

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

Оценочный материал для диагностического тестирования

Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:

Спортивный отбор, 5 семестр

| | |
|-----------------------------|--|
| Код, направление подготовки | 49.03.04, Спорт |
| Направленность (профиль) | Теория и методика спортивной тренировки |
| Форма обучения | очная |
| Кафедра-разработчик | Медико-биологических основ физической культуры |
| Выпускающая кафедра | Теории физической культуры |

| Проверяемая компетенция | Задание | Варианты ответов | Тип сложности вопроса |
|-------------------------|--|--|-----------------------|
| ОПК-2.2 | Прибор для измерения длины тела стоя называется.. (выберите один правильный ответ из заданного списка) | А. Ростомер Б. Метроном В. Подометр Г. Гониометр | Низкий |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | До некоторой степени в качестве критериев биологического возраста могут использоваться возрастные изменения физиологических показателей. Например, частота сердечных сокращений с возрастом ребенка в покое.. (выберите один правильный ответ из заданного списка) | А. уменьшается Б. увеличивается В. не изменяется Г. волнообразно | Низкий |
| ОПК-2.2 | Метод биопсии в спорте в основном используется для определения.. (выберите один правильный ответ из заданного списка) | А. Клеточного состава мышечной ткани Б. Порога анаэробного обмена В. Максимального потребления кислорода Г. Размера митохондрий в окислительных мышечных волокнах | Низкий |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | Аналитический метод по Я. Матейки позволяет дать оценку.. (выберите один правильный ответ из заданного списка) | А. Абсолютной и относительной величины костной массы Б. Абсолютной и относительной величины мышечной массы В. Абсолютной и | Низкий |

| | | | |
|--------------------|--|--|---------|
| | | относительной величины жировой массы Г. Все перечисленные варианты | |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | Наиболее разработанными критериями биологического возраста ребенка являются показатели.. (выберите один правильный ответ из заданного списка) | А. пропорции тела, рост и масса тела, зубная формула, психомоторное развитие, признаки полового созревания, костный возраст Б. черты характера, направленность личности, уровень тревожности В. уровень насыщения гемоглобина крови кислородом, скорость накопления лактата в мышцах, уровень глюкозы в крови | Низкий |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | Антропометрическое исследование используется с целью.. (выберите один правильный ответ из заданного списка) | А. Изучения физического развития человека, которое позволяет дать оценку эффективности и направленности тренировочного процесса Б. Определения уровня сахара в крови человека В. Изучения биохимических изменений, в организме занимающегося физической культурой Г. Определения психоэмоционального состояния занимающегося физической культурой | Средний |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | Исследования показали, что после 80 минутных аэробных упражнений, на протяжении 12 часов основной обмен усиливался на.. (выберите один правильный ответ из заданного списка) | А. 15 % Б. 45 % В. 100 % Г. 3 % | Средний |
| ОПК-2.2 | Для измерения толщины кожно-жировых складок используют (<u>вписать слово</u>) | | Средний |
| ОПК-2.2 | Ведущие показатели биологического возраста для 6-10 лет являются | А. длина тела, годовая прибавка массы тела, индекс отношения | Средний |

| | | | |
|--------------------|--|--|---------|
| | (выберите один правильный ответ из заданного списка) | <p>окружности головы к росту, число постоянных зубов</p> <p>Б. длина тела, годовая прибавка массы тела, индекс отношения окружности головы к росту, "филиппинский" тест</p> <p>В. зубная формула, степень полового созревания</p> <p>Г. степень развития вторичных половых признаков</p> | |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | <p>Диагностическими критериями при определении соматотипа в основном являются.. (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)</p> | <p>А. Развитие скелета и мускулатуры</p> <p>Б. Пропорции тела</p> <p>В. Степень психоэмоциональной устойчивости спортсмена</p> <p>Г. Физическая подготовленность</p> | Средний |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | <p>Установите соответствие для тестов характеризующих состояние физиологических систем организма спортсмена</p> | <p>1. центральная нервная система - ?</p> <p>2. кардиореспираторная система – ?</p> <p>3. мышечная система – ?</p> <p>А. тесты на выносливость</p> <p>Б. координационные тесты</p> <p>В. двигательные тесты</p> | Средний |
| ОПК-2.2 | <p>Произведите расчет по формуле $220 - \text{возраст}$ - ЧСС покоя и определите пороговую тренировочную нагрузку для спортсмена.. (вычисляемый)</p> <p>Известно, что ЧСС покоя – 67 уд/мин</p> <p>Возраст – 19 лет</p> | | Средний |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | <p>Какие критерии являются основными на первом этапе спортивного отбора.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p> | <p>А. на первом этапе следует ориентироваться на наследственно обусловленные признаки</p> <p>Б. на первом этапе следует ориентироваться на те спортивные результаты, которые демонстрирует ребенок</p> | Средний |

| | | | |
|--------------------|---|---|---------|
| | | <p>В. на первом этапе следует ориентироваться на состояние здоровья ребенка</p> <p>Г. на первом этапе следует ориентироваться на тренируемость ребенка</p> | |
| ОПК-2.2 | <p>Критерием четвертого этапа отбора является (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p> | <p>А. наличие высокого уровня адаптации организма к тренировочным и соревновательным нагрузкам, психической устойчивости и мотивации к достижению спортивного результата в избранном виде спорта</p> <p>Б. освоение основ техники по виду спорта</p> <p>В. формирование устойчивого интереса к занятиям спортом</p> | Средний |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | <p>Справедливо ли утверждение о том, что занятия спортом улучшают подвижность в суставах.. (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p> | <p>А. В каждом виде спорта существуют свои модельные характеристики подвижности, при этом в одних суставах она может значительно повыситься, а в других (где излишняя степень свободы мешает реализации двигательной задачи) даже снизиться</p> <p>Б. занятия спортом благотворно влияют на подвижность суставов в целом</p> <p>В. в раннем детстве занятия физическими упражнениями повышают подвижность в суставах, а в зрелом возрасте – понижают</p> <p>Г. в процессе занятий спортом увеличивается мышечная масса, что приводит к ухудшению подвижности в суставах</p> | Средний |
| ОПК-2.2 | <p>Для бегунов максимальная подвижность необходима в.. (выберите несколько</p> | <p>А. Голеностопных суставов</p> <p>Б. Коленных суставов</p> <p>В. Тазобедренных суставов</p> <p>Г. Локтевых суставов</p> | Высокий |

| | | | |
|--------------------|--|---|---------|
| | правильных ответов из заданного списка) | Д. Лучезапястных суставов Е. Грудинно-ключичный сустав | |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | Схема управления подготовкой спортсмена (Расположите перемешанные элементы в правильном порядке А, ..., Ж) | Б. Тренер В. Спортсмен З. Срочный эффект Е. Коррекция программы Ж. Выполнение программы Г. Выполнение программы повторно Д. Кумулятивный эффект А. Программа | Высокий |
| ОПК-2.2 | Для определения индикатора варианта развития по методике Р.Н. Дорохова проводится следующие измерения... (выберите несколько правильных ответов из заданного списка) | А. масса, длина тела Б. обхват плеча, бедра В. длина верхней и нижней конечности Г. обхват плеч, таза Д. длина туловища, измеряемая от яремной вырезки до симфиза Е. плотность костной ткани Ж. зубная формула | Высокий |
| ОПК-2.1 ОПК-2.2 | Мониторинг – это.. (выберите несколько правильных ответов из заданного списка) | А. процесс наблюдения за субъектом Б. оценивание состояния субъекта В. осуществление контроля за характером происходящих событий Г. предупреждение негативных тенденций развития Д. Использование широкого спектра измерительного оборудования Е. Проведение измерений только с участием выборки не менее n=50 субъектов | Высокий |
| ОПК-2.2 | Для определения общей физической подготовленности используются тесты.. (выберите несколько правильных ответов из заданного списка) | А. бег 1000 м с высокого старта Б. сгибание и разгибание рук из положения упор лежа на полу В. прыжок в длину с места Г. поднимание туловища из положения лежа на | Высокий |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | спине Д. наклон вперед из положения сед ноги врозь Е. проба Розенталя Ж. проба со штангой | |
|--|--|---|--|