****

**ЗАДАНИЕ «Тестирование»**

Время, отводимое на выполнение задания – 45 минут.

Максимальное количество баллов – 10 (4 баллов – инвариантная часть и 6 баллов – вариативная часть).

***Условия выполнения задания:***

1. Задание выполняется в учебной аудитории в форме письменного тестирования.
2. Участнику для выполнения заданий предоставляется инструкция по выполнению задания, тест и бланк ответа в (бумажном) печатном варианте, карандаш, ручка, ластик.

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЯ**

Уважаемый участник!

Предлагаемое Вам задание «Тестирование» состоит из 40 теоретических вопросов. Тестовое задание включает две части:

1. Инвариантная часть задания содержит 16 вопросов по четырем тематическим направлениям, общим для всех специальностей среднего профессионального образования:
* Информационные технологии в профессиональной деятельности
* Системы качества, стандартизации и сертификации
* Безопасность жизнедеятельности, безопасность окружающей среды
* Экономика и правовое обеспечение профессиональной деятельности
1. Вариативная часть задания «Тестирование» содержит 24 вопроса по темам, общим для специальностей, входящих в УГС СПО 49.00.00:
* Теория и методика обучения двигательным действиям и развития двигательных способностей.
* Анатомо-физиологические и гигиенические основы физической культуры и спорта.
* Теория и методика организации физкультурно-спортивной работы.

Задание «Тестирование» содержит вопросы: закрытой формы с выбором ответа, открытой формы с кратким ответом, на установление соответствия, на установление правильной последовательности.

Вопрос закрытой формы с выбором одного варианта ответа состоит из неполного тестового утверждения с одним ключевым элементом и множеством допустимых заключений, одно из которых являются правильным.

Вопрос открытой формы имеет вид неполного утверждения, в котором отсутствует один или несколько ключевых элементов, в качестве которых могут быть: число, слово, словосочетание, числовое значение. Ответ необходимо записать в установленном для ответа поле. Ответом может быть как отдельное слово (число), так и сочетание слов (чисел). Слова (числа) отделяются пробелом.

Вопрос на установление правильной последовательности состоит из однородных элементов некоторой группы и четкой формулировки критерия упорядочения этих элементов. Ответ необходимо записать последовательностью цифровых значений вариантов ответов без пробелов.

Вопрос на установление соответствия состоит из двух групп элементов и четкой формулировки критерия выбора соответствия между ними. Для каждого элемента первой группы должен быть выбран один или несколько элементов второй группы из списка возможных.

Успехов Вам!

**ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ**

**В заданиях 1-4 выбери правильный ответ и подчеркни его.**

**Правильный ответ может быть только один.**

1. **Множество компьютеров, связанных каналами передачи информации и находящихся в пределах одного помещения, здания, называется:**
2. глобальной компьютерной сетью;
3. информационной системой с гиперсвязями;
4. локальной компьютерной сетью;
5. региональной компьютерной сетью.
6. **Как называется процедура подтверждения соответствия результата производственной деятельности нормативным требованиям?**
7. сертификация;
8. лицензирование;
9. аккредитация;
10. продукция.
11. **Как называется документ, в который включаются основные положения условий труда в организации?**
12. коллективный договор;
13. ежегодный отчет;
14. отчет по травматизму и профзаболеваниям;
15. паспорт санитарно-технического состояния организации.
16. **Право на осуществление образовательной деятельности возникают у образовательного учреждения с момента выдачи ему**
17. лицензии;
18. распоряжения;
19. приказа;
20. уведомления.

**В заданиях 5-8 ответ необходимо записать в установленном для ответа поле.**

**Ответом может быть как отдельное слово, так и сочетание слов.**

1. **В ячейках Excel заданы формулы:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | А | В | С |
| 1 | 6 | =А1\*2 | = А1 +В1 |

Результатом вычислений в ячейке С1 будет: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_– процесс установление и применение правил (стандартов) с целью упорядочения деятельности.
2. Повреждение тканей, возникающее при повышении их температуры свыше 50 °С это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
3. Современная Конституция РФ ввела разделение органов государственной власти России на органы законодательной, исполнительной и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ власти.

**В заданиях 9-12 необходимо установить соответствие между значениями**

**первой и второй группы. Ответ записывается в таблицу.**

1. **Установите соответствие видов программного обеспечения компьютера и их составляющих:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Системное программное обеспечение. | а | Табличный редактор, графический редактор, справочные информационные системы. |
| 2 | Сервисное программное обеспечение. | б | Операционная система, операционная оболочка. |
| 3 | Прикладное программное обеспечение. | в | Антивирусные программы, программы обслуживания дисков, программы-архиваторы. |
| 4 | Инструментальное программное обеспечение. | г | Системы программирования, средства создания информационных систем. |

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Установите соответствие между понятиями и их определениями:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Стандартизация | а | Обязательный уровень требований к подготовке выпускников и соответствующие этим требованиям содержание, методы, формы, средства обучения и контроля. |
| 2 | Сертификация | б | Совокупность организационной структуры, методик, процессов и ресурсов, необходимых для общего руководства качеством. |
| 3 | Образовательный стандарт | в | Процесс установление и применение правил (стандартов) с целью упорядочения деятельности. |
| 4 | Системаменеджментакачества | г | Подтверждение соответствия объектов требованиям технических регламентов, положениям стандартов, сводов правил или условиям договоров. |

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Установите соответствие между названием мероприятия и его сущностью:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Хлор | А | Газ с удушливым неприятным запахом. |
| 2 | Аммиак | Б | Напоминающим запах гнилых плодов, прелогосена. |
| 3 | Фосген | В | Серебристый жидкий металл. |
| 4 | Ртуть | Г | Тяжелее всех известных жидкостей. |

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Сопоставьте общественные отношения и отрасли права:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Административное право. | а | Создание образовательных учреждений. |
| 2 | Финансовое право. | б | Между образовательными учреждениями и преподавателями. |
| 3 | Гражданское право. | в | Лицензирование, аккредитация ОУ. |
| 4 | Трудовое право. | г | Финансовое обеспечение деятельности ОУ. |

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

**В заданиях 13-16 ответ необходимо установить правильную последовательность действий. Ответ записывается в таблицу.**

1. **Верный порядок ввода формулы: –5\*(-1,5) в ячейку С4:**
2. нажать клавишу «=»;
3. выделить ячейку С4;
4. щелкнуть на ячейке А4;
5. щелкнуть на ячейке В4;
6. нажать клавишу «\*»;
7. нажать клавишу ENTER.

Ответ:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  |  |  |  |  |  |

1. **Расположите исторические события в развитии метрологии как науки в том порядке, в каком они состоялись:**
2. Создание комиссии весов и мер под председательством главного директора Монетного двора графа М. Т.Головкина.
3. Генеральная конференция по мерам и весам приняла новую систему единиц, присвоив ей наименование «Международная система единиц».
4. Принята «Двинская грамота» Ивана Грозного.
5. Основание Петербургской академии наук.

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Укажите последовательность действий в универсальной схеме оказания первойпомощи на месте происшествия:**
2. При наличии ран – наложить повязки.
3. Если есть признаки переломов костей конечностей – наложить транспортные шины.
4. Если нет сознания и нет пульса на сонной артерии – приступить к реанимации.
5. Если нет сознания, но есть пульс на сонной артерии – повернуть на живот и очистить ротовую полость.
6. При артериальном кровотечении – наложить повязки.

Ответ:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  |  |  |

1. **Определите последовательность наложения дисциплинарного взыскания:**
2. издание приказа руководителя с указанием причин;
3. письменное объяснение работника;
4. составление акта о нарушении трудовой дисциплины;
5. ознакомление с приказом под личную роспись.

**ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ**

**В заданиях 1-6 выбери правильный ответ и подчеркни его.**

**Правильный ответ может быть только один.**

1. **Увеличение мембранного потенциала покоя называется:**
2. деполяризацией;
3. реполяризацией;
4. экзальтацией;
5. гиперполяризацией.
6. **Передача возбуждения с одной гладкомышечной клетки на другую осуществляется через:**
7. нексусы;
8. перехваты Ранвье;
9. аксонный холмик;
10. синапс.
11. **В какой последовательности используются следующие методы обучения в физическом воспитании:**
12. показ, рассказ, объяснение, практический метод;
13. рассказ, показ, объяснение, практический метод;
14. практический метод, рассказ, объяснение, показ;
15. объяснение, рассказ, практический метод, показ.
16. **Какой принцип предусматривает оптимальное соответствие задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся?**
17. принцип сознательности и активности;
18. принцип доступности и индивидуализации;
19. принцип научности;
20. принцип систематичности.
21. **Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени, называются:**
22. двигательной реакцией;
23. скоростными способностями;
24. скоростно-силовыми способностями;
25. частотой движений.
26. **Быстрота – это:**
27. Способность человека быстро преодолевать расстояние.
28. Способность человека выполнять упражнение за короткий промежуток времени.
29. Способность человека выполнять максимальное количество упражнений за минимальное время.
30. Способность человека выполнять движения максимально быстро.

**В заданиях 7-12 ответ необходимо записать в установленном для ответа поле.**

**Ответом может быть как отдельное слово, так и сочетание слов.**

1. Скелет туловища состоит из грудной клетки и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, представленного несколькими отделами: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, грудным, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, крестцовым и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
2. Белки плазмы крови создают \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ давление.
3. Основными специфическими средствами физического воспитания являются \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
4. Структурно урок физической культуры состоит из \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ частей.
5. Функциональные изменения в организме, обусловленные выполнением упражнений, обозначается как тренировочный \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
6. Способность противостоять утомлению в мышечной работе, требующей значительных силовых напряжений, обозначается как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**В заданиях 13-18 необходимо установить соответствие между значениями**

**Первой и второй группы. Ответ записывается в таблицу.**

1. **Установите соответствие между фазами потенциала действия и фазами нервной клетки возбудимости:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | абсолютная рефрактерность | а | локальному ответу |
| 2 | относительная рефрактерность | б | деполяризации |
| 3 | латентное дополнение | в | реполяризации |
| 4 | экзальтация | г | следовой деполяризаций |
| 5 | субнормальная возбудимость | д | следовой гиперполяризаций |

Ответ:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  |  |  |

1. **Установите соответствия между понятиями и их структурой:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Наружное ухо. | а | Стремя наковальня, молоточек. |
| 2 | Среднее ухо. | б | Костный, перепончатый лабиринт. |
| 3 | Внутреннее ухо. | в | Полукружные каналы. |
|  |  | г | Барабанная перепонка. |
|  |  | д | Ушная раковина. |
|  |  | е | Эндолимфа, перелимфа. |

Ответ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 |
|  |  |  |

1. **Установите соответствия между методами физического воспитания и группой, к которой они относятся:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Методы, направленные на овладение знаниями. | а | Метод целостно-конструктивного упражнения. |
| 2 | Методы строго регламентированного упражнения, способствующие овладению двигательными умениями и навыками | б | Соревновательный метод. |
| 3 | Методы строго регламентированного упражнения, направленные преимущественно на развитие физических качеств, способностей. | в | Метод направленного «прочувствования» движения. |
| 4 | Методы частично регламентированного упражнения. | г | Метод повторного упражнения. |

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Установите соответствие между средствами спортивной тренировки и группой, к которой они относятся:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Специально-подготовительные упражнения. | а | Естественно-средовые средства. |
| 2 | Условия среднегорья и высокогорья. | б | Средства психологического воздействия. |
| 3 | Рациональный суточный режим. | в | Собственно-тренировочные упражнения. |
| 4 | Идеомоторные упражнения. | г | Медико-биологические средства. |

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Установите соответствие между физическими качествами и средствами физического воспитания:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Быстрота | а | Отжимания |
| 2 | Гибкость | б | Бег 30 м |
| 3 | Сила | в | Шпагат |
| 4 | Ловкость | г | Бросок мяча |

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Установите соответствие между методами и средствами физического воспитания:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Непрерывный. | а | Рваный бег 5 мин. |
| 2 | Круговой. | б | Плавание 20 мин. |
| 3 | Переменный. | в | Приседания, отжимание, выпрыгивания. |
| 4 | Сопряженный. | г | Подтягивание с весом. |

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

**В заданиях 19-24 необходимо установить правильную последовательность действий. Ответ записывается в таблицу**

1. **Установите правильную смену фаз возбудимости при генерации потенциала действия:**
2. субнормальная возбудимость;
3. экзальтация;
4. относительная рефрактерность;
5. абсолютная рефрактерность;
6. латентное дополнение.

Ответ:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  |  |  |

1. **Определите последовательность расположения органов системы дыхания:**
2. лёгкие;
3. бронхи;
4. трахея;
5. носовая полость;
6. глотка;
7. гортань.

Ответ:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  |  |  |  |  |  |

1. **Установите методически правильную последовательность разработки документов планирования процесса занятий** по предмету «Физическая культура» в школе из следующих документов:
2. рабочая программа по предмету;
3. учебный план;
4. план-конспект урока;
5. календарно-тематический план по предмету.

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Укажите последовательность зон развития работоспособности в рамках отдельного занятия:**
2. зона относительно устойчивого состояния работоспособности;
3. зона предрабочих сдвигов;
4. зона снижения работоспособности;
5. зона врабатываемости.

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |

1. **Укажите, в какой последовательности рекомендуется выполнять упражнения для разминки в подготовительной части урока физической культуры:**
2. прыжки и бег;
3. упражнения для мышц ног;
4. упражнения для мышц туловища;
5. упражнения для мышц рук и плечевого пояса;
6. дыхательные упражнения, спокойная ходьба;
7. упражнения для мышц шеи.

Ответ:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  |  |  |  |  |  |

1. **Установите правильную последовательность этапов организации и проведения массовых выступлений и праздников**:
2. решение организационно-хозяйственных вопросов;
3. подготовка к выступлению участников (репетиции);
4. проведение выступления;
5. составление программы выступлений, разработка сценария музыкального и художественного оформления.

Ответ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |