

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 16.06.2026 08:30:00
 Уникальный программный ключ:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6b1c09e

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ

КУЛЬТУРА

4,6,7 семестр, 2,3,4 курс

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

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. (выберите один вариант ответа и представьте обоснование)	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: (выберите вариант ответа)	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: (выберите вариант ответа)	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: (выберите вариант ответа)	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

	<p>совершенствования человека и укрепления здоровья:</p> <p>(выберите вариант ответа)</p>		
<p>УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3</p>	<p>6.Между подготовкой и подготовленностью существует такое отличие:</p> <p>(выберите вариант ответа)</p>	<p>а) подготовка – результат, подготовленность – процесс б) различий нет в) подготовка – процесс, подготовленность – результат</p>	Средний
<p>УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3</p>	<p>7.Как называется способность выполнять действия, акцентируя внимание на условиях и результате действия, а не на отдельных движениях:</p> <p>(выберите вариант ответа)</p>	<p>а) двигательное умение б) двигательная мотивация в) двигательный навык</p>	Средний
<p>ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3</p>	<p>8.Профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой:</p> <p>(выберите несколько вариантов ответов)</p>	<p>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</p>	Средний
<p>ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3</p>	<p>9.Термин рекреация означает:</p> <p>(выберите один вариант ответа)</p>	<p>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</p>	Средний
<p>ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3</p>	<p>10.Основными видами физической рекреации являются:</p> <p>(выберите один вариант ответа)</p>	<p>а) туризм, пешие и лыжные прогулки, купание б) аэробика и шейпинг в) атлетическая гимнастика и стретчинг г) велоаэробика, легкая атлетика, гимнастические упражнения</p>	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: (выберите один вариант ответа)	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-1.2 ОПК-1.3	12.Физическая подготовка — это: (выберите один вариант ответа)	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: (выберите один вариант ответа)	а) физическим развитием б) специальной физической подготовкой в) физической подготовленностью г) общей физической подготовкой	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	14.Функциональные системы организма – это: (выберите один вариант ответа)	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: (выберите несколько вариантов ответов)	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: (выберите один вариант ответа)	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-1.2 ОПК-1.3	17.У людей, физически тренированных при физической нагрузке усиление работы сердца происходит преимущественно за счет: (выберите один вариант ответа)	а) увеличения систолического объема б) резкого учащения сердечных сокращений в) уменьшения минутного объема	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	18.Среднее значение пульса в покое у мужчин, не занимающихся физическими упражнениями, составляет: (выберите один вариант ответа)	а) 50-70 уд/мин б) 70-80 уд/мин в) 75-85 уд/мин	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	19.Среднее значение пульса в покое у женщин, не занимающихся физическими упражнениями, составляет: (выберите один вариант ответа)	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): (выберите несколько вариантов ответов)	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 (выберите один вариант ответа и представьте обоснование)	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	а) гимнастические упражнения, упражнения массовых видов спорта, специальные	Низкий

	упражнения: (выберите вариант ответа)	упражнения на тренажерах и других устройствах б) любые физические упражнения, упражнения из разделов видов спорта, специальные 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 (выберите вариант ответа)	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 (выберите вариант ответа)	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: (выберите вариант ответа)	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: (выберите вариант ответа)	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	Средний

		<p>деятельности: холоду и жаре, гипоксии и др., а также развитие профессионально важных физических качеств, психических качеств и свойств личности</p>	
<p>УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3</p>	<p>7.Профессионально прикладная физическая культура включает следующее</p> <p>(выберите вариант ответа)</p>	<p>а) прикладные физкультурно-спортивные упражнения, рекреационно-оздоровительные силы природы и гигиенические факторы, вспомогательные средства, обеспечивающие рационализацию и качество учебного процесса ...</p> <p>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 ...</p> <p>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 ...</p>	Средний
<p>ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3</p>	<p>8.Профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой:</p> <p>(выберите несколько вариантов ответов)</p>	<p>а) педагогический процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех систем организма</p> <p>б) специально направленное и избирательное использование средств физической культуры и спорта для подготовки человека к определенной профессиональной деятельности</p> <p>в) тип социальной практики физического воспитания, включающий теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни</p> <p>г) процесс воспитания физических качеств и овладения жизненно важными движениями</p>	Средний
<p>ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3</p>	<p>9.Термин рекреация означает:</p> <p>(выберите один вариант ответа)</p>	<p>а) постепенное приспособление организма к нагрузкам</p> <p>б) состояние расслабленности, возникающее у человека после чрезмерного физического, эмоционального и/или умственного напряжения</p> <p>в) отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий и соревнований</p> <p>г) психотерапию, применяемую индивидом к самому себе</p>	Средний

ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	10.Основными видами физической рекреации являются: (выберите один вариант ответа)	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: (выберите один вариант ответа)	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-1.2 ОПК-1.3	12.Физическая подготовка — это: (выберите один вариант ответа)	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: (выберите один вариант ответа)	а) физическим развитием б) специальной физической подготовкой в) физической подготовленностью г) общей физической подготовкой	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	14.Функциональные системы организма – это: (выберите один вариант ответа)	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	а) общем сужении кровеносных сосудов	Средний

	на кровеносную систему заключается в: (выберите несколько вариантов ответов)	б) повышении эластичности стенок кровеносных сосудов в) увеличении числа эритроцитов и гемоглобина в них	
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	16.Гомеостаз – это: (выберите один вариант ответа)	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-1.2 ОПК-1.3	17.У людей, физически тренированных при физической нагрузке усиление работы сердца происходит преимущественно за счет: (выберите один вариант ответа)	а) увеличения систолического объема б) резкого учащения сердечных сокращений в) уменьшения минутного объема	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	18.Среднее значение пульса в покое у мужчин, не занимающихся физическими упражнениями, составляет: (выберите один вариант ответа)	а) 50-70 уд/мин б) 70-80 уд/мин в) 75-85 уд/мин	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	19.Среднее значение пульса в покое у женщин, не занимающихся физическими упражнениями, составляет: (выберите один вариант ответа)	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): (выберите несколько вариантов ответов)	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? (выберите один вариант ответа)	а) да б) нет	Низкий

УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	2.Попутная тренировка – это: (выберите вариант ответа)	а) выполнение физических упражнений на ходу б) выполнение физических упражнений парами в) неорганизованное индивидуальное действие, направленное на повышение двигательной активности без существенных затрат дополнительного времени г) организованная тренировка группой людей, направленная на активное взаимодействие.	Низкий
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	3.Педагогический контроль в ППФП (выберите вариант ответа)	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 (выберите вариант ответа)	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: (выберите вариант ответа)	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: (выберите вариант ответа)	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	Средний

		деятельности: холоду и жаре, гипоксии и др., а также развитие профессионально важных физических качеств, психических качеств и свойств личности	
УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	7.Профессионально прикладная физическая культура включает следующее (выберите вариант ответа)	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-1.2 ОПК-1.3	8.Профессионально-прикладная физическая подготовка представляет собой: (выберите несколько вариантов ответов)	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-1.2 ОПК-1.3	9.Термин рекреация означает: (выберите один вариант ответа)	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-1.2 ОПК-1.3	10.Основными видами физической рекреации являются: (выберите один вариант ответа)	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: (выберите один вариант ответа)	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-1.2 ОПК-1.3	12.Физическая подготовка — это: (выберите один вариант ответа)	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: (выберите один вариант ответа)	а) физическим развитием б) специальной физической подготовкой в) физической подготовленностью г) общей физической подготовкой	Средний
ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	14.Функциональные системы организма – это: (выберите один вариант ответа)	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: (выберите несколько вариантов ответов)	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 (выберите несколько вариантов ответов)	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-1.2 ОПК-1.3	17.Прикладные качества – составляющие ППФП (выберите один вариант ответа)	а) прикладные психофизические качества б) прикладные специальные качества в) прикладные физические качества г) прикладные социальные качества	Высокий
ОПК-1.1 ОПК-1.2 ОПК-1.3	18.Требования, которые необходимо учитывать при составлении индивидуального комплекса «зарядки» (выберите несколько вариантов ответов)	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-1.2 ОПК-1.3	19.Факторы общей физической подготовки, влияющие на успех профессиональной деятельности (выберите несколько вариантов ответов)	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 (выберите несколько вариантов ответов)	а) социальная функция б) коммуникативная функция в) специфическая функция г) когнитивная функция	Высокий