

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Крюков Вадим Николаевич  
Должность: Проректор по образовательной деятельности и молодежной политике  
Дата подписания: 25.06.2026 10:51:25  
Уникальный программный ключ:  
1b0adb7fd710f6a0705d90c58682bd0c5f2f25b2

Министерство науки и высшего образования РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Заплярный государственный университет им. Н. М. Федоровского»  
ЗГУ

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
по дисциплине

**«Физическая культура и спорт»**

**Факультет:** ГТФ

**Направление подготовки:** 23.03.02 «Наземные транспортно-технологические комплексы»

**Направленность (профиль):** «Подъемно-транспортные, строительные машины и оборудование»

**Уровень образования:** бакалавриат

**Кафедра** «Металлургии, машин и оборудования»  
наименование кафедры

Разработчик ФОС:

К.п.н.

Бацунов С.Н.

\_\_\_\_\_  
(должность, степень, ученое звание)

\_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_  
(ФИО)

Оценочные материалы по дисциплине рассмотрены и одобрены на заседании кафедры, протокол № 10 от 10.06.2026г.

И. о. заведующего кафедрой к.п.н., доцент Бацунов С.Н.

Фонд оценочных средств по дисциплине *Физическая культура и спорт* разработан для текущей/промежуточной аттестации разработан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 22.03.02 *Металлургия* на основе Рабочей программы дисциплины *Физическая культура и спорт*, Положения о формировании Фонда оценочных средств по дисциплине (ФОС), Положения о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ЗГУ, Положения о государственной итоговой аттестации (ГИА) выпускников по образовательным программам высшего образования в ЗГУ им. Н.М. Федоровского.

### 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами образовательной программы

Таблица 1 – Компетенции и индикаторы их достижения

| Код и наименование компетенции  | Индикаторы достижения  |
|---|--|
| УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | УК-6.1: Отбирает и использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач<br><br>УК-6.2: Определяет задачи саморазвития и профессионального роста, выстраивает временную траекторию их достижения с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения |
| УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности    | УК-7.1: Определяет личностный уровень физического развития и физической подготовленности   |

Таблица 2 – Паспорт фонда оценочных средств

| Контролируемые разделы (темы) дисциплины   | Формируемая компетенция | Наименование оценочного средства                             | Показатели оценки  |
|--|-------------------------|--|--|
| Основы здорового образа жизни студента.<br>Физическая культура в обеспечении здоровья. | УК-6<br>УК-7            | Список литературных источников по тематике, тестовые задания | Составление систематизированного списка использованных источников, решение теста |
| Зачет  | УК-6<br>УК-7            | Решение всех тестовых заданий по темам                       | Решение всех тестовых заданий по темам   |

### 2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие процесс формирования компетенций

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, представлены в виде технологической карты дисциплины (таблица 3).

Таблица 3 – Технологическая карта

|   | <b>Наименование<br/>оценочного средства</b> | <b>Сроки<br/>выполнения</b>      | <b>Шкала<br/>оценивания</b> | <b>Критерии<br/>оценивания</b> |
|---|---|----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| <i><b>Промежуточная аттестация в 1 семестре в форме «Зачет»</b></i> |   |                                  |                             |                                |
|   | Тестовые задания                            | В течение обучения по дисциплине | от 0 до 5 баллов            | Зачет/Незачет                  |
| ИТОГО:  |   | -                                | ___ баллов                  | -                              |
|   | <b>Наименование<br/>оценочного средства</b> | <b>Сроки<br/>выполнения</b>      | <b>Шкала<br/>оценивания</b> | <b>Критерии<br/>оценивания</b> |
| <i><b>Промежуточная аттестация в 2 семестре в форме «Зачет»</b></i> |   |                                  |                             |                                |
|   | Тестовые задания                            | В течение обучения по дисциплине | от 0 до 5 баллов            | Зачет/Незачет                  |
| ИТОГО:  |   | -                                | ___ баллов                  | -                              |
|   | <b>Наименование<br/>оценочного средства</b> | <b>Сроки<br/>выполнения</b>      | <b>Шкала<br/>оценивания</b> | <b>Критерии<br/>оценивания</b> |

**Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие процесс формирования компетенций в ходе освоения образовательной программы**

Для очной, очно-заочной формы обучения  
Задания для текущего контроля и сдачи дисциплины

| ОЦЕНОЧНОЕ СРЕДСТВО<br>(тестирование)  | Контролируемая<br>компетенция      |
|---|------------------------------------|
| <i>Вариант 1</i>  |                                    |
| <p><b>1. Под быстротой как физическим качеством понимают:</b><br/>           а) способность быстро бегать;<br/>           б) способность совершать двигательные действия за минимальное время;<br/>           в) движения человека, обеспечивающие активное перемещение в пространстве;<br/>           г) способность поддерживать высокий темп движения при очень быстром передвижении</p> | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>2. Что является мерилем выносливости?</b><br/>           а) амплитуда движений;<br/>           б) сила мышц;<br/>           в) время;<br/>           г) быстрота двигательной реакции</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>3. Дополните определение: «Сила – это способность преодолевать... или противостоять ему за счет...»</b><br/>           а) внутреннее сопротивление; мышечного напряжения;<br/>           б) внешнее сопротивление; мышечного усилия;<br/>           в) физические упражнения; внутреннего потенциала;<br/>           г) физическую нагрузку; мышечного напряжения</p>                 | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>4. Что такое МПК (максимальное потребление кислорода)?</b><br/>           а) избыточное потребление кислорода после интенсивной работы;<br/>           б) вентиляция воздуха в лёгких, использование кислорода тканями;<br/>           в) скорость потребления кислорода во время работы;<br/>           г) объём потребления кислорода</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>5. «Королевой спорта» называют:</b><br/>           а) художественную гимнастику;<br/>           б) синхронное плавание;<br/>           в) спортивную гимнастику;<br/>           г) легкую атлетику</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |

|   |                      |
|---|----------------------|
| <p><b>6. С помощью какого теста лучше всего можно определить уровень развития скоростных способностей?</b></p> <p>а) челночный бег 3х10 метров;<br/> б) бег на 60 метров;<br/> в) прыжки в длину с разбега;<br/> г) прыжки через скакалку за 1 минуту</p>   | <p>УК-6<br/>УК-7</p> |
| <p><b>7. Какие команды подаются судьей на старте бега на 3000 метров?</b></p> <p>а) «На старт! Внимание! Марш!»;<br/> б) «На старт! Марш!»;<br/> в) «Внимание! Марш!»;<br/> г) «Приготовиться! Марш!»</p>   | <p>УК-6<br/>УК-7</p> |
| <p><b>8. Какие факторы преимущественно обуславливают уровень проявления общей выносливости?</b></p> <p>а) скоростно-силовые способности;<br/> б) лично-психические качества;<br/> в) факторы функциональной экономичности;<br/> г) аэробные возможности</p>   | <p>УК-6<br/>УК-7</p> |
| <p><b>9. Какова протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх?</b></p> <p>а) 42 км 195 м<br/> б) 32 км 195 м<br/> в) 50 км 195 м<br/> г) 45 км 195 м</p>   | <p>УК-6<br/>УК-7</p> |
| <p><b>10. Укажите последовательность решения задач в процессе обучения двигательным действиям:</b></p> <p>1. Закрепление            3. Разучивание<br/> 2. Ознакомление        4. Совершенствование</p> <p>а) 1, 2, 3, 4<br/> б) 2, 3, 1, 4<br/> в) 3, 2, 4, 1<br/> г) 4, 3, 2, 1</p>   | <p>УК-6<br/>УК-7</p> |
| <p><b>11. Какой витамин благоприятно действует на функции центральной нервной системы, повышает сопротивляемость организма к воздействию неблагоприятных факторов? Его недостаток приводит к снижению умственной и физической работоспособности, а избыток – к бессоннице, головной боли, отложению камней в почках.</b></p> <p>а) витамин А<br/> б) витамин В<br/> в) витамин С<br/> г) витамин РР</p> | <p>УК-6<br/>УК-7</p> |

|   |                             |
|---|-----------------------------|
| <p><b>12. Какая дистанция в легкой атлетике не является классической?</b><br/> а) 100 м<br/> б) 200 м<br/> в) 500 м<br/> г) 1500 м</p>  | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>13. В первых античных Олимпийских играх, состоявшихся в 776 г. до н.э., атлеты состязались в беге на дистанции, равной:</b><br/> а) одному стадию;<br/> б) двойной длине стадиона;<br/> в) 400 м;<br/> г) во время этих игр в беге не состязались</p>                       | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>14. Римский император, который в 394 году н.э. запретил проведение античных Олимпийских игр?</b><br/> а) Феодосий I;<br/> б) Нерон;<br/> в) Феодосий II;<br/> г) Юлиан</p>  | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>15. В Элладе победитель в пентатлоне, включающем бег, прыжок, метание диска и копья, а также борьбу, определялся:</b><br/> а) на основе принципа гуманизма;<br/> б) на основе принципа выбывания;<br/> в) по сумме занятых мест;<br/> г) по количеству одержанных побед</p> | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>16. Год создания Международного Олимпийского Комитета?</b><br/> а) 1898 г.<br/> б) 1911 г.<br/> в) 1923 г.<br/> г) 1894 г.</p>  | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>17. В 1894г. на Парижском конгрессе в состав МОК, состоявший всего из 13 членов, был избран первый россиянин. Кто он?</b><br/> а) А.Д. Бутовский<br/> б) Н.Н. Романов<br/> в) В.Г. Смирнов<br/> г) С.П. Павлов</p>  | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |

|   |                                    |
|---|------------------------------------|
| <p><b>18. Первый талисман Олимпийских игр появился в Мехико. Под каким талисманом и какие по счёту игры проходили в Москве?</b></p> <p>а) XIX – ягуар<br/> б) XXII – медвежонок<br/> в) XXIV – тигренок<br/> г) XXIII – орленок</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>19. В каком году и где впервые сборная команда России приняла участие в Олимпийском турнире по футболу?</b></p> <p>а) 1948 г. в Лондоне<br/> б) 1912 г. в Стокгольме<br/> в) 1920 г. в Бельгии<br/> г) 1904 г. в Канаде</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>20. Древнегреческие Игры Олимпиады праздновались:</b></p> <p>а) у горы Олимп<br/> б) в Афинах<br/> в) в Марафоне<br/> г) в Олимпии</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>21. Где был создан Международный Олимпийский комитет?</b></p> <p>а) Олимпия<br/> б) Париж<br/> в) Люцерн<br/> г) Лондон</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>22. В каком виде спорта Юрий Борзаковский стал чемпионом XXVIII игр в Афинах в 2004 г.?</b></p> <p>а) пятиборье<br/> б) единоборство<br/> в) лёгкая атлетика<br/> г) спортивные игры</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>23. Где зажигается факел олимпийского огня современных игр?</b></p> <p>а) Спарта<br/> б) гора Олимп<br/> в) Олимпия;<br/> г) Афины</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>24. Термин «Олимпиада» означает:</b></p> <p>а) четырёхлетний период между Олимпийскими играми;<br/> б) первый год четырёхлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;<br/> в) синоним Олимпийских игр;<br/> г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр</p> | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |

|   |                                    |
|---|------------------------------------|
| <p><b>25. Родина гимнастики:</b><br/> а) Индия, Китай;<br/> б) Греция, Индия;<br/> в) Корея, Китай;<br/> г) Индия, Япония</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><i>Вариант 2</i></p>   |                                    |
| <p><b>1. Способы торможения на лыжах:</b><br/> а) коньком;<br/> б) плугом;<br/> в) перешагиванием;<br/> г) все вышеперечисленные варианты</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>2. «Гимнастика» происходит от греческого <i>gymnastire, gymnast</i>, обозначающего:</b><br/> а) усиливаю<br/> б) обнаженный<br/> в) пластичный<br/> г) упражняю</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>3. Прыжок со снаряда в гимнастике обозначается как:</b><br/> а) наскок<br/> б) спрыгивание<br/> в) соскок<br/> г) завершение упражнения</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>4. Положение на снаряде, когда плечи занимающегося находятся выше точки опоры, называется:</b><br/> а) упор<br/> б) вертикальное усилие<br/> в) хват<br/> г) вис</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>5. Положение, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как:</b><br/> а) группировка<br/> б) сед<br/> в) поза<br/> г) комбинация</p> | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>6. Мах одной ногой, толчок другой, переворот правым (левым) боком - это:</b><br/> а) «колесо»<br/> б) сальто<br/> в) рондат<br/> г) пережат</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |

|   |                             |
|---|-----------------------------|
| <p><b>7. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорной поверхности отдельными частями тела - это:</b></p> <p>а) переворот<br/>б) перекат<br/>в) кувырок<br/>г) сальто</p>  | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>8. Свободное движение тела относительно оси вращения - это:</b></p> <p>а) мах<br/>б) поворот<br/>в) переворот<br/>г) наклон</p>   | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>9. Переход из вися в упор или из более низкого положения в высокое называется:</b></p> <p>а) выход<br/>б) спад<br/>в) подтягивание<br/>г) подъём</p>  | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>10. Быстрый переход из упора в вис - это:</b></p> <p>а) соскок<br/>б) спад<br/>в) мах<br/>г) спуск</p>  | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>11. Комплекс физических упражнений, обеспечивающий постепенный переход от сна к бодрствованию:</b></p> <p>а) общая физическая подготовка<br/>б) разминка<br/>в) зарядка<br/>г) тренировка</p> | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>12. Способ держания спортивного снаряда (предмета) в процессе выполнения упражнения:</b></p> <p>а) упор<br/>б) захват<br/>в) хват<br/>г) прихват</p>  | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>13. Разновидность стойки лыжника при спуске:</b></p> <p>а) согнув ноги<br/>б) низкая<br/>в) умеренная<br/>г) заниженная</p>   | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |
| <p><b>14. Страна, в которой зародился лыжный спорт:</b></p> <p>а) Норвегия<br/>б) Франция<br/>в) Италия<br/>г) Россия</p>   | <p><b>УК-6<br/>УК-7</b></p> |

|   |                       |
|---|-----------------------|
| <p><b>15. Атрибут экипировки, не входящий в обязательный минимум для занятий лыжным спортом:</b></p> <p>а) термокостюм<br/> б) шарфик<br/> в) головной убор<br/> г) перчатки</p>  | <p>УК-6<br/> УК-7</p> |
| <p><b>16. Скелетон является разновидностью...</b></p> <p>а) санного спорта<br/> б) конькобежного спорта<br/> в) горнолыжного спорта<br/> г) многоборий</p>  | <p>УК-6<br/> УК-7</p> |
| <p><b>17. Пятикратная Олимпийская чемпионка лыжных гонок:</b></p> <p>а) Раиса Сметанина<br/> б) Светлана Слепцова<br/> в) Екатерина Юрлова<br/> г) Ольга Зайцева</p>  | <p>УК-6<br/> УК-7</p> |
| <p><b>18. Какой способ поворота позволяет лыжнику сделать его на пологом склоне с меньшей потерей скорости?</b></p> <p>а) упором<br/> б) переступанием<br/> в) плугом<br/> г) на параллельных лыжах</p>   | <p>УК-6<br/> УК-7</p> |
| <p><b>19. Какая из перечисленных ошибок при падении на спуске часто приводит к серьёзным травмам?</b></p> <p>а) торможение палками сбоку;<br/> б) глубокий присед<br/> в) умышленное падение на бок<br/> г) выставление палок кольцами вперёд</p> | <p>УК-6<br/> УК-7</p> |
| <p><b>20. Гонщик просит уступить лыжню, необходимо:</b></p> <p>а) сойти с лыжни одной лыжей<br/> б) сойти с лыжни обеими лыжами<br/> в) остановиться и дать сопернику обойти вас стороной<br/> г) продолжать движение по лыжне</p>                | <p>УК-6<br/> УК-7</p> |
| <p><b>21. К попеременным ходам относится:</b></p> <p>а) бесшажный ход<br/> б) одношажный ход<br/> в) двухшажный ход<br/> г) всё вышеперечисленное</p>   | <p>УК-6<br/> УК-7</p> |
| <p><b>22. Какого конькового хода не существует в классификации?</b></p> <p>а) бесшажный<br/> б) одношажный<br/> в) двухшажный<br/> г) попеременный</p>  | <p>УК-6<br/> УК-7</p> |

|  |                                    |
|--|------------------------------------|
| <p><b>23. Какой из лыжных ходов наиболее часто применяется в туристических походах?</b></p> <p>а) попеременный двухшажный<br/> б) попеременный четырехшажный<br/> в) одновременный двухшажный<br/> г) одновременный бесшажный</p>                  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>24. Вес баскетбольного мяча должен быть:</b></p> <p>а) не менее 537 г, не более 630 г<br/> б) не менее 550 г, не более 645 г<br/> в) не менее 573 г, не более 670 г<br/> г) не менее 567 г, не более 650 г</p>                               | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>25. Игровое время в баскетболе составляет:</b></p> <p>а) 4 периода по 10 минут<br/> б) 3 периода по 10 минут<br/> в) 4 периода по 8 минут<br/> г) 3 периода по 10 минут</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><i><b>Вариант 3</b></i></p>   |                                    |
| <p><b>1. При каком количестве фолов игрок должен быть удален из игры по правилам ФИФА?</b></p> <p>а) 7<br/> б) 3<br/> в) 6<br/> г) 5</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>2. В каком году и где сборная команда России впервые приняла участие в Олимпийском турнире по футболу?</b></p> <p>а) 1948 г., Лондон<br/> б) 1912 г., Стокгольм<br/> в) 1920 г., Брюссель<br/> г) 1904 г., Оттава</p>                        | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>3. Какое минимальное количество игроков должно быть в команде, при котором она допускается к игре в футбол?</b></p> <p>а) не менее 7<br/> б) не менее 6<br/> в) не менее 8<br/> г) не менее 5</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>4. Какое наказание следует в футболе, если вратарь, находясь в пределах штрафной площади, касается мяча руками за ее пределами?</b></p> <p>а) угловой удар<br/> б) свободный удар<br/> в) штрафной удар<br/> г) одиннадцатиметровый удар</p> | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |

|   |                                    |
|---|------------------------------------|
| <p><b>5. Автором создания игры в волейбол считается:</b></p> <p>а) Елмери Бери<br/> б) Вильям Морган<br/> в) Ясутака Мацудайра<br/> г) Анатолий Эйнгорн</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>6. В течение какого времени в волейболе подающий должен нанести удар по мячу после свистка первого судьи на подачу?</b></p> <p>а) 8 секунд<br/> б) 3 секунд<br/> в) 10 секунд<br/> г) 7 секунд</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>7. Определение, применяемое в волейболе: «действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленному соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки» означает:</b></p> <p>а) атакующий удар<br/> б) блокирование<br/> в) заслон<br/> г) задержка</p> | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>8. Какова высота волейбольной сетки для мужчин?</b></p> <p>а) 2м 43см<br/> б) 2м 45см<br/> в) 2м 47см<br/> г) 2м 50см</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>9. Создателем игры в баскетбол считается:</b></p> <p>а) Х. Нильсон<br/> б) Л. Ордин<br/> в) Д. Нейсмит<br/> г) Ф. Шиллер</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>10. Сколько игроков – баскетболистов могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований?</b></p> <p>а) 5 человек<br/> б) 10 человек<br/> в) 12 человек<br/> г) 24 человека</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>11. В каком году появился баскетбол как игра?</b></p> <p>а) 1819 г.<br/> б) 1915 г.<br/> в) 1891 г.<br/> г) 1925 г.</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |

|  |                                    |
|--|------------------------------------|
| <p><b>12. Джоггинг – это:</b></p> <p>а) бег трусцой<br/> б) вид «боевой» аэробики<br/> в) союз молодёжи спортивного клуба<br/> г) разновидность нетрадиционных видов единоборств</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>13. Выполняя в баскетболе ведение мяча и сближаясь с соперником, игрок защищает мяч...</b></p> <p>а) отталкивая соперника рукой<br/> б) поворачиваясь к сопернику спиной<br/> в) небольшим наклоном и поворотом туловища от соперника<br/> г) ведением мяча от соперника</p>                     | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>14. Какие действия в баскетболе при обводке соперника наиболее правильны?</b></p> <p>а) чередование ведения мяча правой и левой рукой<br/> б) ведение мяча дальней по отношению к сопернику рукой<br/> в) ведение мяча ближней по отношению к сопернику рукой<br/> г) все выше перечисленные</p> | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>15. Игра в волейбол начинается с:</b></p> <p>а) передачи<br/> б) подачи<br/> в) броска<br/> г) выигрыша первого очка</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>16. Размер волейбольной площадки составляет:</b></p> <p>а) 6х9 м<br/> б) 9х18 м<br/> в) 9х12 м<br/> г) 8х16 м</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>17. Какое положение в стойке баскетболиста перед выполнением приемов является ошибкой?</b></p> <p>а) ступни расставлены на ширину плеч<br/> б) одна нога выставлена вперед<br/> в) ноги выпрямлены в коленях<br/> г) масса тела равномерно распределена на обеих ногах</p>                       | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>18. При игре в баскетбол нельзя делать передачу партнеру, если он ...</b></p> <p>а) находится позади вас<br/> б) находится далеко от вас<br/> в) не смотрит на вас<br/> г) «оторвался» от соперника</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>19. Что является ошибкой при ловле баскетбольного мяча?</b></p> <p>а) ловля мяча с амортизацией сгибанием рук<br/> б) ловля на прямые руки<br/> в) ловля мяча на уровне груди<br/> г) сближение кистей рук и расстановка пальцев</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |

|  |                                    |
|--|------------------------------------|
| <p><b>20. Какое из положений правильно при выполнении баскетболистом внезапной остановки движения?</b></p> <p>а) остановка выполнена на согнутые ноги<br/> б) перенесен центр массы тела на выставленную вперед ногу<br/> в) остановка выполнена на прямые ноги<br/> г) стопы поставлены на одну фронтальную линию</p> | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>21. Каким способом нельзя вырывать мяч у соперника при игре в баскетбол?</b></p> <p>а) захватом мяча двумя руками<br/> б) захватом мяча одной рукой<br/> в) ударом кулака<br/> г) направлением рывка снизу-вверх</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>22. Что является ошибкой при броске баскетбольного мяча одной рукой от плеча с места?</b></p> <p>а) разгибание ног в коленных суставах<br/> б) вынос рук с мячом по средней линии лица<br/> в) вынос руки с мячом сбоку от лица<br/> г) заключительное движение кистью</p>                                       | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>23. Что является ошибкой в сочетании приемов «ведение – два шага – бросок» при игре в баскетбол?</b></p> <p>а) выполнение широких шагов<br/> б) ловля мяча в опорном положении<br/> в) выпрыгивание вверх при броске мяча<br/> г) бросок мяча правой рукой при отталкивании левой ногой</p>                      | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>24. Слово «волейбол» означает:</b></p> <p>а) «летающий» мяч<br/> б) «игра с мячом через сетку»<br/> в) «игра в мяч»<br/> г) «спортивная игра»</p>  | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |
| <p><b>25. Вес волейбольного мяча составляет:</b></p> <p>а) 260-280 граммов<br/> б) 290-300 граммов<br/> в) 320-330 граммов<br/> г) зависит от материала мяча</p>   | <p><b>УК-6</b><br/><b>УК-7</b></p> |