

Вятский государственный университет

Экзаменационный билет

Вступительное испытание по программе магистратуры

49.04.01 Физическая культура. Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта

Вариант № 1

Тест состоит из части А. На его выполнение отводится 45 минут. Справочной литературой пользоваться нельзя. Рекомендуем выполнять задания по порядку, если какое-либо задание не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему, а потом вернитесь к пропущенным заданиям.

К каждому заданию части А дано несколько ответов, из которых только один верный. Решите задание, сравните полученный ответ с предложенными. В бланке ответов под номером задания поставьте крестик (×) в клеточке, номер которой совпадает с номером выбранного Вами ответа.

А1.	Система задач физического воспитания школьников включает следующие задачи: 1) общие, узловые, частные; 2) общие, методические, узкометодические; 3) образовательные, воспитательные, оздоровительные; 4) общие, частные, узкометодические.
А2.	В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники распределяются на следующие медицинские группы: 1) слабую, среднюю, сильную; 2) основную, подготовительную, специальную; 3) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья; 4) оздоровительную, физкультурную, спортивную.
А3.	Группа, которая формируется из учащихся, имеющих незначительные отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья (без существенных функциональных нарушений), а также недостаточную физическую подготовленность, называется: 1) группой общей физической подготовки; 2) физкультурной группой; 3) средней медицинской группой; 4) подготовительной медицинской группой.
А4.	Длительность урока физической культуры в общеобразовательной школе составляет: 1) 30-35 минут; 2) 40-45 минут; 3) 50-55 минут; 4) 1 ч.
А5.	Как называется способ проведения общеразвивающих упражнений, при котором весь комплекс упражнений выполняется занимающимися непрерывно, без остановок, причем конечное положение предыдущего упражнения является исходным для последующего? 1) непрерывным; 2) слитным; 3) поточным; 4) фронтальным.

A6.	<p>Упражнения, требующие проявления скоростных, скоростно-силовых качеств, тонкой координации движений, выполняются:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) в вводной части урока; 2) в подготовительной части урока; 3) в начале основной части урока; 4) в середине или конце основной части урока.
A7.	<p>Первый уровень построения урока (макроструктура) – ЭТО:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) выделение урока как единой системы; 2) целостность урока; 3) одна из частей урока; 4) деление урока на три части (подготовительную, основную и заключительную).
A8.	<p>Третий уровень построения урока (микроструктура) – это:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) решение частных задач; 2) небольшая часть урока; 3) действия педагога и учеников при решении частной задачи; 4) постановка задач в одной из частей урока.
A9.	<p>Педагогический процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимых двигательных навыков, умений, а также связанных с этим процессом знаний, называется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) физическим образованием; 2) физическим воспитанием; 3) физическим развитием; 4) физической культурой.
A10.	<p>Оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным (т.е. при минимальном контроле сознания) управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения, называется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) двигательным умением; 2) техническим мастерством; 3) двигательной одаренностью; 4) двигательным навыком.
A11.	<p>Весь процесс обучения любому двигательному действию включает в себя _____, которые отличаются друг от друга как частными задачами, так и особенностями методики.</p> <p>Вставка-ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) три этапа; 2) четыре этапа; 3) два этапа; 4) пять этапов.
A12.	<p>Цель обучения на этапе начального разучивания техники двигательного действия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах; 2) завершить формирование двигательного умения; 3) детализированно освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия; 4) достижение слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия.
A13.	<p>В рамках одного занятия на этапе начального разучивания техники двигательного действия обучение движениям необходимо осуществлять:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) в подготовительной части занятия; 2) в начале основной части занятия; 3) в середине основной части занятия; 4) в конце основной части занятия.
A14.	<p>Отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей</p>

	<p>продолжительности урока называется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) физической нагрузкой; 2) интенсивностью физической нагрузки; 3) моторной плотностью урока; 4) общей плотностью урока.
A15.	<p>При функциональных нарушениях сердечно-сосудистой и дыхательной систем целесообразно широко использовать физические упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) анаэробного характера; 2) аэробного характера; 3) аэробно-анаэробного характера; 4) аэробного, анаэробного и аэробно-анаэробного характера.
A16.	<p>Гибкость (амплитуда движений) измеряется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) временем и параметрами удержания определенной позы в растянутом состоянии; 2) в угловых градусах или в линейных мерах (в см) с использованием аппаратуры или педагогических тестов; 3) показателем разницы между величиной активной и пассивной гибкостью; 4) показателем суммы общей и специальной гибкости («запас гибкости»).
A17.	<p>Из перечисленных пунктов: 1) затраты времени на занятие, 2) темп и скорость движения, 3) километраж преодоленного расстояния, 4) частота сердечных сокращений, 5) количество выполненных упражнений – выберите показатели, которыми характеризуется интенсивность физической нагрузки:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 1,3; 2) 2,4; 3) 3,5; 4) 1,2,3,4,5.
A18.	<p>Комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта), называется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) тестирование достижений и развития; 2) диагностикой достижений и развития; 3) спортивным отбором; 4) анализом и оценкой одаренности
A19.	<p>Тренировочный эффект, возникающий непосредственно после окончания тренировочной работы и в первый час восстановления, называется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) срочным или ближайшим; 2) отставленным; 3) кумулятивным; 4) информативным.
A20.	<p>Последовательное суммирование тренировочных нагрузок и восстановительных процессов на длительном отрезке времени (не менее месяца) приводит к образованию тренировочного эффекта, называемого:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) отставленным; 2) кумулятивным; 3) ожидаемым; 4) перспективным.