

федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
**«ПЕРВЫЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.П. ПАВЛОВА»**
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И.П. Павлова Минздрава России)



УТВЕРЖДАЮ

Проректор ФГБОУ ВО ПСПбГМУ

им. И.П. Павлова Минздрава России

Багненко С.Ф.

N256-17 от 31.10.2023

10

2023 года

**Критерии оценки дистанционного тестирования по основам физической
культуры
на вступительных экзаменах для поступающих
в ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И.П. Павлова Минздрава России
в 2024 году**

Вступительные экзамены для абитуриентов, поступающих на обучение по направлению подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) проводятся в форме тестирования. Общее количество тестов – 40. Каждый вопрос теста включает 4 варианта ответа, только один из которых правильный. Из 40 вопросов 20 вопросов базового уровня и 20 – повышенного уровня сложности. Время, отведенное на тестирование, составляет 1 академический час.

Критерии оценки экзамена «Основы физической культуры»

Каждый правильный ответ из 20 вопросов базового уровня оценивается в 2 балла (в сумме 40 баллов) и каждый правильный ответ из 20 вопросов повышенного уровня сложности – в 3 балла (в сумме 60 баллов). Максимальная итоговая оценка за экзамен может составлять 100 баллов.

Заведующий кафедрой физического
воспитания и здоровья д.м.н., профессор

А.А. Потапчук

СОГЛАСОВАНО:

Проректор по учебной работе,
д.м.н., профессор

А.И. Яременко

федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«**ПЕРВЫЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.П. ПАВЛОВА**»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И.П. Павлова Минздрава России)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФГБОУ ВО ПСПбГМУ

им. И.П. Павлова Минздрава России



С.Ф. Багненко

Багненко С.Ф.

10

2023 года

N256-14 от 31.10.2023

**ТЕСТЫ ПО «ОСНОВАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
(базовый уровень)**

#L 1. Какой вид программы представлял программу первых Олимпийских игр Древней Греции?

- \$?А) метание копья
- \$?Б) борьба
- !В) бег на одну стадию
- \$?Г) бег на четыре стадию

#L 2. Как назывался вид спортивной программы Олимпийских игр древности, сочетавший борьбу с кулачным боем?

- \$?А) долихотром
- !Б) панкратион
- \$?В) пентатлон
- \$?Г) диаулом

#L 3. Какая организация руководит современным олимпийским движением?

- \$?А) Организация объединенных наций
- \$?Б) Международный совет физического воспитания и спорта
- !В) Международный олимпийский комитет
- \$?Г) Международная олимпийская академия

#L 4. Кто стал первым олимпийским чемпионом из российских спортсменов?

- \$?А) Н. Орлов
- \$?Б) А. Петров
- !В) Н. Панин – Коломенкин
- \$?Г) А. Бутковский

#L 5. На открытии Олимпийских игр парад олимпийских делегаций стран- участниц открывает (идет первой):

- \$?А) делегация страны – организатора

- \$?Б) делегация страны, чье название начинается на первые буквы алфавита страны-организатора
- \$?В) делегация страны – организатора предыдущей олимпиады
- \$!Г) делегация Греции

#L 6. На открытии Олимпийских игр парад олимпийских делегаций стран – участниц завершает (идет последней):

- \$!А) делегация страны – организатора
- \$?Б) делегация страны, чье название начинается на первые буквы алфавита страны-организатора
- \$?в) делегация страны- организатора предыдущей Олимпиады
- \$?г) делегация Греции

#L 7. Термин «Олимпиада» означает:

- \$!А) четырехлетний период между Олимпийскими играми
- \$?Б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры
- \$?В) синоним Олимпийских игр
- \$?Г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр

#L 8. В каком году Олимпийские игры состоялись в нашей стране?

- \$?А) планировались в 1944 году, но были отменены из-за 2 мировой войны
- \$?Б) в 1976 году в Сочи
- \$!В) в 1980 году в Москве
- \$?Г) пока еще не проводились

#L 9. Олимпийский символ представляет с собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке...

- \$!А) сверху - синее, черное, красное, внизу- желтое и зеленое
- \$?Б) сверху – зеленое, черное, красное, внизу – синее и желтое
- \$?В) сверху – красное, синее, черное, внизу – желтое и зеленое
- \$?Г) сверху – синее, черное, красное, внизу – зеленое и желтое

#L 10. Талисманом Олимпийских игр является:

- \$?А) изображение Олимпийского флага
- \$?Б) изображение пяти сплетенных колец
- \$!В) изображение животного, популярного в стране, проводящей Олимпиаду
- \$?Г) изображение памятника архитектуры, популярного в стране, проводящей Олимпиаду

#L 11. Что является основным законом Всемирного олимпийского движения?

- \$?А) энциклопедия
- \$?Б) кодекс
- \$!В) хартия
- \$?Г) конституция

#L 12. Двигательное умение – это:

- \$?А) уровень владения знаниями о движениях
- \$!Б) уровень владения двигательным действием
- \$?В) уровень владения тактической подготовкой
- \$?Г) уровень владения системой движений

#L 13. Реализация цели физического воспитания осуществляется через решение:

- \$?А) двигательных, гигиенических и просветительских задач
- \$?Б) закаляющих, психологических и философских задач
- \$?В) задач развития дыхательной и сердечно – сосудистой систем
- \$!Г) оздоровительных, образовательных и воспитательных задач

#L 14.Временное снижение работоспособности принято называть:

- \$?А) усталостью
- \$?Б) напряжением
- \$!В) утомлением
- \$?Г) передозировкой

#L 15.Что является основными средствами физического воспитания?

- \$?А) учебные занятия
- \$!Б) физические упражнения
- \$?В) средства обучения
- \$?Г) средства закаливания

#L 16.Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим?

- \$?А) метания
- \$?Б) прыжки
- \$?В) кувырки
- \$!Г) бег

#L 17.Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к ациклическим?

- \$?А) ходьба на лыжах
- \$?Б) плавание
- \$?В) езда на велосипеде
- \$!Г) прыжки

#L 18.Одним из основных физических качеств является:

- \$?А) вниманис
- \$?Б) работоспособность
- \$!В) сила
- \$?Г) здоровье

#L 19.Какое физическое качество развивается при длительном беге в умеренном темпе?

- \$?А) сила
- \$!Б) выносливость
- \$?В) быстрота
- \$?Г) ловкость

#L 20.Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости:

- \$?А) тяжелая атлетика
- \$!Б) гимнастика
- \$?В) современное пятиборье
- \$?Г) легкая атлетика

#L 21. Оптимальными видами двигательной активности для развития ловкости являются:

- \$!A) подвижные и спортивные игры
- \$?Б) прыжки в высоту
- \$?В) бег с максимальной скоростью
- \$?Г) плавание

#L 22. Основной и обязательной формой физического воспитания в школе является:

- \$?А) соревнование
- \$?Б) физкультурная пауза
- \$!В) урок физической культуры
- \$?Г) утренняя гимнастика

#L 23. Гиподинамия – это:

- \$!А) пониженная двигательная активность человека
- \$?Б) повышенная двигательная активность человека
- \$?В) нехватка витаминов в организме
- \$?Г) чрезмерное питание

#L 24. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на:

- \$?А) развитие физических качеств людей
- \$!Б) сохранение и укрепление здоровья людей
- \$?В) подготовку к профессиональной деятельности
- \$?Г) поддержание высокой работоспособности людей

#L 25. Наука о здоровье называется:

- \$?А) реабилитация
- \$?Б) терапия
- \$!В) валеология
- \$?Г) восстановительная медицина

#L 26. Здоровье человека, прежде всего, зависит от:

- \$?А) состояния окружающей среды
- \$?Б) деятельности учреждений здравоохранения
- \$?В) наследственности
- \$!Г) образа жизни

#L 27. Здоровье – это:

- \$?А) отсутствие болезней
- \$!Б) состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний и повреждений
- \$?В) отсутствие признаков воспаления и травм
- \$?Г) это состояние, когда человек чувствует себя хорошо

#L 28. Физическая подготовка представляет собой:

- \$!А) процесс обучения движениям и воспитания физических качеств
- \$?Б) уровень развития, характеризующийся высокой работоспособностью
- \$?В) физическое воспитание с ярко выраженным прикладным эффектом
- \$?Г) процесс укрепления здоровья и повышения двигательных возможностей

#L 29. Свойство опорно-двигательного аппарата, обуславливающее возможность выполнения движений с большой амплитудой, обозначается как...

- \$!A) гибкость
- \$\$?Б) ловкость
- \$\$?В) быстрота
- \$\$?Г) реакция

#L 30. Первая помощь при ушибах заключается в том, что место ушиба следует:

- \$!A) охлаждать
- \$\$?Б) нагревать
- \$\$?В) покрыть йодной сеткой
- \$\$?Г) потереть, массировать

#L 31. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный:

- \$\$?А) на формирование правильной осанки
- \$\$?Б) на гармоническое развитие человека
- \$\$!В) на всестороннее развитие физических качеств
- \$\$?Г) на достижение высоких спортивных результатов

#L 32. Осанкой принято называть:

- \$\$?А) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение
- \$\$!Б) привычную позу человека в вертикальном положении
- \$\$?В) рессорные характеристики позвоночника и стоп
- \$\$?Г) силуэт человека.

#L 33. К показателям физического развития относятся:

- \$\$?А) сила и гибкость
- \$\$?Б) быстрота и выносливость
- \$\$!В) рост и вес
- \$\$?Г) ловкость и прыгучесть

#L

34. Недостаток витаминов в организме человека называется:

- \$\$?А) авитаминоз
- \$\$!Б) гиповитаминоз
- \$\$?В) гипервитаминоз
- \$\$?Г) бактериоз

#L 35. Динамометр служит для измерения показателей:

- \$\$?А) роста
- \$\$?Б) жизненной емкости легких
- \$\$?В) силы воли
- \$\$!Г) силы кисти

#L 36. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

- \$\$?А) слабую, среднюю, сильную
- \$\$?Б) оздоровительную, физкультурную, спортивную
- \$\$?В) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья
- \$\$!Г) основную, подготовительную, специальную

#L 37. Под физическим развитием понимается:

\$!А) процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении жизни
\$?Б) размеры мускулатуры, форма тела, функциональные возможности дыхания и кровообращения, физическая работоспособность
\$?В) процесс совершенствования физических качеств при выполнении физических упражнений
\$?Г) уровень, обусловленный наследственностью и регулярностью занятий физической культурой и спортом

#L 38. Остановка для отдыха в походе называется:

- \$?А) стоянка
- \$?Б) ночлег
- \$?В) причал
- \$!Г) привал

#L 39. Задачей комплекса утренней гигиенической гимнастики является:

- \$!А) подготовка организма к предстоящему рабочему дню
- \$?Б) развитие основных двигательных качеств
- \$?В) формирование техники физических упражнений
- \$?Г) восстановление дыхания

#L 40. Закаливание организма – это повышение:

- \$!А) сопротивляемости организма утомлению
- \$?Б) устойчивости организма к психологическим воздействиям
- \$?В) сопротивляемости организма различным внешним воздействиям
- \$?Г) резистентности организма путем применения биологических добавок

Заведующий кафедрой физического воспитания и здоровья, д.м.н., профессор

 А.А. Потапчук

СОГЛАСОВАНО:

Проректор по учебной работе,
д.м.н., профессор

 А.И. Яременко