

Секція: Педагогічні науки

Мартинюк Ольга Вікторівна

*кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри фізичного виховання та спорту
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»
м. Дніпро, Україна*

Батечко Дмитро Петрович

*старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»
м. Дніпро, Україна*

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ ПЕРЕВІРКИ ТЕОРЕТИЧНИХ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ З КУРСУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ» В УМОВАХ КАРАНТИНУ

З 12 березня 2020 р. відповідно до статті 29 Закону України «Про захист населення від інфекційних хвороб», постанови Кабінету Міністрів України «Про запобігання поширенню на території України гострої респіраторної хвороби COVID-19, спричиненої коронавірусом SARS-CoV-2» [1] заборонено відвідування закладів освіти її здобувачами.

Відповідно до цих документів, наказу Міністерства освіти і науки України від 16 березня 2020 р. [2], розпорядження «Про організацію роботи науково-педагогічних працівників на період карантину» [3], та наказу «Про заходи щодо забезпечення надання освітніх послуг в умовах карантину» [4] на дистанційній платформі MOODLE оновлено курси з дисципліни «Фізична культура і спорт» для забезпечення освітнього процесу.

Однією із умов отримання диференційного заліку в умовах карантину є обов'язкове виконання студентом тестових завдань. Тестові

завдання з перевірки теоретичних знань студентів є результатом самостійної роботи студента і складаються з 20 питань. Кожне питання має три варіанти відповіді і тільки один правильний.

Студент в визначений термін проходить онлайн тестування на платформі MOODLE. Кількість спроб – одна. На виконання тесту відводиться 30 хв.

Нижче приведено тестові завдання з дисципліни «Фізична культура і спорт» на прикладі спеціалізацій «Футбол» та «Фітнес. Оздоровча аеробіка».

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ

для перевірки теоретичних знань з курсу

«ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ» спеціалізація «ФУТБОЛ»

для студентів I-II курсів денної форми навчання

1. Яку відстань пробігає під час матчу футболіст в залежності від свого амплуа?
2. В якому році була зроблена спроба Кембріджським футбольним клубом встановити єдині правила футболу?
3. Який період в історії футболу характерний зростанням кількості футбольних команд і клубів?
4. Скільки разів 3 українські команди ставали чемпіонами СРСР?
5. Назвіть дату заснування ФК «Дніпро»?
6. Якої довжини потрібно бути футбольне поле для міжнародних матчів в футбол?
7. Якої ширини повинно бути футбольне поле для міжнародних матчів в футбол?
8. За якої умови матч не може розпочатися, якщо до складу будь-якої з команд входить менш ...
9. Що є підготовчою фазою при ударі п'ятою?
- 10.Що робить воротар в підготовчій фазі?

11. Які захисники повинні вміти поєднувати надійну гру в обороні з активними атакуючими діями по флангах?
12. Що стосується дій без м'яча?
13. Що є найбільш ефективним способом організації дій?
14. Що означає організація оборони з суворою відповідальністю кожного, хто захищається гравця за дорученого йому суперника?
15. Що таке організація командних ігрових дій, при яких обумовленні функції кожного гравця і їх розстановка на футбольному полі?
16. В якому році використовувався «тотальний» футбол?
17. Якої довжини майданчик для міні-футболу?
18. Якої ширини майданчик для міні-футболу?
19. Якою вагою м'яч для міні-футболу?
20. Скільки секунд дається команді-супернику для пробиття штрафного удару в міні-футболі?

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ

для перевірки теоретичних знань з курсу

«ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»

спеціалізація «ФІТНЕС. ОЗДОРОВЧА АЕРОБІКА»

для студентів I-II курсів денної форми навчання

1. « Загальний фітнес» (Total fitness, General fitness) це...
2. Мета «оздоровчого фітнесу» (Health related fitness).
3. Фітнес-програма це...
4. Фітнес-заняття оздоровчого напрямку складається...
5. Кондиційне тренування це...
6. Терміни прояву перших ознак розвитку тренувального ефекту...
7. За рахунок яких фітнес-програм можливо досягти оптимального тренувального ефекту...
8. Які існують вуглеводи...
9. Що є найкалорійнішою складовою їжі...

10. Силова витривалість як фізична якість людини...
11. Виконання вправ протягом чотирьох хвилин у режимі 20 секунд робота і 10 секунд відпочинок це...
12. Товщину підшкірних жирових складок вимірюють...
13. Комплекс вправ і поз для розтягнення певних м'язів, зв'язок і сухожилів тулуба та кінцівок має назву...
14. Гіпоглекімія це...
15. Засновником CrossFit є...
16. Базові принципи силового тренування включають правильний підбір...
17. До яких фізичних вправ відносяться біг, плавання, аеробіка, їзда на велосипеді, швидка ходьба...
18. Інтенсивність навантажень під час аеробного тренування визначають за...
19. Швейцарський м'яч — це м'яч, виготовлений з гладенького еластичного матеріалу діаметром від 35 до 85 см, застосовується у фітнесі. Але має ще і іншу назву...
20. Який найпопулярніший від фітнесу засновано воєнслужбовцем ВМС США...

Література

1. Про запобігання поширенню на території України гострої респіраторної хвороби COVID-19, спричиненої коронавірусом SARS-CoV-2: постанова Кабінету Міністрів України від 11 березня 2020 р. № 211 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/211-2020-%D0%BF> (дата звернення: 22.04.2020).
2. Про організаційні заходи запобігання поширенню коронавірусу COVID-19: наказ Міністерства освіти і науки України від 16 березня 2020 р. № 406 URL:

<https://mon.gov.ua/storage/app/uploads/public/5e6/fac/624/5e6fac624019c419382889.pdf> (дата звернення: 22.04.2020).

3. Про організацію роботи науково-педагогічних працівників на період карантину: розпорядження першого проректора Національного технічного університету «Дніпровська політехніка» від 20 березня 2020 р. № 14. URL: http://www.nmu.org.ua/ua/content/infrastructure/structural_divisions/educ_department/docs/ (дата звернення: 22.04.2020).
4. Про заходи щодо забезпечення надання освітніх послуг в умовах карантину: наказ ректора Національного технічного університету «Дніпровська політехніка» від 27 березня 2020 р. № 86а-г. URL: http://www.nmu.org.ua/ua/content/infrastructure/structural_divisions/educ_department/docs/ (дата звернення: 22.04.2020).