

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович
 Должность: ректор
 Дата подписания: 16.06.2026 08:32:29
 Уникальный программный идентификатор:
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

Теория спорта, 6 семестр – 3 курс

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

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
ОПК-1.1 ПК-1.1 ПК-1.2	Спортивная тренировка – это _____ (выберите один правильный ответ)	1. процесс целесообразного использования всей совокупности факторов, позволяющих направленно воздействовать на развитие спортсмена; 2. подготовка, системно построенная с помощью методов упражнения и представляющая педагогически организованный процесс управления развитием спортсмена; 3. основная форма, способ осуществления, обеспечения необходимой степени готовности спортсмена к спортивным достижениям; 4. процесс изменения естественных морфо - функциональных свойств организма.	Низкий
ПК-1.2	К специфическим принципам спортивной тренировки не относится принцип _____ (выберите один правильный ответ)	1. волнообразности и вариативности нагрузки; 2. цикличности процесса подготовки; 3. наглядности процесса подготовки; 4. направленности к высшим достижениям.	Низкий
ОПК-2.1 ОПК-9.1	По Ю.К. Гавердовскому не относится к дидактическим принципам, _____ (выберите один правильный ответ)	1. управляемости и подконтрольности; 2. целесообразности и практичности; 3. методического динамизма; 4. единства постепенности и тенденции к максимальным нагрузкам.	Низкий
ОПК-8.1	Виды спорта по	1. 6;	Низкий

	особенностям предмета состязания и характеру двигательной активности спортсмена подразделяются на ___ групп (ы) <i>(выберите один правильный ответ)</i>	2. 5; 3. 4; 4. 3.	
ОПК-9.1 ОПК-9.2	Основных типов микроциклов _____ <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. 2; 2. 3; 3. 4; 4. 5.	Низкий
ПК-1.1	Каждое отдельное тренировочное занятие связано с последующим через _____ эффект <i>(выберите один правильный ответ)</i>	1. срочный тренировочный; 2. ближайший тренировочный; 3. последовательный тренировочный; 4. кумулятивный тренировочный.	Средний
ПК-1.2 ОПК-9.2	Ценность спортивных достижений заключается в том, что они: _____ <i>(выберите несколько правильных ответов)</i>	1. отражают эффективность системы спортивной подготовки; 2. размах спортивного движения; 3. отражают успехи человека в совершенствовании своих способностей; 4. общие социальные условия его развития.	Средний
ПК-1.2 ПК-1.1 ОПК-9.2	Выделение частей в тренировочном занятии вызвано _____ <i>(выберите несколько правильных ответов)</i>	1. решением конкретных задач, характерных для каждой части; 2. размещением упражнений различной направленности; 3. объективной логикой реализации тренировочных задач; 4. закономерностями динамики работоспособности.	Средний
ОПК-1.1 ПК-8.1 ПК-8.2	Пономарев выделяет в сфере спорта несколько групп функций: _____ <i>(выберите несколько правильных ответов)</i>	1. созидательная; 2. познавательная; 3. относительная; 4. узнавательная.	Средний
ОПК-1.1 ПК-8.1 ПК-8.2	К педагогической функции спорта чаще всего относят: _____ <i>(выберите несколько правильных ответов)</i>	1. учебно-развлекательную; 2. соревновательную; 3. психическую; 4. учебно-познавательную.	Средний
ОПК-9.2 ПК-1.1	Главный смысл обеспечения положительного кумулятивного эффекта упражнений в процессе физического воспитания заключается _____ <i>(выберите несколько ответов из предложенного)</i>	1. в развитии тренированности; 2. приобретении; 3. сохранении; 4. в дальнейшем улучшении физической подготовленности.	Средний

	<i>списка, оценивание «всё или ничего»)</i>		
ОПК-9.2 ПК-1.2 ПК-1.1	Переходная форма между базовыми и соревновательными мезоциклами представляет _____ тип мезоцикла <i>(вписать слово)</i>		Средний
ОПК-8.1 ПК-1.2 ПК-1.1	Практические методы спортивной тренировки – это _____ <i>(выберите несколько правильных ответов)</i>	1. метод строго регламентированного упражнения, 2. метод воспитания физических качеств; 3. игровой метод; 4. соревновательный метод.	Средний
ОПК-8.1 ОПК-1.1	Одна из разновидностей современного спорта _____ <i>(выберите два правильных ответа)</i>	1. общественный; 2. международный; 3. массовый; 4. олимпийский.	Средний
ПК-1.1 ПК-1.2	При выполнении физических упражнений нагрузку характеризует _____ <i>(выберите несколько правильных ответов)</i>	1. суммарное количество выполненной работы; 2. дополнительная степень функциональной активности организма, приносимая выполнением упражнений; 3. количество выполненной работы в единицу времени; 4. степень переносимых при этом трудностей.	Средний
ОПК-9.2 ПК-1.4	Выберите правильную последовательность связи спортивного отбора с этапами многолетней подготовки.	1. первичный, основной, промежуточный, предварительный, заключительный; 2. первичный, предварительный, промежуточный, основной, заключительный; 3. предварительный, первичный, основной, промежуточный, заключительный; 4. основной, промежуточный, предварительный, первичный, заключительный.	Высокий
ОПК-8.2 ПК-1.4	Установите правильную последовательность сенситивных периодов развития физических качеств у детей 7-16 лет <i>(установите правильную последовательность)</i>	1. абсолютная сила; 2. общая выносливость; 3. гибкость; 4. координация; 5. быстрота.	Высокий
ОПК-8.2 ПК-1.4	Установите соответствие сенситивных периодов в развитии физических качеств	1. гибкость; 2. сила; 3. выносливость; 4. быстрота	Высокий

		а) 13-15 лет; б) 15-17 лет; в) 4-7 лет г) 9-10 лет	
ОПК-1.1 ПК-1.1	<p>Под влиянием тренировки в мышцах увеличиваются запасы энергии необходимые для ресинтеза АТФ, а именно: увеличивается содержание м_____, г_____, к_____; возрастает активность ферментов а_____, ф_____, с_____;</p> <p>повышается интенсивность т_____, д_____, г_____.</p> <p><i>(впишите пропущенные слова)</i></p>		Высокий
ОПК-1.1 ОПК-9.1	Установите соответствие	<p>1. Физические упражнения – это _____</p> <p>2. Тактическое мышление – это _____</p> <p>3. Тактика – это _____</p> <p>4. Спортивная подготовка – это _____</p> <p>а) планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие физических способностей;</p> <p>б) упражнения, оказывающие воздействие на организм и личность человека;</p> <p>в) формирование тактических знаний, умений и навыков;</p> <p>г) совокупность способов применения технических приемов в соответствии с условиями соревнования</p>	Высокий