

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 16.06.2026 08:32:17
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6b1cc099

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

4,6,7 семестр

Код, направление подготовки	49.03.04 СПОРТ
Направленность (профиль)	Теория и методика спортивной тренировки
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	теории физической культуры
Выпускающая кафедра	Теории физической культуры

4 семестр

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	1.Правомерно ли рассматривать ФК и С, как вид общественно-полезной деятельности? Да – Нет. <i>(выберите один вариант ответа и представьте обоснование)</i>	Да. Способствует повышению уровня здоровья, продлевает жизнь, что увеличивает производительность труда населения Нет. Потому, что сфера ФК и С является одним направлений развития экономики страны	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	2.На реализацию задач физического обучения направлены такие виды двигательных действий: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) физические упражнения б) физические нагрузки в) физические мотивации	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	3.Источник возникновения и развития теории физической культуры и спорта: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) учение о духовном воспитании личности б) учение о гармоничном воспитании личности в) учение о психологическом воспитании личности	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	4.Интеллектуальное образование – знание закономерностей функционирования и развития организма в процессе тренировки, так ли это: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) да б) нет в) отчасти	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	5.Какое название носит часть физической культуры, организованный процесс направленного применения накопленных поколениями достижений для физического	а) физическое воспитание б) физическая подготовка в) спорт	Низкий

	совершенствования человека и укрепления здоровья: <i>(выберите вариант ответа)</i>		
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	6.Между подготовкой и подготовленностью существует такое отличие: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) подготовка – результат, подготовленность – процесс б) различий нет в) подготовка – процесс, подготовленность – результат	Средний
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	7.Как называется способность выполнять действия, акцентируя внимание на условиях и результате действия, а не на отдельных движениях : <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) двигательное умение б) двигательная мотивация в) двигательный навык	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	8.Профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой: <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех систем организма б) специально направленное и избирательное использование средств физической культуры и спорта для подготовки человека к определенной профессиональной деятельности в) тип социальной практики физического воспитания, включающий теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни г) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	9.Термин рекреация означает: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) постепенное приспособление организма к нагрузкам б) состояние расслабленности, возникающее у человека после чрезмерного физического, эмоционального и/или умственного напряжения в) отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий и соревнований г) психотерапию, применяемую индивидом к самому себе	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	10.Основными видами физической рекреации являются: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) туризм, пешие и лыжные прогулки, купание б) аэробика и шейпинг в) атлетическая гимнастика и стретчинг г) велоаэробика, легкая атлетика, гимнастические упражнения	Средний

УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	11.Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня: <i>(выберите один вариант 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
ОПК-1.1 ОПК-1.3	12.Физическая подготовка — это: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) процесс развития физических качеств и овладения движениями б) результат изменения морфологических и функциональных показателей развития человека, достигнутый в результате занятий физическими упражнениями в) это процесс совершенствования физических качеств и формирования тех двигательных умений и навыков, которые отвечают специфике избранного вида спорта или выбранной профессии г) целенаправленное воздействие на развитие физических качеств человека посредством нормированных физических нагрузок	Средний
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	13.Процесс совершенствования физических качеств и формирования жизненно необходимых двигательных умений и навыков, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека, называется: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) физическим развитием б) специальной физической подготовкой в) физической подготовленностью г) общей физической подготовкой	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	14.Функциональные системы организма – это: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) совокупность органов, выполняющих общую для них функцию б) совокупность органов, сходных по своему строению, функции и развитию в) функциональное объединение органов, различного строения и месторасположения в организме	Средний
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	15.Влияние занятий физическими упражнениями на кровеносную систему заключается в: <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) общем сужении кровеносных сосудов б) повышении эластичности стенок кровеносных сосудов в) увеличении числа эритроцитов и гемоглобина в них	Средний

УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	16.Гомеостаз – это: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) устойчивость организма к воздействию различных повреждающих факторов б) постоянство внутренней среды организма в) приспособление функций организма к изменяющимся условиям окружающей среды	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	17.У людей, физически тренированных при физической нагрузке усиление работы сердца происходит преимущественно за счет: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) увеличения систолического объема б) резкого учащения сердечных сокращений в) уменьшения минутного объема	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	18.Среднее значение пульса в покое у мужчин, не занимающихся физическими упражнениями, составляет: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) 50-70 уд/мин б) 70-80 уд/мин в) 75-85 уд/мин	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	19.Среднее значение пульса в покое у женщин, не занимающихся физическими упражнениями, составляет:	а) 50-60 уд/мин б) 60-70 уд/мин в) 75- 85 уд/мин	Высокий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	20.Причинами гипоксии может быть (кислородное голодание): <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) гиподинамия (физическая детренированность) б) высокий показатель МПК в) загрязнение воздуха, подъем на высоту	Высокий

6 семестр

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	1.Количество задач и направлений, которые решает профессионально прикладная физическая подготовка <i>(выберите один вариант ответа и представьте обоснование)</i>	Четыре: овладение необходимыми прикладными знаниями, освоение прикладных умений и навыков, развитие прикладных физических и психических качеств, развитие прикладных специальных качеств Три: прикладные физические знания, прикладные физические умения и прикладные физические навыки	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	2.Основными средствами ППФП являются физические упражнения: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) гимнастические упражнения, упражнения массовых видов спорта, специальные упражнения на тренажерах и других устройствах б) любые физические упражнения, упражнения из разделов видов спорта, специальные	Низкий

		упражнения на тренажерах и других видах оборудования в) упражнения носящие прикладной характер, физкультурно-спортивные упражнения, специальные упражнения на тренажерах и других устройствах	
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	3.Педагогический контроль в ППФП <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) Проверка и оценка специальной физической подготовленности – обязательные условия осуществления прикладной подготовки. На ее первоначальном этапе выделяется исходный уровень развития профессионально важных качеств и навыков у обучаемых. б) Проверка и оценка общей физической подготовленности – обязательные условия осуществления прикладной подготовки. На ее первоначальном этапе выделяется исходный уровень развития профессионально важных качеств и навыков у обучаемых. в) Проверка и оценка общей и специальной физической подготовленности – обязательные условия осуществления прикладной подготовки. На ее первоначальном этапе выделяется исходный уровень развития профессионально важных качеств и навыков у обучаемых.	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	4.Прикладные знания дают следующее <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) обеспечивают безопасность в быту б) имеют непосредственную связь с будущей профессиональной деятельностью в) составляют обширный перечень необходимых для каждой профессиональной группы прикладных физических и психических качеств г) создают базу для получения новых знаний	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	5.Целью производственной физической культуры является: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) способствовать укреплению здоровья и повышению эффективности труда б) способствовать улучшению настроения в) способствовать укреплению морального духа г) способствовать укреплению физической подготовки рабочего коллектива.	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	6.Задачи ППФК: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) направленное развитие профессионально важных физических качеств, психических качеств и свойств личности; воспитание специальных качеств, способствующих повышению устойчивости организма к воздействию факторов специфических условий трудовой деятельности: холоду и жаре, гипоксии и др. б) развитие профессионально важных физических качеств, психических качеств и свойств личности; воспитание специальных качеств, способствующих повышению устойчивости организма к воздействию факторов специфических условий трудовой деятельности: холоду и жаре, гипоксии и др. в) направленное воспитание специальных качеств, способствующих повышению устойчивости организма к воздействию факторов специфических условий трудовой деятельности: холоду и жаре, гипоксии и др., а также развитие профессионально важных физических	Средний

		х качеств, психических качеств и свойств личности	
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	7.Профессионально прикладная физическая культура включает следующее <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) прикладные физкультурно-спортивные упражнения, рекреационно-оздоровительные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные средства, обеспечивающие рационализацию и качество учебного процесса ... б) прикладные физические упражнения и отдельные элементы из различных видов спорта, целостное применение прикладных видов спорта, рекреационные мероприятия, теоретико-методологические средства, обеспечивающие рационализацию и качество учебного процесса ... в) прикладные физические упражнения и отдельные элементы из различных видов спорта, целостное применение прикладных видов спорта, оздоровительные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные средства, обеспечивающие рационализацию и качество учебного процесса ...	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	8.Профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой: <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех систем организма б) специально направленное и избирательное использование средств физической культуры и спорта для подготовки человека к определенной профессиональной деятельности в) тип социальной практики физического воспитания, включающий теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни г) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	9.Термин рекреация означает: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) постепенное приспособление организма к нагрузкам б) состояние расслабленности, возникающее у человека после чрезмерного физического, эмоционального и/или умственного напряжения в) отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий и соревнований г) психотерапию, применяемую индивидом к самому себе	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	10.Основными видами физической рекреации являются:	а) туризм, пешие и лыжные прогулки, купание б) аэробика и шейпинг в) атлетическая гимнастика и стретчинг г) велоаэробика, легкая атлетика, гимнастические упражнения	Средний

	<i>(выберите один вариант ответа)</i>		
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	11.Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня: <i>(выберите один вариант 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
ОПК-1.1 ОПК-1.3	12.Физическая подготовка — это: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) процесс развития физических качеств и овладения движениями б) результат изменения морфологических и функциональных показателей развития человека, достигнутый в результате занятий физическими упражнениями в) это процесс совершенствования физических качеств и формирования тех двигательных умений и навыков, которые отвечают специфике избранного вида спорта или выбранной профессии г) целенаправленное воздействие на развитие физических качеств человека посредством нормированных физических нагрузок	Средний
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	13.Процесс совершенствования физических качеств и формирования жизненно необходимых двигательных умений и навыков, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека, называется: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) физическим развитием б) специальной физической подготовкой в) физической подготовленностью г) общей физической подготовкой	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	14.Функциональные системы организма – это: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) совокупность органов, выполняющих общую для них функцию б) совокупность органов, сходных по своему строению, функции и развитию в) функциональное объединение органов, различного строения и месторасположения в организме	Средний
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	15.Влияние занятий физическими упражнениями на кровеносную систему заключается в: <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) общем сужении кровеносных сосудов б) повышении эластичности стенок кровеносных сосудов в) увеличении числа эритроцитов и гемоглобина в них	Средний

УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	16.Гомеостаз – это: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) устойчивость организма к воздействию различных повреждающих факторов б) постоянство внутренней среды организма в) приспособление функций организма к изменяющимся условиям окружающей среды	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	17.У людей, физически тренированных при физической нагрузке усиление работы сердца происходит преимущественно за счет: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) увеличения систолического объема б) резкого учащения сердечных сокращений в) уменьшения минутного объема	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	18.Среднее значение пульса в покое у мужчин, не занимающихся физическими упражнениями, составляет: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) 50-70 уд/мин б) 70-80 уд/мин в) 75-85 уд/мин	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	19.Среднее значение пульса в покое у женщин, не занимающихся физическими упражнениями, составляет: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) 50-60 уд/мин б) 60-70 уд/мин в) 75- 85 уд/мин	Высокий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	20.Причинами гипоксии может быть (кислородное голодание):	а) гиподинамия (физическая детренированность) б) высокий показатель МПК в) загрязнение воздуха, подъем на высоту	Высокий

7 семестр

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	1.Верно ли, что физическая культура и профессиональная трудовая деятельность тесно взаимосвязаны друг с другом? <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) да б) нет	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	2.Попутная тренировка – это:	а) выполнение физических упражнений на ходу б) выполнение физических упражнений парами в) неорганизованное индивидуальное действие, направленное на повышение двигательной	Низкий

	<i>(выберите вариант ответа)</i>	активности без существенных затрат дополнительного времени г) организованная тренировка группой людей, направленная на активное взаимодействие.	
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	3.Педагогический контроль в ППФП <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) Проверка и оценка специальной физической подготовленности – обязательные условия осуществления прикладной подготовки. На ее первоначальном этапе выделяется исходный уровень развития профессионально важных качеств и навыков у обучаемых. б) Проверка и оценка общей физической подготовленности – обязательные условия осуществления прикладной подготовки. На ее первоначальном этапе выделяется исходный уровень развития профессионально важных качеств и навыков у обучаемых. в) Проверка и оценка общей и специальной физической подготовленности – обязательные условия осуществления прикладной подготовки. На ее первоначальном этапе выделяется исходный уровень развития профессионально важных качеств и навыков у обучаемых.	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	4.Прикладные знания дают следующее: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) обеспечивают безопасность в быту б) имеют непосредственную связь с будущей профессиональной деятельностью в) составляют обширный перечень необходимых для каждой профессиональной группы прикладных физических и психических качеств г) создают базу для получения новых знаний	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	5.Целью производственной физической культуры является: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) способствовать укреплению здоровья и повышению эффективности труда б) способствовать улучшению настроения в) способствовать укреплению морального духа г) способствовать укреплению физической подготовки рабочего коллектива.	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	6.Задачи ППФК: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) направленное развитие профессионально важных физических качеств, психических качеств и свойств личности; воспитание специальных качеств, способствующих повышению устойчивости организма к воздействию факторов специфических условий трудовой деятельности: холоду и жаре, гипоксии и др. б) развитие профессионально важных физических качеств, психических качеств и свойств личности; воспитание специальных качеств, способствующих повышению устойчивости организма к воздействию факторов специфических условий трудовой деятельности: холоду и жаре, гипоксии и др. в) направленное воспитание специальных качеств, способствующих повышению устойчивости организма к воздействию факторов специфических условий трудовой деятельности: холоду и жаре, гипоксии и др., а также развитие профессионально важных физических	Средний

		х качеств, психических качеств и свойств личности	
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	7.Профессионально прикладная физическая культура включает следующее: <i>(выберите вариант ответа)</i>	а) прикладные физкультурно-спортивные упражнения, рекреационно-оздоровительные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные средства, обеспечивающие рационализацию и качество учебного процесса ... б) прикладные физические упражнения и отдельные элементы из различных видов спорта, целостное применение прикладных видов спорта, рекреационные мероприятия, теоретико-методологические средства, обеспечивающие рационализацию и качество учебного процесса ... в) прикладные физические упражнения и отдельные элементы из различных видов спорта, целостное применение прикладных видов спорта, оздоровительные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные средства, обеспечивающие рационализацию и качество учебного процесса ...	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	8.Профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой: <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех систем организма б) специально направленное и избирательное использование средств физической культуры и спорта для подготовки человека к определенной профессиональной деятельности в) тип социальной практики физического воспитания, включающий теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни г) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	9.Термин рекреация означает: <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) постепенное приспособление организма к нагрузкам б) состояние расслабленности, возникающее у человека после чрезмерного физического, эмоционального и/или умственного напряжения	Средний

		<p>в) отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий и соревнований</p> <p>г) психотерапию, применяемую индивидом к самому себе</p>	
ОПК-1.1 ОПК-1.3	<p>10.Основными видами физической рекреации являются:</p> <p><i>(выберите один вариант ответа)</i></p>	<p>а) туризм, пешие и лыжные прогулки, купание</p> <p>б) аэробика и шейпинг</p> <p>в) атлетическая гимнастика и стретчинг</p> <p>г) велоаэробика, легкая атлетика, гимнастические упражнения</p>	Средний
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	<p>11.Какие физические упражнения, наиболее эффективны для повышения умственной работоспособности и профилактики переутомления в течение учебного (трудового) дня:</p> <p><i>(выберите один вариант ответа)</i></p>	<p>а) упражнения на внимание</p> <p>б) простые и легкие кратковременные физические упражнения разной направленности</p> <p>в) быстрая длительная ходьба на свежем воздухе</p> <p>г) упражнения на развитие силы мышц спины</p>	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	<p>12.Физическая подготовка — это:</p> <p><i>(выберите один вариант ответа)</i></p>	<p>а) процесс развития физических качеств и овладения движениями</p> <p>б) результат изменения морфологических и функциональных показателей развития человека, достигнутый в результате занятий физическими упражнениями</p> <p>в) это процесс совершенствования физических качеств и формирования тех двигательных умений и навыков, которые отвечают специфике избранного вида спорта или выбранной профессии</p> <p>г) целенаправленное воздействие на развитие физических качеств человека посредством нормированных физических нагрузок</p>	Средний
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	<p>13.Процесс совершенствования физических качеств и формирования жизненно необходимых двигательных умений и навыков, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека, называется:</p> <p><i>(выберите один вариант ответа)</i></p>	<p>а) физическим развитием</p> <p>б) специальной физической подготовкой</p> <p>в) физической подготовленностью</p> <p>г) общей физической подготовкой</p>	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.3	<p>14.Функциональные системы организма – это:</p> <p><i>(выберите один вариант ответа)</i></p>	<p>а) совокупность органов, выполняющих общую для них функцию</p> <p>б) совокупность органов, сходных по своему строению, функции и развитию</p>	Средний

		в) функциональное объединение органов, различного строения и месторасположения в организме	
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	15.Влияние занятий физическими упражнениями на кровеносную систему заключается в: <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) общем сужении кровеносных сосудов б) повышении эластичности стенок кровеносных сосудов в) увеличении числа эритроцитов и гемоглобина в них	Средний
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	16.Задачи ППФП <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) улучшение условий труда б) обеспечение высокого уровня профессиональной работоспособности в) формирование знаний техники безопасности на предприятии г) формирование профессионально важных психофизических качеств	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	17.Прикладные качества – составляющие ППФП <i>(выберите один вариант ответа)</i>	а) прикладные психофизические качества б) прикладные специальные качества в) прикладные физические качества г) прикладные социальные качества	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	18.Требования, которые необходимо учитывать при составлении индивидуального комплекса «зарядки» <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) комплекс зарядки не следует обновлять б) упражнения должны соответствовать функциональным возможностям организма в) упражнения должны выполняться в определенной последовательности г) нагрузка должна постепенно возрастать с некоторым повышением к концу зарядки.	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.3	19.Факторы общей физической подготовки, влияющие на успех профессиональной деятельности <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) состояние здоровья б) степень физической тренированности в) знание техники безопасности в процессе работы г) адаптация к условиям труда	Высокий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	20.Функции ППФК <i>(выберите несколько вариантов ответов)</i>	а) социальная функция б) коммуникативная функция в) специфическая функция г) когнитивная функция	Высокий