

[В начало](#) ▶ [Мои курсы](#) ▶ [ОФП](#) ▶ [Итоговая аттестация 3 курс](#) ▶ [Тест к лекции 1](#)

Тест начат Воскресенье, 11 Апрель 2021, 14:44

Состояние Завершенные

Завершен Воскресенье, 11 Апрель 2021, 14:45

**Прошло
времени** 1 мин. 3 сек.

Баллы 6,00/6,00

Оценка 100,00 из 100,00

Вопрос 1

Верно

Баллов: 1,00 из 1,00

В каких формах осуществляется физическое воспитание в высших учебных заведениях?

Выберите один ответ:

- ☒ a. Учебные занятия; самостоятельные занятия студентов физической культурой и спортом; физические упражнения в режиме дня; массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия. ✓ правильный
- ☐ b. Оптимизация режима труда и отдыха студентов, организация двигательной активности, проведение гигиенических и закаливающих мероприятий, профилактика вредных привычек, психофизическая регуляция организма.
- ☐ c. Обязательные и факультативные учебные занятия.
- ☐ d. Спортивная, оздоровительная, прикладная, образовательная, пропагандистская, организаторская, судейская, инструкторская деятельность студентов; самосовершенствование.

Ваш ответ верный.

Вопрос 2

Верно

Баллов: 1,00 из 1,00

Дайте правильное определение понятия «Спорт».

Выберите один ответ:

- ☐ a. Спорт – это вид деятельности, в котором физическая активность представлена в формах, где объемы и интенсивности нагрузок наиболее значительны и где решаемые двигательные задачи характеризуются высокой технической и тактической сложностью.
- ☐ b. Спорт – это воспитательная, игровая, соревновательная деятельность, направленная на достижение социально значимых результатов.
- ☒ c. Спорт в широком смысле определяется как собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также общечеловеческие отношения и нормы, присущие этой деятельности. ✓ Правильный
- ☐ d. Спорт – это специальная подготовка к соревновательной деятельности, построенная на установках углубленной специализации, круглогодичной и многолетней тренировки, системы прогрессивных поощрений за достижения.

Ваш ответ верный.

Вопрос 3

Верно

Баллов: 1,00 из 1,00

Дайте правильное определение понятию «Физическая культура» (**Внимание! Данный вопрос имеет 3 правильных ответа**).

Выберите один или несколько ответов:

- ☒ a. Физическая культура – это вид культуры, содержанием которой является оптимальная двигательная деятельность, построенная на основе материальных и духовных ценностей, специально созданных в обществе для физического совершенствования человека. ✓ Правильный
- ☐ b. Физическая культура – это целенаправленное использование двигательной активности для развития физических качеств или для решения задач реабилитации и рекреации.
- ☒ c. Физическая культура – это один из вариантов многопланового целостного феномена культуры, имеющий дело с человеческой телесностью. ✓ Правильный
- ☒ d. Физическая культура – это способ и мера преобразования человека, его собственной природы и двигательных способностей. ✓ Правильный

Ваш ответ верный.

Вопрос 4

Верно

Баллов: 1,00 из 1,00

Дайте правильное определение основным составляющим физической культуры.

Выберите один ответ:

- ☐ а. Гимнастика, спорт, игры, туризм, солнце, воздух, вода, личная и общественная гигиена, режим сна и отдыха, питания.
- ☐ б. Физические упражнения в форме гимнастики, спорта, игры и туризма, основанные на физической активности.
- ☒ в. Основным средством физической культуры являются физические упражнения, вспомогательными средствами являются оздоровительные силы природы и гигиенические факторы. ✓ правильный
- ☐ г. Основные составляющие физической культуры – оздоровительные силы природы и гигиенические факторы.

Ваш ответ верный.

Вопрос 5

Верно

Баллов: 1,00 из 1,00

Назовите основные понятия физкультурно-спортивной науки.

Выберите один ответ:

Оставайтесь на связи

Служба поддержки

🌐 <https://lms.mai.ru>

✉ lms@mai.ru



[Сводка хранения данных](#)

📱 Скачать мобильное приложение