

**ЗАДАНИЕ I УРОВНЯ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ РЕГИОНАЛЬНОГО ЭТАПА
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА
обучающихся по УГС 49.00.00 «Физическая культура и спорт»**

ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ:

I. Выберите правильный ответ.

- 1. Адресом электронной почты в сети Интернет может быть:**
 - a. www.psu.ru
 - b. victor@
 - c. nT@@@mgpu.nisk.ni
 - d. 2:5020/23.77
 - e. xizOI23@DDOHRZ21.uk
- 2. Вам необходимо распечатать все страницы документа с первой по десятую и дополнительно еще и восемнадцатую страницу. В окне Печать - Страницы- номера вы зададите ...**
 - a. 1-10-18
 - b. 1-18
 - c. 1,10,18
 - d. 1-10,18
- 3. Диаграмма в табличном редакторе MS Excel служит для**
 - a. создания графических объектов при оформлении таблиц;
 - b. графического представления табличных числовых данных;
 - c. заполнения ячеек таблицы графическими данными;
 - d. упрощения создания формул в таблицах.
- 4. Адресом электронной почты в сети может быть:**
 - a. ABC:aacctb@joHN
 - b. acvalang@god.see.univer.org
 - c. 2:5020.23.100
 - d. user.yandex.ru
- 5. Социальная категория, которая определяет состояние и результативность процесса образования в обществе, его соответствие потребностям и ожиданиям различных социальных групп и общества в целом – это:**
 - a. содержание образования;
 - b. качество образования;
 - c. образовательный процесс;
 - d. профессиональная компетентность.
- 6. Назовите объект стандартизации:**
 - a. Продукция
 - b. Декларация о соответствии
 - c. Сертификат соответствия
 - d. ГОСТ Р
- 7. Государственное управление деятельности по стандартизации осуществляет**
 - a. Государственная дума
 - b. Комитет МОК
 - c. Госсовет России
 - d. Госстандарт России
 - e. Госстрой России

8. Органы управления по делам ГО и ЧС на территориальном уровне создаются при:
- органах исполнительной власти субъектов РФ
 - органах внутренних дел субъектов РФ
 - военных округах на территории РФ
 - Министерстве обороны РФ
9. Какое вещество применяется для демеркуризации?
- чистая вода
 - 3% -ный раствор перекиси водорода
 - 1% -ный раствор аммиака
 - 20% -ная хлорная известь
10. В какой последовательности следует оказывать помощь пострадавшему, находящемуся в бессознательном состоянии, если у него прекратилось дыхание и сердечная деятельность?
- Наружный массаж сердца, освобождение дыхательных путей, искусственная вентиляция легких.
 - Искусственная вентиляция легких, наружный массаж сердца, освобождение дыхательных путей.
 - Освобождение дыхательных путей, искусственная вентиляция легких, наружный массаж сердца.
11. Продолжительность сдавливания конечности жгутом не должна превышать ...
- 1,5 - 2 часа;
 - 40 - 50 минут;
 - 3 - 5 часов;
 - 2,5 - 3,5 часа.
12. При движении по зараженной радиоактивными веществами местности необходим
- находиться в средствах индивидуальной защиты, избегать движения по высокой траве и кустарнику, без надобности не садиться и не прикасаться к местным предметам, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю;
 - периодически снимать средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, принимать пищу и пить только при ясной безветренной погоде;
 - находиться в средствах индивидуальной защиты, периодически снимать и отряхивать их от пыли, двигаться по высокой траве и кустарнику, не принимать пищу, не пить, не курить, не поднимать пыль и не ставить вещи на землю.
13. Высота спортивного зала при проектировании, согласно СанПиН 2.4.2.2821-10 Спортивные залы, должна составлять не менее
- 4,0 м
 - 3,5 м
 - 6,0 м
 - 5,0 м
14. Инвентарь защитного действия в футболе:
- щитки, голеностопники, наколенники, вратарские перчатки
 - щитки, гетры, наколенники, подтрусники
 - налокотники, наколенники, бутсы, вратарские перчатки
 - наколенники, щитки, подтрусники, налокотники
15. Совокупность документов, содержащих наиболее полные сведения о работнике и его трудовой деятельности:

- a. Трудовой договор
- b. Архив
- c. Личное дело
- d. Должностная инструкция.

16. Укажите, в каком случае ребенку может быть отказано о приеме в гражданство РФ:

- a. родители ребенка на момент его рождения являлись гражданами российского государства
- b. родители ребенка на момент его рождения постоянно проживали на территории российского государства, но были апатридами
- c. один из родителей ребенка на момент его рождения состоял в гражданстве российского государства
- d. ни в одном из перечисленных случаев.

17. Какая из характеристик российского государства не закреплена Конституции РФ:

- a. федеративное
- b. общеноародное
- c. правовое
- d. демократическое

18. Некоммерческий сектор экономики включает в себя:

- a. предприятия малого и среднего бизнеса в сфере производства;
- b. частные образовательные учреждения;
- c. государственные образовательные учреждения;
- d. оптовые базы.

19. Продолжительность рабочего времени работников в учреждении не может превышать:

- a. 36 часов в неделю;
- b. 40 часов в неделю;
- c. 48 часов в неделю;
- d. 50 часов в неделю.

20. Срок испытания при приеме на работу не может превышать:

- a. 1 недели;
- b. 2-х недель;
- c. 2-х месяцев;
- d. 3-х месяцев.

21. Какую проблему решает современная экономика?

- a. Инфляция
- b. социального неравенства
- c. экономического роста
- d. монополизма
- e. выбора

22. Основным документом о трудовой деятельности и трудовом стаже работника является:

- a. трудовая книжка;
- b. паспорт;
- c. диплом;
- d. сертификат специалиста.

II. Вставьте пропущенное слово (словосочетание, число):

23. _____ - это программное обеспечение для просмотра web-страниц.
24. Поименный набор данных в памяти компьютера, имеющий признаки начала и конца записи и предназначенный для хранения информации на внешнем носителе, называется _____.
25. _____ - структурированный текст, в котором могут осуществляться переходы по выделенным меткам.
26. Компьютерные программы, предназначенные для хранения и обработки данных, представленных в табличном виде, называют _____ таблицами или табличными процессорами.
27. Государственный экзамен – это _____ работа, которая проводится в присутствии государственной экзаменационной комиссии с целью установления соответствия уровня подготовки образовательному _____.
28. Средствами стандартизации служат _____ документы.
29. (Аббревиатура) _____ — совокупность обязательных требований к образованию определенного уровня и (или) к профессии, специальности и направлению подготовки, утвержденных федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования.
30. ГОСТ Р – это категория _____ стандарта Российской Федерации.
31. Комплекс мероприятий по переводу на военное положение Вооружённых Сил, экономики государства и органов государственной власти страны называется _____.
32. Серьезные нарушения «Права войны» квалифицируются как _____.
33. Дополните фразу: "Несение караульной службы является выполнением _____ задачи и _____ от личного состава точного _____ всех положений Устава гарнизонной и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации и высокой бдительности".
34. _____ – это установленный порядок работы, отдыха, питания и сна.
35. Общая трудовая правodeеспособность у гражданина возникает в возрасте _____.
36. Согласно СанПиН 2.4.2.2821-10 **Спортивные залы**, на территории общеобразовательной организации выделяют следующие зоны: зона отдыха, _____ - _____ зона и хозяйственная.
37. Коньковые и классические лыжи должны иметь разные длину и _____ в зависимости от роста и веса спортсмена.

38. _____ называется деятельность по обучению и воспитанию граждан, которая осуществляется работниками в образовательных организациях.
39. Противоправные поступки, связанные с нарушением _____, которые выражены в каком либо источнике права.
40. Дополнить наименование документа: Федеральный закон РФ от 24.июня 1998 г. «Об основных гарантиях _____ в Российской Федерации»
41. Педагоги имеют право на _____ выбора и использования методик обучения и воспитания, учебных пособий и материалов, методов оценки знаний обучающихся.
42. Образовательная организация – это некоммерческая организация, осуществляющая на основании _____ образовательную деятельность в качестве основного вида деятельности в соответствии с целями, ради достижения которых такая организация создана.

III. Установите соответствие (1:1).

43.

	Пиктограмма		Назначение
1		a.	Вставить функцию
2		b.	Защитить документ
3		c.	Вставить гиперссылку
4		d.	Настройка анимации
5		e.	Показ слайдов
6		f.	Вставить рисунок SmartArt
7		g.	Сортировка
8		h.	Формат по образцу

44.

	Название		Применение
1	Гистограммы	a.	используются, чтобы показать вклад каждого значения в общую сумму
2	Графики	b.	используются для сравнения нескольких значений
3	Круговые диаграммы	c.	используются, чтобы показать развитие процесса во времени
4	Линейчатые	d.	используются для сравнения пары значений
5	Точечная	e.	используются для сравнения значений по категориям

45.

	Название адресации ячеек		Способ записи в электронной таблице
1	Относительная адресация	a.	=C4
2	Абсолютная	b.	=\$A2

	адресация		
3	Смешанная адресация	c.	=\$B\$3

46.

Представление информации		Расширение файлов	
1	текстовая информация	a.	wav
2	графическая информация	b.	rar, zip
3	видеоинформация	c.	doc, txt
4	звуковая информация	d.	bmp, jpg
5	архив	f.	avi

47.

Понятие		Определение	
1	Стандартизация	a.	Обязательный уровень требований к подготовке выпускников и соответствующие этим требованиям содержание, методы, формы, средства обучения и контроля
2	Сертификация	b.	Совокупность организационной структуры, методик, процессов и ресурсов, необходимых для общего руководства качеством
3	Образовательный стандарт	c.	Процесс установления и применения стандартов
4	Система менеджмента качества	d.	Подтверждение соответствия объектов требованиям технических регламентов, положениям стандартов, сводов правил или условиям договоров

48.

Понятие		Определение	
1	ИСО	a.	Федеральное агентство по техническому регулированию и метрологии
2	EACC	b.	Международная организация по стандартизации
3	Росстандарт	c.	Центр стандартизации и метрологии
4	ЦСМ	d.	Евразийский совет по стандартизации метрологии и сертификации.

49.

Категория		Определение	
1	Профессия	a	Освоенные компетенции и умения, усвоенные знания, обеспечивающие соответствующую квалификацию и уровень образования
2	Профессиональное образование	b	Официальный документ, выдаваемый уполномоченным органом, подтверждающий результаты образования, продемонстрированные в ходе установленных процедур оценки
3	Результат обучения	c	Род, характер, вид трудовой деятельности, служащий источником существования
4	Компетенция	d	Процесс и освоения человеком компетенций, необходимых для осуществления самостоятельной деятельности в сфере труда
5	Сертификат	e	Способность применять знания, умения, личностные качества и практический опыт для успешной деятельности в определенной

		области	
--	--	---------	--

50.

Название		Определение	
1	Торнадо	a	Катастрофическое падение больших масс горных пород
2	Ураган	b	Область пониженного давления в атмосфере
3	Камнепад	c	Основные причины крупных обвалов
4	Циклон	d	Американское название вихревого ветра
5	Землетрясение	e	Продолжительный и очень сильный ветер, скорость которого превышает 20 м/с
6	Буря	f	Ветер разрушительной силы и значительный по продолжительности, скорость которого превышает 32 м/с

51.

Название		Определение	
1	Смерч	a	Быстро, внезапно возникающее движение снега и (или) льда вниз по крутым склонам гор
2	Наводнение	b	Отрыв и катастрофическое падение больших масс горных пород
3	Лавина	c	Основной поражающий фактор цунами
4	Обвал	d	Горный поток, состоящий смеси воды и рыхлообломочной горной породы
5	Затопление	e	Сильный, маломасштабный атмосферный вихрь диаметром до 1000 м, в котором воздух вращается со скоростью до 100 м/с
6	Сель	f	Покрытие окружающей местности слоем воды, заливающей дворы, улицы и нижние этажи зданий

52.

Категория		Определение	
1	Опасное природное явление	a.	чрезвычайное событие техногенного характера, произшедшее по конструктивным, производственным, технологическим или эксплуатационным причинам и т.д.
2	Стихийное бедствие	b.	стихийное событие природного происхождения, которое по своей интенсивности, масштабу распространения и продолжительности может вызвать отрицательные последствия для жизни людей и т.д.
3	Авария	c.	катастрофическое природное явление (или процесс), который может вызвать многочисленные человеческие жертвы, значительный материальный ущерб и другие тяжелые последствия
4	Катастрофа	d.	крупномасштабная авария, повлекшая за собой многочисленные человеческие жертвы, значительный материальный ущерб и другие тяжелые последствия, именуется

53.

Оборудование		Назначение	
1	Мячемёт	a.	служит для выработки точной подачи и нападающего удара
2	Мишень	b.	служит для выполнения разнообразных упражнений в передачах и приёме
3	Тренировочный щит	c.	служит для точного посыла мяча в заданном направлении
4	Подвесной мяч	d.	служит для имитации блока

54.

	Оборудование/инвентарь		Назначение
1	Оборудование для развития технико-тактического мастерства:	a.	щитки, голеностопники, наколенники, вратарские перчатки
2	Оборудование защитного действия:	b.	флажки, свистки, форма
3	Инвентарь для учебно-тренировочного и соревновательного процесса:	c.	стойки, фишки, барьеры, ворота
4	Судейский инвентарь:	d.	гетры, трусы, футболка подтрусники

55.

	Конституционные права		Права граждан
1	Личные права	a.	право на информацию
2	Политические права	b.	право на жизнь
3	Экономические права	c.	право на отдых
4	Социальные права	d.	право на частную собственность

56.

	Источник права		Характеристика
1	Гражданское право	a.	Закрепляет форму правления, форму национально-государственного устройства, права и обязанности граждан, функции и взаимоотношения высших органов государственной власти.
2	Административное право	b.	Регулирует общественные отношения, возникающие организационной и исполнительно-распорядительной деятельности должностных лиц и органов государственного управления.
3	Уголовное право	c.	Регулирует имущественные отношения в обществе, а также связанные с ними личные неимущественные отношения.
4	Конституционное право	d.	Отрасль права, состоящая из юридических норм, определяющих, какие общественно опасные деяния считаются преступными и какие наказания за них назначаются.

57.

	Локальный акт		Характеристика
1	Правила внутреннего распорядка	a.	Правовой акт, издаваемый организацией, в целях регламентации организационно-правового положения работника.
2	Трудовой договор	b.	Локальный нормативный акт, регламентирующий порядок приема и увольнения работников, основные права, обязанности и ответственность сторон трудового договора.
3	Положение о премировании	c.	Соглашение между работником и работодателем, в соответствии с которым работодатель обязуется предоставить работу по обусловленной трудовой функции, обеспечить условия труда, а работник обязуется лично выполнять определенную этим соглашением трудовую функцию, соблюдать действующие правила трудового распорядка

4	Должностная инструкция	d.	Локальный нормативный акт, служащий для реализации работодателем своего права на установление различных доплат и надбавок к заработной плате.
---	------------------------	----	---

58.

Наименование документа		Характеристика	
1.	Конституция РФ	a.	Совокупность обязательных требований к образованию определенного уровня и (или) к профессии, специальности и направлению подготовки
2.	ФЗ «Об Образовании в Российской Федерации»	b.	Нормативно-правовой акт, имеющий высшую юридическую силу, закрепляющий основы социального, экономического и политического устройства страны
3	Профессиональный стандарт Педагог (учитель, воспитатель)	c.	Документ, регламентирующий общественные отношения в сфере образования, возникающие в связи с реализацией права на образование
4.	Федеральный государственный образовательный стандарт	d.	Документ, в котором определена характеристика квалификации необходимая работнику для осуществления определенного вида профессиональной деятельности

59.

Профессия		Основная функция	
1	Прокурор	a.	оказывает квалифицированную юридическую помощь гражданам, выступает от лица защиты в суде по уголовным делам
2	Адвокат	b.	выступает в качестве государственного обвинителя в суде по уголовным делам
3	Нотариус	c.	разрешает правовые споры, определяет наказание тем лицам, которые виновны в совершении преступления.
4	Судья	d.	оформляет доверенность на право пользования имуществом

IV. Установите последовательность.

60. Верный порядок ввода формулы: $-5*(-1,5)$ в ячейку C4:

	A	B	C	D
1				
2				
3				
4	-5	-1,5		
5				

- Нажать клавишу «=»
- Выделить ячейку C4
- Щелкнуть на ячейке A4
- Щелкнуть на ячейке B4
- Нажать клавишу «*»
- Нажать клавишу ENTER

61. Вы работаете с таблицей из пяти строк. Как можно добавить две пустые строки в конец таблицы.

- a. Работа с таблицей
- b. Макет
- c. Выделить две последние строки
- d. Вставить снизу

62. Перед вами фрагмент электронной таблицы. В ячейки С3 по С8 необходимо записать формулу, вычисляющие оценки по принципу: 100-80 баллов – отметка 5, 80-70 – отметка 4,70-50 – отметка 3, >50 – отметка 2. Выбирая из предложенных вариантов, напишите последовательность символов в формуле, которая должна содержаться в ячейке С3.

	A	B	C
1	Результаты контрольный работы		
2	Фамилия, имя	Баллы	Отметка
3	Леонард Гришин	3	
4	Артур Павлов	37	
5	Дарья Некрасова	95	
6	Раиса Кононова	67	
7	Яна Беляева	60	
8	Семён Ларионов	75	

- a. ЕСЛИ(С3>70;4;
- b. =
- c. ЕСЛИ(С3>50;3;
- d. 2)
- e. ЕСЛИ(С3>80;5;

63. Опишите алгоритм копирования фрагмента текста

- a. установить курсор,
- b. копировать,
- c. выделить фрагмент,
- d. вставить

64. Этапы применения видов контроля образовательных результатов:

- a. Текущий контроль
- b. Входной контроль
- c. Итоговый контроль
- d. Промежуточный контроль.

65. Иерархия системы субъектов стандартизации:

- a. Международная организация стандартизации
- b. Росстандарт
- c. Службы и отделы по стандартизации на предприятиях и в организациях
- d. Евразийский совет по стандартизации, метрологии и сертификации

66. Иерархия системы категорий стандартов:

- a. Международные стандарты
- b. Межгосударственные стандарты
- c. Стандарты организаций
- d. Национальные стандарты

67. Определите последовательность подготовки и выполнения выпускной квалификационной работы:

- a. Анализ литературных источников
- b. Определение и формулировка темы работы
- c. Выполнение практической части
- d. Выполнение теоретической части
- e. Рецензирование
- f. Защита
- g. Сравнительный анализ результатов исследования

68. Этапы проведения аварийно-спасательных работ по спасению людей:

- a. эвакуация пострадавших из зон опасности;
- b. обеспечение доступа спасателей к пострадавшим и работы по деблокированию пострадавших;
- c. поиск и обнаружение пострадавших;
- d. первоочередное жизнеобеспечение пострадавших;
- e. оказание пострадавшим первой помощи.

69. Оказание первой медицинской помощи при открытых переломах:

- a. дать обезболивающее средство;
- b. остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком;
- c. в область перелома наложить стерильную повязку;
- d. провести (иммобилизацию) обездвиживание конечности.

**70. Во время урагана пострадавший получил несколько ран, открытый перелом и ожоги.
Последовательность действий при оказании помощи:**

- a. Остановить кровотечение
- b. Восстановить дыхание и поддерживать сердечную деятельность
- c. Наложить повязки на место ожогов
- d. Зафиксировать перелом

71. «Оборудование физкультурно-спортивной зоны образовательной организации должно обеспечивать выполнение:....»

- a. Секционно-спортивных занятий
- b. Досуговых спортивных мероприятий
- c. Программ учебного предмета «Физической культуре»
- d. Оздоровительных мероприятий.

72. Установка волейбольной сетки:

- a. Установка сетки.
- b. Установка правильной высоты сетки.
- c. Установка столбов.
- d. Открытие отверстий под волейбольные столбы
- e. Натяжение сетки.
- f. Проверка натяжения сетки.
- g. Проверка закрепления верхнего края сетки.
- h. Проверка закрепления нижнего края сетки

73. Последовательность действия правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность педагога.

- a. Конвенция о правах ребенка
- b. Федеральный закон «Об образовании в РФ»
- c. Конституция РФ
- d. Всеобщая декларация прав человека
- e. Федеральный государственный образовательный стандарт

74. За нарушения трудовой дисциплины работодатель имеет право применить следующие дисциплинарные взыскания:

- a. выговор
- b. предупреждение
- c. увольнение
- d. замечание

75. Расставьте перечисленные ниже источники права по степени убывания их юридической силы:

- a. Федеральный закон "О мировых судьях в Российской Федерации"
- b. Указ президента РФ "О мерах по обеспечению материальных гарантий независимости судей Конституционного Суда Российской Федерации"
- c. Конституция РФ
- d. Постановление правительства РФ "О порядке выдачи органами внутренних дел РФ служебного оружия судьям"
- e. Федеральный Конституционный закон "О судебной системе Российской Федерации"
- f. Уголовный кодекс РФ

ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ:

I. Выберите правильный ответ.

76. Психомоторная одаренность - это:

- a. хорошая адаптация в обществе;
- b. исключительные спортивные способности;
- c. нестандартное видение мира;
- d. умение общаться.

77. Пассивный эмпирический метод исследования направленный на изучение психолого-педагогических особенностей человека на основе фиксации его поведения это:

- a. эксперимент;
- b. беседа;
- c. наблюдение;
- d. анкетирование.

78. Система взглядов человека на окружающий мир, общество и себя в целом:

- a. убеждения
- b. мировоззрение
- c. взгляды
- d. мнение

79. Моторные (внешние) действия человека выполняют функцию:

- a. исполнительскую
- b. контролирующую
- c. регулирующую
- d. корректирующую

80. Генетически заложенная моторная активность человека и животного:

- a. умение
- b. движение
- c. действие
- d. навык

81. Газообмен в лёгких и тканях происходит в результате:

- a. диффузии
- b. понижения парциального давления в лёгких
- c. повышения парциального давления в лёгких
- d. понижения парциального давления в тканях

82. Отделами центральной нервной системы являются:

- a. мост и спинной мозг
- b. головной и спинной мозг
- c. средний мозг и мозжечок
- d. головной и промежуточный мозг

83. За координацию движений отвечает отдел головного мозга

- a. гипоталамус
- b. мозжечок
- c. таламус
- d. базальные ганглии

84. Поверхностная мышца спины, верхняя часть которой поднимает, а нижняя опускает плечевой пояс, называется ...

- a. диафрагма;
- b. наружная косая;
- c. широчайшая;
- d. трапециевидная.

85. Структурная и функциональная единица почки называется ...

- a. Лоханка
- b. петля Генле
- c. нефрон
- d. ацинус

86. Гигиеническая норма температуры воздуха в кабинете массажа:

- a. 18-20 С°;
- b. 20-22 С°;
- c. 22-24 С°;
- d. 24-26 С°.

87. Пассивными называют упражнения:

- a. выполняемые с незначительным усилием
- b. с помощью инструктора
- c. мысленные или усилием воли
- d. на велотренажере
- e. с предметами

88. Разминка перед интенсивными (силовыми, скоростными) нагрузками оказывает следующее воздействие на организм:

- a. уменьшает кровоток в коже, способствует понижению теплоотдачи и предупреждению переохлаждения;
- b. увеличивает кровоток в коже, способствует повышению теплоотдачи и предупреждению перегревания;

- c. увеличивает кровоток в коже, способствует понижению теплоотдачи и предупреждению переохлаждения;
- d. способствует повышению теплоотдачи и предупреждению перегревания.

89. Кому принадлежат эти строки: «Теория только тогда имеет значение, когда она оправдывается на практике»?

- a. Сократ
- b. Аристотель
- c. Платон
- d. П. Ф. Лесгафт

90. Эффект физических упражнений определяется прежде всего:

- a. их формой;
- b. их содержанием;
- c. ритмической характеристикой;
- d. обобщенными (качественными) характеристиками.

91. Ритм, как комплексная характеристика техники физических упражнений отражает:

- a. соразмерность во времени сильных акцентированных движений, связанных с активными мышечными усилиями и напряжениями, и слабых, относительно пассивных движений;
- b. частоту движений в единицу времени;
- c. взаимодействие внешних и внутренних сил в процессе движения;
- d. точность двигательного действия и его конечный результат.

92. Сколько % должна составлять моторная плотность занятий физической культурой?

- a. не менее 50%
- b. не менее 60%
- c. не менее 70%
- d. не менее 90%
- e. не менее 80%

93. Чем регламентируются гигиенические нормы и требования организации физкультурно-спортивной деятельности в спортивном зале?

- a. Распоряжением директора школы;
- b. Специальными санитарно-гигиеническими правилами (нормами) -СанПиН;
- c. Инструкцией учителя физической культуры (тренера).
- d. Учебной программой.

94. Сколько % должна составлять общая плотность занятий физической культурой?

- a. не менее 50%
- b. не менее 60%
- c. не менее 70%
- d. не менее 90%
- e. не менее 80%

95. В содержание физического упражнения входят:

- a. двигательные акты и функциональные изменения в организме по ходу его выполнения;
- b. показатели нагрузки и функциональные сдвиги в организме по ходу его выполнения;
- c. показатели оценки эффективности техники выполнения упражнения.

II. Вставьте пропущенное слово (словосочетание, число):

96. Основоположником лечебной гимнастики и создателем института по подготовке специалистов в области физического воспитания в нашей стране является _____.
97. Врожденное свойство психики, отражающее динамику психических процессов, в основе которого лежит тип ВНД называется - _____.
98. В своем трактате « _____» Аристотель выделил _____ как своеобразную область знания.
99. На первом этапе своего становления предметом изучения психологии была _____.
100. Очень яркая (фотографичная) образная память, которую описал А.Р. Лурия, называется _____.
101. Ауксотонический режим мышечного сокращения – это режим, при котором _____ мышцы возрастает и изменяется длина.
102. Относительное постоянство внутренней среды организма называется _____.
103. Ухо не только дает способность слышать, но и отвечает за _____ тела при решении повседневных задач – от подъёма по ступенькам до катания на роликах и коньках.
104. _____ - реакция живого организма на раздражитель, проходящая с участием центральной нервной системы.
105. _____ нервная система управляет деятельностью внутренних органов, желез, гладкой мускулатуры и не подчиняется воли человека.
106. Метод, позволяющий получить отпечаток стопы для определения ее формы, называется _____.
107. _____ - медицинская дисциплина, применяющая средства физической культуры, с целью лечения и реабилитации больных и инвалидов, а также профилактики заболеваний.
108. Организованный процесс передачи и усвоения систем специальных знаний и двигательных действий, направленных на физическое и психическое совершенство человека, называется _____.
109. Совокупность морфологических и функциональных признаков в их взаимосвязи и зависимости от окружающих условий, характеризующих процесс созревания и функционирования организма в каждый данный момент времени называется _____.
110. Контроль расхода времени на различные виды учебно-воспитательной деятельности с последующим анализом и расчетом плотности урока и его частей называется _____.
111. _____ – длительный, многоступенчатый процесс поиска наиболее одаренных людей, способных достичь выдающихся результатов в конкретном виде спорта.
112. _____ – это уровень владения действием, при котором

управление движениями происходит автоматизировано, т.е. не требуется специально направленного на них внимания.

113. Работа, совершаемая мышцами при выполнении активных движений, называется _____.

114. Рычаг _____ рода обеспечивает перемещение или равновесие головы в сагиттальной плоскости.

III. Установите соответствие (1:1).

115.

Элемент структуры психолого-педагогического процесса		Характеристика элемента	
1	Принцип	a.	Устойчивая завершенная организация психолого-педагогического процесса в единстве всех его компонентов
2	Метод	b.	Основные идеи, следование которым позволяет достичь поставленных целей
3	Средства	c.	Способ организации познавательной деятельности обучающихся
4	Форма	d.	Материальные и идеальные объекты, предназначенные для организации и осуществления психолого-педагогического процесса

116.

Стадии психического развития		Ведущий вид деятельности	
1	Дошкольное детство	a.	предметно-манипулятивная деятельность
2	Раннее детство	b.	интимно-личностное общение со сверстниками
3	Подростчество	c.	ролевая игра
4	Младенчество	d.	учебная деятельность
5	Младший школьный возраст	e.	непосредственно-эмоциональное общение

117.

Категория		Определение	
1	Психика	a.	Высший уровень развития психики человека, отличающий его от других живых существ на земле
2	Сознание	b.	Преднамеренная и целенаправленная активность человека, направленная на преобразование окружающего мира, места своего обитания и самого себя
3	Деятельность	c.	Свойство высокоорганизованной материи отражать объективный мир субъективно, потребностно и критически.
4	Личность	d.	Оценка личностью своих возможностей и способностей
5	Самооценка	e.	Конкретный человек, представитель социума, занимающийся каким-либо видом деятельности и обладающий только ему

		присущими индивидуально- и социально-психологическими особенностями
--	--	---

118.

	Мир психических явлений, изучаемый психологией		Категории
1	Психические свойства	a.	Ощущение, восприятие, память, воображение, мышление, речь
2	Психические процессы	b.	Общение, конфликт, социальная перцепция, групповое давление, групповое настроение, социальный статус, социальная роль и т.д.
3	Психические состояния	c.	Темперамент, способности, направленность личности, характер
4	Психические образования	d.	Упадок сил, эйфория, безразличие, бодрость, душевный подъём, апатия и т.д
5	Социально-психологические явления и процессы	e.	Новообразования возраста.

119.

	Авторы		Название теории
1	П.Я. Гальперин, Л.С. Выготский, Н.Ф. Талызина	a.	Развивающее обучение
2	Л.В. Занков, Д.Б. Эльконин, Д.Д. Давыдов	b.	Теория поэтапного формирования умственных действий
3	И.Я. Лернер, М.Н. Скаткин, М.И. Махмутов	c.	Здоровьесберегающее обучение
4	Б.Ф. Скиннер, В.П. Бесспалько, Л.Н. Ланда	d.	Проблемное обучение
5	Н.К. Смирнов, Е.В. Советова	e.	Программированное обучение

120.

	УУД		Содержание
1	Личностные	a.	самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; поиск и выделение необходимой информации, структурирование знаний;
2	Регулятивные	b.	умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, знание моральных норм; самоопределение и ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях;
3	Познавательные	c.	умение слушать и вступать в диалог; бесконфликтное общение, сознательная ориентация учащихся на позиции других людей в общении.
4	Коммуникативные	d.	целеполагание как постановка учебной задачи; составление плана и последовательности действий; контроль собственных действий, способность к волевому усилию.

121.

Отделы скелета человека		Кости, образующие отдел скелета	
1	Скелет туловища	a.	лобная, височная, скуловая
2	Скелет верхних конечностей	b.	ребра, грудина, позвонки
3	Скелет головы	c.	бедренная, большая берцовая, малая берцовая
4	Скелет нижних конечностей	d.	плечевая, лучевая, локтевая

122.

Название мышцы		Выполняемые функции	
1	Двуглавая мышца плеча	a.	Сгибает и разгибает плечо
2	Дельтовидная	b.	Сгибает предплечье в локтевом суставе
3	Трапециевидная	c.	Сгибает бедро и голень, поворачивает бедро кнаружи
4	Портняжная мышца	d.	Тянет лопатку вверх и медиально, вниз и медиально

123.

Отдел мозга		Выполняемые функции	
1	Продолговатый мозг	a.	Иннервирует сердце и другие внутренние органы; отвечает за рефлексы: мигательный, чихания, кашля, рвоты и др.
2	Мост	b.	Принимает информацию от органов чувств; регулирует обмен веществ; сосредоточены центры жажды и голода; поддержка циклических движений; анализ нервных импульсов
3	Средний мозг	c.	Связывает передний мозг с задним; координация движений
4	Мозжечок	d.	Центр, связанный с движением глазных яблок, мимикой, через него проходят слуховые пути

124.

Доли мозга		Выполняемые функции	
1	Височная доля	a.	Зрение
2	Затылочная доля	b.	Слух, обоняние
3	Теменная доля	c.	Речь, движение, сложное мышление
4	Лобная доля	d.	Осязание, вкус

125.

Строение		Кости скелета	
1	Трубчатые длинные кости	a.	позвонки
2	Плоские кости	b.	тазовые кости
3	Смешанные кости	c.	лопатка
4	Губчатые короткие кости	d.	бедренная

126.

Понятие		Определение	
1	Гигиена	a.	Система мероприятий, обеспечивающих охрану здоровья и профилактику различных заболеваний.
2	Санитария	b.	Нормативно-санитарные правила и нормы
3	Гигиенический норматив	c.	Наука о сохранении, укреплении и повышении здоровья общества.
4	Государственный санитарно-эпидемиологический надзор	d.	Это деятельность по пресечению и предупреждению нарушений санэпидемиологического благополучия

127.

Понятие		Определение	
1	Закаливание-	a.	Физиологическое состояние организма человека, проявляющееся во временном снижении работоспособности, которое наступает в результате мышечной работы
2	Спортивное утомление-	b.	Сумма движений, выполняемых человеком в процессе жизнедеятельности
3	Питание-	c.	Повышение устойчивости –адаптации организма человека к действию различных неблагоприятных климатических факторов
4	Двигательная активность-	d.	Сложный процесс поступления, переваривания, всасывания и усвоения в организме пищевых веществ, необходимых для покрытия его энергетических затрат, построения тканей организма.

128.

Группы		Вид занятий детей на физической культуре	
1	Специальная	a.	Учащиеся данной группы занимаются физической культурой совместно со всей группой в полном объеме в соответствии с учебной программой, но нуждаются в ограничении нагрузок и более постепенном освоении комплекса двигательных навыков и умений.
2	Основная	b.	Занятия физической культурой со школьниками данной группы проводятся по специально разработанной программе в условия обычного режима школы.
3	Подготовительная	c.	Учащиеся данной группы занимаются физической культурой в полном объеме в соответствии с учебной программой.

129.

Показатель		Инструментарий	
1	Длина тела	a.	Сантиметровая лента
2	Артериальное давление	b.	Калипер
3	Толщина жировой складки	c.	Тонометр
4	Вес	d.	Ростомер
5	Объем бицепса	e.	Напольные весы

130.

Двигательные способности		Название теста, направленного на изучение двигательных способностей обучающихся	
1	Скоростно-силовые	a.	Старт

2	Силовые	b.	6-минутный бег
3	Выносливость	c.	«Челночный бег»
4	Координационные	d.	Подтягивание на высокой перекладине
5	Скоростные	e.	Прыжок в длину с места

131.

	Ступень ВФСК «ГТО»		Возраст
1	I ступень	a.	30-39 лет
2	II ступень	b.	18-29 лет
3	III ступень	c.	40-49 лет
4	IV ступень	d.	60-69 лет
5	V ступень	e.	6-8 лет
6	VI ступень	f.	50-59 лет
7	VII ступень	g.	13-15 лет
8	VIII ступень	h.	9-10 лет
9	IX ступень	i.	70 и старше
10	X ступень	j.	16-17 лет
11	XII ступень	k.	11-12 лет

132.

	Физические качества		Средства развития
1	Сила	a.	Упражнения на растягивание мышц
2	Быстрота	b.	Упражнения в зонах умеренной и большой мощности работ, продолжительное время.
3	Выносливость	c.	Упражнения с отягощением, статические.
4	Гибкость	d.	Новые движения, мгновенная двигательная деятельность
5	Ловкость	e.	Соревновательные упражнения с максимальной скоростью

133.

	Силовые способности		Характеристика
1	собственно – силовые	a.	сменный характер работы мышц
2	скоростно – силовые	b.	медленное сокращение мышц с около предельными и предельными отягощениями
3	силовая выносливость	c.	способность противостоять утомлению, вызываемому мышечными напряжениями
4	силовая ловкость	d.	непредельные мышечные напряжения с высокой скоростью и мощностью

134.

	Степень свободы		Характеристика
1	Имеет 1 степень свободы	a.	тело, закрепленное в одной точке
2	Имеет 3 степени свободы	b.	совершенно свободное тело
3	Имеет 6 степеней свободы	c.	тело, закрепленное в двух точках
4	Имеет 0 степеней свободы	d.	тело, закрепленное в трех точках

IV. Установите последовательность.

135. **Виды контроля, позволяющие выявить имеющиеся знания, в зависимости от применения их педагогом в процессе изучения темы или раздела:**

- a. текущий контроль;
- b. предварительный контроль;
- c. отсроченный контроль;
- d. итоговый контроль.

136. **Расположите этапы процесса усвоения знаний в правильной последовательности.**

- a. запоминание;
- b. применение на практике;
- c. восприятие;
- d. осмысление.

137. **Распределите «новообразования возраста» по мере их формирования.**

- a. «Чувство взрослости»
- b. «Система Я»
- c. «Комплекс оживления»
- d. «Способность строить жизненные планы»

138. **Расшифруйте последовательность психологической формулы успешного обучения (УО): УО=М+П₁+П₂+П₃+П₄+С:**

- a. Память
- b. Применение
- c. Понимание
- d. Система
- e. Мотивация
- f. Прием

139. **Установите последовательность основных структурных единиц «Введения» исследовательской работы:**

- a. проблема;
- b. объект;
- c. актуальность;
- d. предмет;
- e. гипотеза;
- f. цель;
- g. задачи.

140. **Большой круг кровообращения:**

- a. Правое предсердие
- b. Артерии
- c. Левый желудочек
- d. Верхняя и нижняя полые вены
- e. Вены
- f. Капилляры
- g. Аорта

141. **Отделы позвоночника:**

- a. поясничный
- b. крестцовый
- c. шейный
- d. копчиковый
- e. грудной

142. Малый круг кровообращения

- a. легочный ствол
- b. левый желудочек сердца
- c. сосудистая система легких
- d. левое предсердие
- e. легочные артерии
- f. правый желудочек сердца
- g. легочные вены

143. Перинатальный период развития организма человека включает в себя стадии:

- a. стадию плода
- b. эмбриональную стадию
- c. предзародышевую стадию

144. Укажите последовательность строения элементов бронхов от (большего к меньшему):

- a. бронхиолы
- b. альвеолы
- c. дольковые бронхи
- d. главные бронхи
- e. долевые бронхи

145. «Общий план работы по физическому воспитанию» включает:

- a. физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- b. учебная работа;
- c. организационно-методическая работа
- d. врачебный контроль и медико-санитарный надзор;
- e. агитационно-пропагандистская работа;
- f. хозяйственная работа.
- g. физкультурно-массовая и спортивная работа во внеурочное время.

146. «Положения о соревнованиях» включает в себя:

- a. Сроки и место проведения
- b. Общие положения.
- c. Состав участников.
- d. Программа и порядок проведения по дням.
- e. Цель и задачи данного соревнования
- f. Система зачета (определения победителей)
- g. Форма награждения.

147. Этапы обучения двигательному действию.

- a. Совершенствование двигательного действия;
- b. Ознакомление с двигательным действием;
- c. Начальное разучивание двигательного действия;
- d. Закрепление двигательного действия

148. Укажите последовательность формирования двигательного действия в процессе обучения:

- a. Умение высшего порядка;
- b. Двигательное умение;
- c. Двигательный навык;
- d. Знания.

149. Выберите правильное распределение перечисленных ниже упражнений в занятии по общей физической подготовке(ОФП).

- a. ходьба или спокойный бег в чередовании с «дыхательными» упражнениями.
- b. упражнения, постепенно включающие в работу все большее количество мышечных групп.
- c. упражнения «на выносливость».
- d. упражнения «на быстроту и гибкость».
- e. упражнения «на силу».
- f. дыхательные упражнения.

150. Продолжите определение: «Устойчивое ...

- a. тела
- b. положение
- c. от
- d. места
- e. зависит
- f. расположения
- g. ОЦТ
- h. физических
- i. во время
- j. выполнения
- k. упражнений

151.