	Средний
ПК-3.1 ПК-4.1	Метод коррекции нарушений в процессе физической реабилитации представляет собой.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. симптоматическое лечение на основе истории болезни Б. комплекс лечебно-профилактических мероприятий, применяемых	Средний

		<p>для полного или частичного устранения анатомо-функциональной недостаточности какой-либо функциональной системы организма</p> <p>В. комплекс лечебно-профилактических мероприятий, применяемых для полного или частичного устранения очага патологии</p> <p>Г. однократное воздействие на основе дидактических принципов</p>	
<p>ПК-3.1 ПК-4.1 ПК-5.1</p>	<p>Инновация в области физической реабилитации – это.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. следствие инновационной деятельности</p> <p>Б. нововведение, которое обеспечивает качественный рост эффективности реабилитационных процессов</p> <p>В. нововведение, которое обеспечивает качественный рост эффективности реабилитационных процессов, востребованные в области физической культуры и спорта</p>	<p>Средний</p>
<p>ПК-3.2</p>	<p>Основу психических механизмов идеомоторной тренировки образуют.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. микрореакции нервно-мышечной системы на представление движения, идентичные реальным реакциям</p> <p>Б. микрореакции нервно-мышечной системы на практические движения, идентичные воображаемым</p> <p>В. многократное представление осваиваемого движения, идентичное реальным движениям</p> <p>Г. многократное выполнение осваиваемого движения, идентичное воображаемым движениям</p>	<p>Средний</p>
<p>ПК-3.2</p>	<p>В каких видах спорта особенно снижается работоспособность при смене часовых поясов.. (вписать слово)</p>		<p>Средний</p>
<p>ПК-3.1 ПК-5.1</p>	<p>Какие методы повышения работоспособности запрещены в спорте.. (выберите несколько ответов)</p>	<p>А. кровяной допинг</p> <p>Б. использование методов, которые меняют целостность или достоверность проб</p>	<p>Средний</p>

	из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	В. электростимуляция Г. гипербарическая оксигенация	
ПК-3.1 ПК-3.2	Установите соответствие для тестов характеризующих состояние физиологических систем организма спортсмена	1. центральная нервная система - ? 2. кардиореспираторная система – ? 3. мышечная система – ? А. тесты на выносливость Б. координационные тесты В. двигательные тесты	Средний
ПК-3.2 ПК-4.1	Произведите расчет по формуле $PWC_{150} = W_1 + (W_2 - W_1) \times (F - f_1) / (f_2 - f_1)$ и определите величину физической работоспособности спортсмена.. (вычисляемый) Известно, что W_1 – 480 кгм /мин, W_2 – 780 кгм /мин, F – 161 уд/мин, f_1 – 120 уд/мин, f_2 – 150 уд/мин Итоговое значение округляем до целого значения!		Средний
ПК-3.2 ПК-4.1	Какие показатели медико-биологического контроля используют непосредственно в процессе спортивной тренировки.. (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. внешние признаки утомления Б. ЧСС уд/мин В. показатели биохимического состава крови Г. жизненная емкость легких Д. антропометрические показатели Е. генетические маркеры	Высокий
ПК-3.2	Перечислите мероприятия, необходимые для эффективной подготовки спортсмена к физической нагрузке в условиях низких температур.. (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. применение эффективных вариантов разминки Б. использование соответствующей одежды В. рациональное планирование нагрузки Г. контроль за температурой тела, кожи, реакциями сердечно-сосудистой системы Д. потребление горячего питья Е. потребление низкокалорийной пищи	Высокий
ПК-4.1	Учитывая анатомо-физиологические, механические и другие особенности классического	А. сотрясающие приемы Б. растирание В. разминание Г. ударные приемы	Высокий

	<p>ручного массаж, после болезни или травмы функции организма человека, необходимо выполнять приемы в следующей последовательности.. (Расположите перемешанные элементы в правильном порядке А, ..., Ж)</p>	<p>Д. поглаживание Е. выжимание Ж. пассивные движения</p>	
<p>ПК-3.1 ПК-3.2</p>	<p>Какие виды упражнений используются в кардиотренировках для лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов).. (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)</p>	<p>А. упражнения умеренной зоны мощности, которые задействуют большинство мышц нашего организма Б. в ходе выполнения которых, организм потребляет большое количество кислорода В. упражнения силового характера, направленные на совершенствование гармоничности телосложения Г. упражнения, способствующие снижению стресса, снятию мышечного напряжения</p>	<p>Высокий</p>
<p>ПК-3.2 ПК-4.1</p>	<p>Определите верную последовательность схемы системы мониторинга физического состояния человека (Расположите перемешанные элементы в правильном порядке А, ..., Ж)</p>	<p>Ж. предоставление результатов мониторинга А. определение характеристик объектов Г. сбор и обработка первичной информации В. выбор объектов мониторинга Б. определение целей мониторинга Д. аналитическая обработка информации Е. формирование баз данных</p>	<p>Высокий</p>