

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Андрей Драгомирович Хлутков
Должность: директор
Дата подписания: 17.04.2024 14:27:40
Уникальный программный ключ:
880f7c07c583b07b775f6604a630281b17ca96d3

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ

Кафедра управления в сфере туризма и гостиничного бизнеса

Утверждены

решением учебно-методической
комиссии по направлению
«Гостиничное дело» / «Туризм»

Протокол №5

от «19 » февраля 2024г

КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Б1.О.05 «Физическая культура и спорт»

43.03.03 «Гостиничное дело»

Гостиничное дело

Бакалавр

очная

Год набора – 2022

Санкт-Петербург, 2024 г.

Автор(ы)-составитель(и):

Заведующий кафедрой физической культуры и спорта

к.п.н., профессор:

Н.В. Колесников

Заведующий кафедрой УСТИГБ:

Доктор экономических наук, профессор Морозова Марина Александровна

№ п/п	Код компетенций	Тип задания	Вопрос	Ответ
1.	УК-7	Закрытое (с выбором)	<p>Самая длинная дистанция в соревнованиях по легкой атлетике на Олимпийских играх:</p> <p>А. 3000 м Б. Марафон В. 10000 м</p>	Б
2.	УК-7	Закрытое (с выбором)	<p>Аэробный вид тренировки развивает:</p> <p>А. скоростную выносливость Б. скоростно-силовую выносливость В. общую выносливость</p>	В
3.	УК-7	Закрытое (на сопоставление)	<p>Соотнесите мышечный процесс и его свойство:</p> <p>А. Уменьшение напряжения мышечных волокон; Б. Усиление напряжения мышечных волокон;</p> <p>1 Напряжение мышц; 2 Расслабление мышц</p>	А 2 Б 1

4.	УК-7	Закрытое (на сопоставление)	<p>Соотнесите:</p> <p>А. наиболее благоприятное время суток для тренировок:</p> <p>Б. наименее благоприятное время суток для тренировок:</p> <p>1 утреннее время суток с 8 до 9 час;</p> <p>2 вечернее время суток с 17 до 19 час.</p>	<p>А 1</p> <p>Б 2</p>
5.	УК-7	Открытое (на дополнение)	Способность быстро координировать движения – это	ловкость
6.	УК-7	Открытое (на дополнение)	Способность противостоять утомлению – это	выносливость
7.	УК-7	Открытое (с развернутым ответом)	Что такое самоконтроль?	Самостоятельное регулярное наблюдение за физическим развитием, влиянием на организм занятий спортом.
8.	УК-7	Открытое (с развернутым ответом)	Чем является спорт с точки зрения физической культуры человека?	Спорт является основным средством физической культуры.