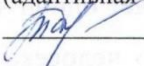



**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Ставропольский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
кафедра физического воспитания и адаптивной физкультуры**

**СОГЛАСОВАНО**

Руководитель направления  
подготовки  
49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)  
 /О.Ю. Тарасова/  
«28» мая 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Зав. кафедрой физического  
воспитания и адаптивной физической  
культуры  А.А. Марченко/  
«28» мая 2025 г.

**Фонд оценочных средств по дисциплине**

Наименование дисциплины	<b>Адаптивный спорт</b>
Направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Адаптивное физическое воспитание
Форма обучения	Очная/заочная
Год начала подготовки	2025

## Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (полностью или частично)

Коды и наименование компетенций	Наименование компетенций
<b>ОПК-1</b>	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья
<b>ОПК-7</b>	Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций

### 1. Виды оценочных материалов и соответствие с формируемыми компетенциями

Наименование компетенций	Виды оценочных материалов	Количество заданий
<b>ОПК-1</b>	Задание закрытого типа на установление соответствия	5 с эталоном ответов
	Задание закрытого типа на установление последовательности	5 с эталоном ответов
	Задание открытого типа с развернутым ответом/ задача	5 с эталоном ответов
	Задания открытого типа с кратким ответом	5 с эталоном ответов
	Задание закрытого типа	30 с эталоном ответов
<b>ОПК-7</b>	Задание закрытого типа на установление соответствия	5 с эталоном ответов
	Задание закрытого типа на установление последовательности	5 с эталоном ответов
	Задание открытого типа с развернутым ответом/ задача	5 с эталоном ответов
	Задания открытого типа с кратким ответом	5 с эталоном ответов
	Задание закрытого типа	30 с эталоном ответов
<b>Всего</b>		100 заданий

## 2. Банк заданий по оценке уровня формирования компетенций

№ п/п	Наименование компетенций	Задание	Верный вариант																								
1.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>1. Определите соответствие между спортивными соревнованиями и категориями участников:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Соревнование</th> <th colspan="2">Участники</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Всемирные игры инвалидов</td> <td>А</td> <td>Люди с нарушением слуха</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Сурдлимпийские игры</td> <td>В</td> <td>Люди с ампутациями конечностей</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Паралимпийские игры</td> <td>С</td> <td>Люди с нарушениями умственного развития</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Специал Олимпикс</td> <td>Д</td> <td>Люди с поражением центральной нервной системы</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Международные чемпионаты по бочче</td> <td>Е</td> <td>Люди с ограничениями двигательной активности</td> </tr> </tbody> </table>	Соревнование		Участники		1	Всемирные игры инвалидов	А	Люди с нарушением слуха	2	Сурдлимпийские игры	В	Люди с ампутациями конечностей	3	Паралимпийские игры	С	Люди с нарушениями умственного развития	4	Специал Олимпикс	Д	Люди с поражением центральной нервной системы	5	Международные чемпионаты по бочче	Е	Люди с ограничениями двигательной активности	1-Е, 2-А, 3-В/Д, 4-С, 5-В
Соревнование		Участники																									
1	Всемирные игры инвалидов	А	Люди с нарушением слуха																								
2	Сурдлимпийские игры	В	Люди с ампутациями конечностей																								
3	Паралимпийские игры	С	Люди с нарушениями умственного развития																								
4	Специал Олимпикс	Д	Люди с поражением центральной нервной системы																								
5	Международные чемпионаты по бочче	Е	Люди с ограничениями двигательной активности																								
2.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>2. Соотнесите цели занятий адаптивным спортом и соответствующие виды активности:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Цель занятия</th> <th colspan="2">Активность</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Улучшение координации движений</td> <td>А</td> <td>Гимнастика</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Повышение выносливости сердечно-сосудистой системы</td> <td>В</td> <td>Бег трусцой</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Укрепление мышц спины и плечевого пояса</td> <td>С</td> <td>Йога</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Развитие ловкости рук</td> <td>Д</td> <td>Плавание</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Поддержание гибкости суставов</td> <td>Е</td> <td>Рукоделие</td> </tr> </tbody> </table>	Цель занятия		Активность		1	Улучшение координации движений	А	Гимнастика	2	Повышение выносливости сердечно-сосудистой системы	В	Бег трусцой	3	Укрепление мышц спины и плечевого пояса	С	Йога	4	Развитие ловкости рук	Д	Плавание	5	Поддержание гибкости суставов	Е	Рукоделие	1-А, 2-В, 3-С, 4-Е 5-Д
Цель занятия		Активность																									
1	Улучшение координации движений	А	Гимнастика																								
2	Повышение выносливости сердечно-сосудистой системы	В	Бег трусцой																								
3	Укрепление мышц спины и плечевого пояса	С	Йога																								
4	Развитие ловкости рук	Д	Плавание																								
5	Поддержание гибкости суставов	Е	Рукоделие																								

3.	ОПК-1	<p><b>3.Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</b> Соответствие между классификациями спортсменов с ограниченными возможностями и характеристиками инвалидности:</p> <table border="1" data-bbox="507 338 1141 772"> <thead> <tr> <th colspan="2">Классификация</th> <th colspan="2">Ххарактеристика инвалидности</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Класс F51-F58</td> <td>A</td> <td>Повреждения верхних конечностей</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Класс CPISRA</td> <td>B</td> <td>Паралич спинного мозга</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Class T/F11-T/F13</td> <td>C</td> <td>Ампутация ног</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Класс SB-SW6</td> <td>D</td> <td>Последствия детского церебрального паралича</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Категория S/SB1-S/B13</td> <td>E</td> <td>Нарушение слуха</td> </tr> </tbody> </table>	Классификация		Ххарактеристика инвалидности		1	Класс F51-F58	A	Повреждения верхних конечностей	2	Класс CPISRA	B	Паралич спинного мозга	3	Class T/F11-T/F13	C	Ампутация ног	4	Класс SB-SW6	D	Последствия детского церебрального паралича	5	Категория S/SB1-S/B13	E	Нарушение слуха	1-D, 2-B, 3-C, 4-A, 5-E
Классификация		Ххарактеристика инвалидности																									
1	Класс F51-F58	A	Повреждения верхних конечностей																								
2	Класс CPISRA	B	Паралич спинного мозга																								
3	Class T/F11-T/F13	C	Ампутация ног																								
4	Класс SB-SW6	D	Последствия детского церебрального паралича																								
5	Категория S/SB1-S/B13	E	Нарушение слуха																								
4.	ОПК-1	<p><b>4.Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</b> Определите соответствие между адаптивными дисциплинами и специфическими средствами реабилитации:</p> <table border="1" data-bbox="507 929 1141 1249"> <thead> <tr> <th colspan="2">Дисциплина</th> <th colspan="2">Средство реабилитации</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Легкая атлетика</td> <td>A</td> <td>Протезы нижних конечностей</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Велоспорт</td> <td>B</td> <td>Ортопедический корсет</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Стрельба из лука</td> <td>C</td> <td>Специальные велосипеды-трайки</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Конный спорт</td> <td>D</td> <td>Трости, костыли</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Боулинг</td> <td>E</td> <td>Усиленный поясничный бандаж</td> </tr> </tbody> </table>	Дисциплина		Средство реабилитации		1	Легкая атлетика	A	Протезы нижних конечностей	2	Велоспорт	B	Ортопедический корсет	3	Стрельба из лука	C	Специальные велосипеды-трайки	4	Конный спорт	D	Трости, костыли	5	Боулинг	E	Усиленный поясничный бандаж	1-A, 2-C, 3-D 4-B, 5-E
Дисциплина		Средство реабилитации																									
1	Легкая атлетика	A	Протезы нижних конечностей																								
2	Велоспорт	B	Ортопедический корсет																								
3	Стрельба из лука	C	Специальные велосипеды-трайки																								
4	Конный спорт	D	Трости, костыли																								
5	Боулинг	E	Усиленный поясничный бандаж																								
5.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</b> <b>5. Установите соответствие между видами спорта и основными заболеваниями, при которых они рекомендованы:</b></p> <table border="1" data-bbox="507 1523 1141 1937"> <thead> <tr> <th colspan="2">Вид спорта</th> <th colspan="2">Заболевание</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Спортивное ориентирование</td> <td>A</td> <td>Нарушения зрения</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Шахматы</td> <td>B</td> <td>Проблемы опорно-двигательного аппарата</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Бочча</td> <td>C</td> <td>Рассеянный склероз</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Настольный теннис</td> <td>D</td> <td>Инвалидность вследствие травм позвоночника</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Пауэрлифтинг</td> <td>E</td> <td>Болезнь Паркинсона</td> </tr> </tbody> </table>	Вид спорта		Заболевание		1	Спортивное ориентирование	A	Нарушения зрения	2	Шахматы	B	Проблемы опорно-двигательного аппарата	3	Бочча	C	Рассеянный склероз	4	Настольный теннис	D	Инвалидность вследствие травм позвоночника	5	Пауэрлифтинг	E	Болезнь Паркинсона	1-C, 2-A, 3-E, 4-B, 5-D
Вид спорта		Заболевание																									
1	Спортивное ориентирование	A	Нарушения зрения																								
2	Шахматы	B	Проблемы опорно-двигательного аппарата																								
3	Бочча	C	Рассеянный склероз																								
4	Настольный теннис	D	Инвалидность вследствие травм позвоночника																								
5	Пауэрлифтинг	E	Болезнь Паркинсона																								
6.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b> Установите правильную последовательность этапов организации соревнований по адаптивному спорту среди студентов АФК. Выберите правильный вариант</p>	B																								

		<p>последовательности.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование команд участников</li> <li>2. Определение регламента и правил соревнований</li> <li>3. Подготовка места проведения мероприятий</li> <li>4. Проведение предварительного медицинского осмотра спортсменов</li> <li>5. Объявление результатов соревнования</li> </ol> <p>Варианты ответа:</p> <p>A. 1 → 2 → 3 → 4 → 5</p> <p>B. 4 → 2 → 1 → 3 → 5</p> <p>C. 2 → 1 → 4 → 3 → 5</p> <p>D. 3 → 4 → 1 → 2 → 5</p>	
7.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>Расположите этапы проведения тренировочного процесса в адаптивном спорте в правильном порядке.</p> <p><b>Этапы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка и подготовка организма спортсмена к нагрузкам.</li> <li>2. Основная часть тренировки с выполнением специализированных упражнений.</li> <li>3. Заключительная часть тренировки, включающая заминку и восстановление.</li> <li>4. Оценка эффективности проведенной тренировки и коррекция дальнейших планов.</li> <li>5. Медицинская консультация перед началом тренировок.</li> </ol> <p>Выберите верный порядок следования этапов:</p> <p>A. 5 → 1 → 2 → 3 → 4</p> <p>B. 1 → 2 → 3 → 4 → 5</p> <p>C. 2 → 1 → 3 → 4 → 5</p> <p>D. 5 → 2 → 1 → 3 → 4</p>	A
8.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p><b>Установите правильную последовательность этапов спортивной реабилитации пациентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Диагностика функционального состояния пациента и определение уровня инвалидности.</li> <li>2. Составление индивидуальной программы тренировок и выбор методов коррекции нарушений.</li> <li>3. Проведение подготовительных мероприятий (разминка).</li> <li>4. Реализация основной части тренировки с использованием специальных приспособлений и оборудования.</li> <li>5. Завершающая часть тренировки (заминка, расслабляющие процедуры).</li> <li>6. Контроль динамики изменений и оценка достигнутых результатов.</li> </ol> <p>Выберите правильную последовательность шагов:</p> <p>A. 1 → 2 → 3 → 4 → 5 → 6</p> <p>B. 2 → 1 → 3 → 4 → 5 → 6</p> <p>C. 1 → 3 → 2 → 4 → 5 → 6</p> <p>D. 3 → 1 → 2 → 4 → 5 → 6</p>	A
9.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>Установите правильную последовательность этапов развития адаптивной физической культуры и спорта у детей с ограниченными возможностями здоровья.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Первичный медицинский осмотр и выявление особенностей здоровья ребенка.</li> <li>2. Выбор вида спорта и методики занятий, соответствующих индивидуальным возможностям ребенка.</li> <li>3. Индивидуальное обучение технике выполнения упражнений и правилам безопасности.</li> </ol>	A

		<p>4. Постепенное включение в групповые занятия и соревновательную деятельность.</p> <p>5. Мониторинг прогресса и коррекция программы занятий.</p> <p>Выберите правильную последовательность:</p> <p>A. 1 → 2 → 3 → 4 → 5</p> <p>B. 2 → 1 → 3 → 4 → 5</p> <p>C. 1 → 3 → 2 → 4 → 5</p> <p>D. 2 → 3 → 1 → 4 → 5</p>	
10.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>Определите правильную последовательность этапов внедрения адаптивных технологий в тренировочный процесс спортсменов с нарушением зрения.</p> <p>1. Консультация специалиста по вопросам адаптивных методик и выбора вспомогательных устройств.</p> <p>2. Анализ индивидуальных потребностей и функциональных ограничений спортсмена.</p> <p>3. Организация практических занятий с применением выбранных методик и инструментов.</p> <p>4. Оценка результата адаптации и внесение корректировок в программу тренировок.</p> <p>5. Подбор специальной экипировки и технических средств.</p> <p>Выберите правильную последовательность:</p> <p>A. 2 → 1 → 5 → 3 → 4</p> <p>B. 1 → 2 → 5 → 3 → 4</p> <p>C. 2 → 5 → 1 → 3 → 4</p> <p>D. 1 → 5 → 2 → 3 → 4</p>	А
11.	ОПК-1	<p><b>1.Продолжите предложение</b></p> <p>Дополните данное утверждение развернутым предложением:</p> <p>«Организация и проведение занятий адаптивным спортом направлены на...»</p> <p><b>Критерии оценки:</b></p> <p>1. Раскрытие ключевых понятий адаптивного спорта.</p> <p>2. Привлечение современных исследований и статистики.</p> <p>3. Примеры успешных практик и инноваций.</p> <p>4. Ясность изложения и четкость структурирования ответа.</p>	<p>Организация и проведение занятий адаптивным спортом направлены на решение широкого спектра задач, связанных с реабилитацией, оздоровлением и социальным взаимодействием людей с ограниченными возможностями здоровья. Главной целью таких занятий является помощь лицам с инвалидностью обрести навыки самостоятельного передвижения, освоить новые умения и повысить общий уровень физической активности. Эффективность занятий достигается благодаря комплексной работе специалистов разных профилей: медицинских работников, педагогов, тренеров и психологов. Современные исследования подтверждают, что адаптивная физическая культура положительно влияет на функционирование органов и систем организма, снижая риски развития сопутствующих заболеваний. Примером успешного внедрения адаптивного спорта служат проекты, реализующиеся в рамках государственных программ. Например, Всероссийские спортивные состязания для инвалидов ежегодно привлекают тысячи участников и демонстрируют высокие показатели эффективности реабилитационной работы. Таким образом, организация занятий адаптивным спортом представляет собой важный элемент современной системы здравоохранения и социального обслуживания, позволяющий обеспечить доступность качественных услуг и создать комфортные условия для активного долголетия и полноценной жизни.</p>
12.	ОПК-1	<p><b>2.Продолжите предложение</b></p> <p>Дополните данное утверждение развернутым предложением:</p> <p>Цель занятий адаптивным спортом заключается в...»</p>	<p>Цель занятий адаптивным спортом заключается в обеспечении условий для физического развития, социальной адаптации и интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья путем организации систематической двигательной активности, направленной на</p>

			улучшение функционального состояния организма, повышение уровня физической подготовленности, формирование необходимых двигательных навыков и способностей, развитие личностных качеств, таких как самостоятельность, уверенность в себе, ответственность и коммуникативность.
13.	ОПК-1	<b>3.Продолжите предложение</b> Дополните данное утверждение развернутым предложением: В рамках освоения дисциплины «Адаптивный спорт» студенты приобретают знания..."	Дисциплины «Адаптивный спорт» состоит в формировании профессиональных компетенций будущих специалистов по адаптивной физической культуре, направленных на организацию эффективных тренировочных процессов и мероприятий среди лиц с различными видами нарушений функций организма. Дисциплина охватывает теорию и практику адаптивных видов спорта, методы диагностики физических возможностей, принципы планирования учебно-тренировочного процесса, методики реабилитации и коррекции отклонений в состоянии здоровья посредством специально организованных спортивных занятий. Цель изучения данной дисциплины также включает овладение методиками профилактики заболеваний, восстановления утраченных функций и социального включения обучающихся с особыми потребностями в общество через физическую активность и спортивные мероприятия.
14.	ОПК-1	<b>Продолжите предложение</b> 4.Дополните данное утверждение развернутым предложением: «Организация занятий по адаптивному спорту направлена на...»	Организация занятий по адаптивному спорту направлена на создание оптимальных условий для комплексного подхода к физическому воспитанию, реабилитации и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья. Это достигается путём внедрения специализированных программ тренировки, ориентированных на восстановление нарушенных функций организма, поддержание оптимального уровня физической активности, коррекцию имеющихся ограничений подвижности и двигательных навыков, а также содействие активному вовлечению

			участников в жизнь социума. Занятия способствуют укреплению физического здоровья, снижению риска возникновения вторичных осложнений, нормализации эмоционального фона и достижению психологической устойчивости, что способствует дальнейшему повышению качества жизни людей с особенностями здоровья.
15.	ОПК-1	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>5.Дополните данное утверждение развернутым предложением: «Адаптивный спорт предназначен для...»</p>	<p>Адаптивный спорт предназначен для повышения уровня физической активности, улучшения двигательных навыков и укрепления здоровья людей с ограничениями жизнедеятельности различной степени тяжести. Основной целью является обеспечение полноценного участия в активной жизни общества через физическое воспитание, рекреацию и спортивные достижения. Занятия адаптивным спортом помогают компенсировать функциональные ограничения, восстановить потерянные способности, повысить качество жизни и самооценку индивидов с инвалидностью, развить мотивацию к саморазвитию и самореализации. Организация учебного процесса предусматривает индивидуализированный подход к каждому студенту, учет особенностей заболевания, подбор адекватных нагрузок и контроль эффективности используемых методик.</p>
16.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>1.Задача: Рассмотрите особенности планирования и реализации тренировочных занятий по адаптивному плаванию для группы подростков с ДЦП (детским церебральным параличом). Предложите комплекс мер и рекомендаций по эффективному обучению плаванию, обеспечивающих безопасность и комфорт юных пловцов. Разработайте примерный план тренировочной сессии длительностью 60 минут, учитывающий индивидуальные потребности и</p>	<p>Особенности организации занятий по адаптивному плаванию для подростков с ДЦП: Подростки с диагнозом детский церебральный паралич имеют существенные различия в двигательном развитии, координации движений и мышечном тоне. Поэтому программа обучения плаванию должна учитывать эти</p>

		<p>возможности занимающихся.</p> <p>Критерии оценки:</p> <p>Адекватность предложенных подходов уровню заболевания (ДЦП).</p> <p>Четкость изложения плана урока и учет всех важных элементов структуры занятия.</p> <p>Соответствие гигиеническим нормам и рекомендациям медицинской практики.</p> <p>Аргументированность выводов и предложений.</p>	<p>особенности, обеспечивая каждому ребенку комфортные условия и оптимальные нагрузки. Обучение плаванию должно проводиться индивидуально либо небольшими группами (до 4-х человек) под руководством квалифицированного тренера-преподавателя и врача-реабилитолога. Необходимо соблюдать принцип постепенности и дозирования нагрузок, сочетая плавательные упражнения с элементами лечебной физкультуры и дыхательной гимнастики.</p> <p><b>Выводы:</b></p> <p>Регулярное занятие плаванием значительно улучшает физическое состояние подростков с ДЦП, укрепляет мышцы, развивает подвижность суставов и стимулирует нервную систему. Важно помнить, что эффективность занятий зависит от грамотного построения программы, учета индивидуальных особенностей каждого ученика и постоянного контроля за состоянием занимающихся.</p>
17.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p><b>2.Задача:</b> Разработать индивидуализированную программу адаптивной физической активности для пожилого человека с ограниченными возможностями передвижения вследствие перенесенного инсульта. Программа должна включать рекомендации по выбору видов физической активности, режиму тренировок, мотивации и восстановлению утраченных функций. Проанализируйте возможные противопоказания и меры предосторожности при проведении занятий.</p> <p>Критерии оценки:</p> <p>1. Глубина анализа физиологических и психоэмоциональных особенностей пожилых людей с последствиями инсульта.</p> <p>2. Полноценность разработанной программы и учет противопоказаний.</p> <p>3. Научно обоснованные аргументы и практические рекомендации.</p> <p>4. Ясность изложения и структура представленного материала.</p>	<p>Последствия инсульта приводят к значительным изменениям моторных функций, нарушению координации движений и снижению мышечной силы. Цель адаптивной физической активности состоит в восстановлении утраченных функций, улучшении общего самочувствия и повышении качества жизни пожилого человека.</p> <p>Программа строится на принципах доступности, регулярности и постепенности увеличения нагрузки. Рекомендуется сочетать активные физические упражнения с методами восстановительной терапии, такими как лечебная физкультура (ЛФК), физиотерапия и эрготерапия.</p> <p><b>План тренировок (пример):</b></p> <p><b>Цель программы:</b> восстановление двигательных функций, укрепление мышц и профилактика вторичных осложнений.</p> <p><b>Продолжительность программы:</b> 8-12 недель.</p>

			<p><b>Частота занятий:</b> 3 раза в неделю по 30-45 минут.</p> <p><b>Структура занятия:</b></p> <p><b>1. Разогревающие упражнения (5-10 минут):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Медленные растяжки, дыхательная гимнастика, легкие движения руками и ногами.</li> </ul> <p><b>2. Основная часть (20-30 минут):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнения для укрепления мышц конечностей (например, сгибания-разгибания руки и ноги, удержание равновесия).</li> <li>- Специальные упражнения для улучшения мелкой моторики и координации движений (работа с мячом, использование эспандеров).</li> <li>- Функциональные игры и прогулки для стимуляции ходьбы и ориентации в пространстве.</li> </ul> <p><b>3. Заключительная часть (5-10 минут):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Мягкое растяжение мышц, релаксация, дыхательные упражнения.</li> </ul>
18.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p><b>3.Задача:</b> Представьте ситуацию, что вы тренер по адаптивному спорту и работаете с группой молодых людей с ампутацией нижних конечностей. Вам необходимо разработать учебно-тренировочную программу, направленную на формирование навыков самостоятельной жизнедеятельности и интеграцию в общество посредством занятий спортом. Какие специальные средства и приемы будут использованы вами в работе? Какими основными критериями вы будете руководствоваться при составлении программы?</p> <p><b>Критерии оценки:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понимание специфики ситуации и проблем целевой аудитории.</li> <li>2. Качество и обоснованность представленных решений.</li> <li>3. Логичность изложения материала и ясность представления программы.</li> <li>4. Наличие примеров использования современных технологий и достижений науки.</li> </ol>	<p><b>Учебно-тренировочная программа для молодых людей с ампутацией нижних конечностей:</b></p> <p>Тренировка молодежи с ампутацией нижних конечностей требует особого подхода, поскольку данная категория испытывает значительные трудности в движении и адаптации к окружающей среде. Основной целью нашей программы станет развитие физических качеств, способствующих самостоятельной жизни и социальной интеграции.</p> <p><b>Этапы программы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Оценка начального уровня физической готовности и степени адаптации к протезированию.</b> Проводится тестирование основных показателей здоровья и работоспособности, выявляется степень привыкания к протезам.</li> <li><b>2. Фаза базовой подготовки.</b> Включает упражнения, направленные на укрепление оставшихся</li> </ol>

			<p>мышц, поддержание стабильности позвоночника и профилактику деформаций стопы и таза.</p> <p><b>3. Специализированная физическая активность.</b> Для повышения мобильности используется специально подобранный комплекс упражнений на балансировку, ходьба на беговых дорожках, плавание и велотренажеры.</p> <p><b>4. Реабилитационные мероприятия.</b> Физио- и гидротерапия применяются для снятия напряжения и усталости, ускорения процессов регенерации тканей.</p> <p><b>5. Интеграция в коллектив.</b> Участие в соревнованиях и мероприятиях формирует навыки взаимодействия и коммуникации, снижает социальную изоляцию.</p>
19.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p><b>4.</b> Представьте, что вы разрабатываете программу адаптивного спорта для группы детей с синдромом Дауна, проживающих в небольшом городе. Ваш проект включает создание интегрированных уроков физической культуры, ориентированных на инклюзивное образование и воспитание навыков здорового образа жизни. Подробно расскажите о возможных формах и методах работы, направленных на достижение поставленных целей. Объясните, почему вы выбрали именно такую стратегию и какие ожидаемые результаты планируете достичь.</p> <p><b>Критерии оценки:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уровень аргументации и полнота раскрытия темы.</li> <li>2. Практическая применимость предлагаемой стратегии.</li> <li>3. Грамотность оформления и логика изложения.</li> <li>4. Соответствие требованиям учебного заведения и стандартам образования.</li> </ol>	<p>Дети с синдромом Дауна требуют особого подхода к воспитанию и образованию, поскольку они сталкиваются с трудностями в обучении, коммуникациях и поведении. Создание интегрированной программы физической культуры направлено на развитие моторных навыков, физическую активность и социальные компетенции.</p> <p><b>Цели проекта:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие крупной и мелкой моторики.</li> <li>- Повышение уровня физической подготовки и выносливости.</li> <li>- Воспитание здоровых привычек и осознанного отношения к своему здоровью.</li> <li>- Формирование позитивного опыта общения и сотрудничества со сверстниками.</li> </ul>
20.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p><b>Задача:</b></p> <p>Вам поручили организовать группу адаптивного спорта для взрослых с ограниченными возможностями здоровья, проживающими в сельской местности. Вы должны предложить организационную схему, включающую обоснование выбора направления спорта, критерии подбора инструкторов и волонтеров, а также описать способы привлечения участников и возможные трудности, с которыми столкнетесь при реализации вашего проекта.</p> <p><b>Критерии оценки:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятность и аргументированность предлагаемых решений.</li> </ol>	<p>Проект предполагает организацию регулярных занятий адаптивным спортом для взрослых с различными формами инвалидности в условиях сельского поселения. Главная задача заключается в обеспечении равного доступа к занятиям спортом, поддержке физической активности и социальной</p>

		<p>2. Целесообразность выбранного направления спорта и методов работы.</p> <p>3. Конкретность описания способов привлечения участников и преодоления трудностей.</p> <p>4. Гармония с целями и задачами адаптивного спорта.</p>	<p>интеграции.</p> <p><b>Направление спорта:</b></p> <p>Выбор пал на адаптивную скандинавскую ходьбу ввиду её универсальности и низкой травматичности. Скандинавская ходьба подходит практически всем категориям населения независимо от пола, возраста и степени инвалидности. Она оказывает положительное влияние на общее самочувствие, сердечную деятельность и настроение.</p> <p><b>Критерии подбора инструкторов и волонтеров:</b></p> <p>Инструкторы должны иметь квалификацию и опыт работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья. Среди требований — владение техникой адаптивной скандинавской ходьбы, умение проводить медицинскую диагностику и разработку индивидуальных программ занятий. Волонтеры привлекаются для помощи в сопровождении участников и подготовке мест занятий.</p> <p><b>Способы привлечения участников:</b></p> <p>Используются разные каналы информирования: объявления в местных газетах, выступления на радио и телевидении, распространение листовок и флаеров. Активно задействуются социальные сети и личные приглашения знакомых и друзей будущих участников.</p> <p><b>Трудности и пути их преодоления:</b></p> <p>Возможные проблемы включают отсутствие необходимого инвентаря, нехватку кадров и низкую</p>
--	--	---	---

			<p>осведомленность населения о преимуществах адаптивного спорта. Решения предполагают закупку специализированного оборудования, проведение курсов повышения квалификации для сотрудников, работу с местными властями по популяризации инициативы.</p> <p>Такой проект обеспечивает участникам доступ к полноценным занятиям спортом, поддерживает здоровье и улучшает качество жизни сельских жителей с ограниченными возможностями здоровья.</p>
21.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  1. Какой метод используется для повышения мотивации и интереса учащихся с ограниченными возможностями здоровья к занятиям физической культурой?  А) Соревновательно-игровой  Б) Лекции  В) Наблюдение  Г) Анализ учебной литературы  Д) Самостоятельная работа над ошибками</p>	А
22.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  Какое средство обучения позволяет развивать координационные способности детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата?  А) Спортивные тренажеры  Б) Гимнастические упражнения  В) Плавание  Г) Беговые дорожки  Д) Фитнес-клубы</p>	Б
23.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  Основной принцип метода коррекции двигательных нарушений заключается в...  А) Выполнении упражнений строго индивидуально  Б) Максимальном развитии всех физических качеств  В) Преодолении дефектов движений посредством специальных методик  Г) Регулярном контроле показателей физического состояния  Д) Повышении общей выносливости организма</p>	В
24.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  Для восстановления функций рук после травмы позвоночника используют...  А) Силовую гимнастику  Б) Игры с мячом  В) Эрготерапию  Г) Велосипедные прогулки  Д) Водные процедуры</p>	В
25.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  Метод круговой тренировки направлен на развитие...  А) Выносливости  Б) Скоростных способностей</p>	А

		В) Координационных способностей Г) Гибкости тела Д) Мышечной силы	
26.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Чем отличается коррекционно-развивающая направленность занятий адаптивной физкультурой от традиционной системы тренировок? А) Индивидуальным подбором нагрузки Б) Использованием игрового подхода В) Применение специализированных методов адаптации нагрузок Г) Формирование командного духа Д) Акцент на оздоровлении организма	В
27.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Основным средством формирования правильной осанки являются... А) Специальные физические упражнения Б) Медикаментозное лечение В) Ортопедическая обувь Г) Лечебная диета Д) Психологическая поддержка	А
28.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Какой метод помогает преодолеть страх перед физическими нагрузками у учеников с особыми потребностями? А) Поддержка тренера Б) Постепенное увеличение интенсивности нагрузки В) Игровые методики Г) Участие родителей в тренировочном процессе Д) Индивидуальные консультации психолога	Б
29.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Какой инструмент способствует развитию мелкой моторики у детей с нарушением слуха? А) Работа с мелкими предметами Б) Использование слуховых аппаратов В) Занятия танцами Г) Тренировка дыхания Д) Подвижные игры	А
30.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Физическое воспитание школьников с ограниченными возможностями должно учитывать... А) Специфичность заболеваний Б) Уровень подготовки ребенка В) Интересы ученика Г) Ограничение во времени Д) Требования образовательного стандарта	А
31.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Оптимальная продолжительность одного урока адаптивной физкультуры составляет примерно... А) 20–30 минут Б) 30–45 минут В) 45–60 минут Г) Более часа Д) Менее 20 минут	Б
32.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Важность участия специалистов смежных профессий (например, врачей-реабилитологов) обусловлена необходимостью... А) Разработки индивидуального плана занятий Б) Обеспечения безопасности процесса В) Улучшения результатов тренировок Г) Контроля качества учебного процесса Д) Оценки уровня освоения программы учащимися	А
33.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>	А

		Какая методика применяется для улучшения пространственной ориентации у слепых и слабовидящих спортсменов? А) Ориентировочная ходьба Б) Легкая атлетика В) Плавание Г) Тренажерный зал Д) Танцы	
34.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Основная цель уроков адаптивной физкультуры состоит в... А) Развитии общих физических качеств Б) Социальной интеграции учащихся В) Предупреждении вторичных отклонений Г) Стимулировании активности обучающихся Д) Повышении самооценки занимающихся	В
35.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Основные компоненты структуры занятий адаптивным спортом включают... А) Подготовительную, основную и заключительную части Б) Разминку, основной комплекс упражнений и заминку В) Теоретический блок и практическое занятие Г) Диагностический этап и реабилитационный процесс Д) Предварительный осмотр врача и проведение тренировок	А
36.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Эффективность группового формата занятий связана главным образом с... А) Командообразующим эффектом Б) Возможностью индивидуальной оценки каждого участника группы В) Экономичностью ресурсов педагога Г) Сокращением времени на подготовку материалов Д) Большей интенсивностью занятий	А
37.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Комплекс лечебной физкультуры включает следующие элементы... А) Упражнения дыхательной гимнастики Б) Общеразвивающие упражнения В) Закаливание Г) Кинезиотерапия Д) Все вышеперечисленное	Д
38.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Применяется ли игровая форма организации занятий адаптивной физкультурой чаще всего? А) Да, особенно в работе с детьми младшего возраста Б) Нет, поскольку такая форма отвлекает внимание В) Только при подготовке к соревнованиям Г) Исключительно в терапевтическом режиме Д) Только в условиях стационара	А
39.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Методы педагогического контроля позволяют определить эффективность занятий путем анализа... А) Темпа продвижения ученика Б) Степени утомляемости учащихся В) Уровня психоэмоционального напряжения Г) Функционального состояния организма Д) Всех перечисленных факторов	Д
40.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Процесс обучения адаптивному спорту предполагает обязательную работу над... А) Освоением техники основных видов спорта Б) Воспитанием моральной устойчивости В) Овладением способами самоконтроля Г) Формированием положительного отношения к здоровому	Д

		образу жизни Д) Всем перечисленным	
41.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Комплексы адаптивной физкультуры направлены преимущественно на... А) восстановление утраченных функций организма Б) получение удовольствия от занятий В) рекреацию (активный отдых) Г) совершенствование профессионального мастерства Д) интеграцию в общество здоровых сверстников	А
42.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Ключевым элементом адаптивной физкультуры является... А) мотивация на достижение высоких спортивных результатов Б) регулярность и систематичность занятий В) высокая интенсивность нагрузок Г) строгий контроль тренера за каждым движением Д) отсутствие специальной экипировки	Б
43.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Принцип доступности означает, что физическая активность должна быть организована таким образом, чтобы была доступна людям с... А) одинаковым уровнем подготовленности Б) разной степенью функциональной недостаточности В) высоким уровнем образования Г) отсутствием медицинских противопоказаний Д) свободным временем для регулярных тренировок	Б
44.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Задача инструкторов адаптивной физкультуры — способствовать формированию у занимающихся... А) чувства коллективизма Б) желания соревноваться В) умения преодолевать трудности и добиваться поставленных целей Г) стремления к победе любыми путями Д) чувства соперничества	В
45.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Одним из наиболее распространенных направлений в адаптивной физической культуре является... А) легкая атлетика Б) спортивная гимнастика В) плавание Г) велоспорт Д) шахматы	В
46.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Цель корригирующих упражнений направлена на улучшение... А) скорости бега Б) мышечной массы В) координации движений Г) силовых показателей Д) когнитивных функций мозга	В
47.	ОПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Наиболее эффективной формой занятий адаптивной физкультурой для начинающих спортсменов является... А) самостоятельные тренировки дома Б) групповые занятия под руководством инструктора В) участие в соревнованиях высокого уровня Г) использование дистанционных технологий Д) просмотр видеороликов с тренировочными упражнениями	Б

48.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Реабилитационная программа должна учитывать особенности спортсмена-инвалида, включая...</p> <p>А) возраст, пол, диагноз и индивидуальные предпочтения Б) спортивный опыт и уровень мастерства В) желание стать профессиональным спортсменом Г) материальное положение семьи Д) доступность спортивной инфраструктуры</p>	А																				
49.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Основными средствами реализации адаптивной физической культуры являются...</p> <p>А) традиционные школьные уроки физкультуры Б) массовые мероприятия спортивного характера В) специальные программы физической реабилитации Г) профессиональные спортивные клубы Д) туристические походы</p>	В																				
50.	ОПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Основной задачей адаптивных форм физической культуры является...</p> <p>А) повышение спортивных достижений Б) формирование команды-победителя В) компенсация функциональных ограничений Г) подготовка профессиональных спортсменов Д) развитие творческих способностей</p>	В																				
51.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>1.Соотнесите типы паралимпийских соревнований и соответствующие группы инвалидности:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Тип соревнований</th> <th colspan="2">Группа инвалидности</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Летняя паралимпиада</td> <td>1</td> <td>Нарушение зрения</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Зимняя паралимпиада</td> <td>2</td> <td>Проблемы с координацией движения</td> </tr> <tr> <td>С</td> <td>Специальная олимпиада</td> <td>3</td> <td>Ампутация верхних/нижних конечностей</td> </tr> <tr> <td>Д</td> <td>Сурдоигры</td> <td>4</td> <td>Интеллектуальные нарушения</td> </tr> </tbody> </table>	Тип соревнований		Группа инвалидности		А	Летняя паралимпиада	1	Нарушение зрения	В	Зимняя паралимпиада	2	Проблемы с координацией движения	С	Специальная олимпиада	3	Ампутация верхних/нижних конечностей	Д	Сурдоигры	4	Интеллектуальные нарушения	А 3, В 2, С 4, D 1
Тип соревнований		Группа инвалидности																					
А	Летняя паралимпиада	1	Нарушение зрения																				
В	Зимняя паралимпиада	2	Проблемы с координацией движения																				
С	Специальная олимпиада	3	Ампутация верхних/нижних конечностей																				
Д	Сурдоигры	4	Интеллектуальные нарушения																				
52.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>2.Определите виды адаптивных технологий реабилитации и их назначение:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Технология</th> <th colspan="2">Назначение</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Кинезиотерапия</td> <td>1</td> <td>Метод коррекции осанки</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Гидротерапия</td> <td>2</td> <td>Применение водных процедур</td> </tr> <tr> <td>С</td> <td>Ортезирование</td> <td>3</td> <td>Использование ортопедических изделий</td> </tr> <tr> <td>Д</td> <td>Электростимуляция</td> <td>4</td> <td>Воздействие электрическими импульсами</td> </tr> </tbody> </table>	Технология		Назначение		А	Кинезиотерапия	1	Метод коррекции осанки	В	Гидротерапия	2	Применение водных процедур	С	Ортезирование	3	Использование ортопедических изделий	Д	Электростимуляция	4	Воздействие электрическими импульсами	А 1, В 2, С 3, D 4
Технология		Назначение																					
А	Кинезиотерапия	1	Метод коррекции осанки																				
В	Гидротерапия	2	Применение водных процедур																				
С	Ортезирование	3	Использование ортопедических изделий																				
Д	Электростимуляция	4	Воздействие электрическими импульсами																				
53.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>3.Установите соответствие между видами адаптивных видов спорта и категориями участников:</p>	А 2, В 1, С 4, D 3																				

		<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Виды спорта</th> <th colspan="2">Категории участников</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A</td> <td>Тхэквондо</td> <td>1</td> <td>Люди с проблемами зрения</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>Футбол 5x5</td> <td>2</td> <td>Люди с ампутацией нижних конечностей</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>Велоспорт</td> <td>3</td> <td>Люди с нарушением координации движения</td> </tr> <tr> <td>D</td> <td>Дартс</td> <td>4</td> <td>Колясочники</td> </tr> </tbody> </table>	Виды спорта		Категории участников		A	Тхэквондо	1	Люди с проблемами зрения	B	Футбол 5x5	2	Люди с ампутацией нижних конечностей	C	Велоспорт	3	Люди с нарушением координации движения	D	Дартс	4	Колясочники					
Виды спорта		Категории участников																									
A	Тхэквондо	1	Люди с проблемами зрения																								
B	Футбол 5x5	2	Люди с ампутацией нижних конечностей																								
C	Велоспорт	3	Люди с нарушением координации движения																								
D	Дартс	4	Колясочники																								
54.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>4. Установите правильное соответствие между понятиями и определениями из области адаптивного спорта.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Варианты позиций:</th> <th colspan="2">Определения:</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Лечебная физическая культура (ЛФК)</td> <td>A</td> <td>Комплекс физических упражнений и процедур, направленных на восстановление функций организма после травм или заболеваний.</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Физическая реабилитация</td> <td>B</td> <td>Международные соревнования для спортсменов с инвалидностью, проводящиеся параллельно Олимпийским играм.</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Инклюзивная спортивная секция</td> <td>C</td> <td>Модифицированное техническое средство передвижения, предназначенное специально для занятий спортом людьми с ограниченными возможностями здоровья.</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Спортивное кресло-коляска</td> <td>D</td> <td>Процесс восстановления утраченных двигательных функций и адаптации к повседневной активности посредством регулярных тренировок и физиотерапевтических методов.</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Паралимпийские игры</td> <td>E</td> <td>Группа, объединяющая здоровых людей и лиц с особыми потребностями для совместных занятий физкультурой и спортом.</td> </tr> </tbody> </table>	Варианты позиций:		Определения:		1	Лечебная физическая культура (ЛФК)	A	Комплекс физических упражнений и процедур, направленных на восстановление функций организма после травм или заболеваний.	2	Физическая реабилитация	B	Международные соревнования для спортсменов с инвалидностью, проводящиеся параллельно Олимпийским играм.	3	Инклюзивная спортивная секция	C	Модифицированное техническое средство передвижения, предназначенное специально для занятий спортом людьми с ограниченными возможностями здоровья.	4	Спортивное кресло-коляска	D	Процесс восстановления утраченных двигательных функций и адаптации к повседневной активности посредством регулярных тренировок и физиотерапевтических методов.	5	Паралимпийские игры	E	Группа, объединяющая здоровых людей и лиц с особыми потребностями для совместных занятий физкультурой и спортом.	1.A 2.D 3.E 4.C 5.B
Варианты позиций:		Определения:																									
1	Лечебная физическая культура (ЛФК)	A	Комплекс физических упражнений и процедур, направленных на восстановление функций организма после травм или заболеваний.																								
2	Физическая реабилитация	B	Международные соревнования для спортсменов с инвалидностью, проводящиеся параллельно Олимпийским играм.																								
3	Инклюзивная спортивная секция	C	Модифицированное техническое средство передвижения, предназначенное специально для занятий спортом людьми с ограниченными возможностями здоровья.																								
4	Спортивное кресло-коляска	D	Процесс восстановления утраченных двигательных функций и адаптации к повседневной активности посредством регулярных тренировок и физиотерапевтических методов.																								
5	Паралимпийские игры	E	Группа, объединяющая здоровых людей и лиц с особыми потребностями для совместных занятий физкультурой и спортом.																								
55.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>5. Установите соответствие между видами спорта и их характеристиками.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Вид спорта</th> <th colspan="2">Характеристика.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A</td> <td>Паралимпийская легкая атлетика</td> <td>1</td> <td>Игры для глухих спортсменов. Проводятся отдельно от Паралимпийских игр. Участники соревнуются практически во всех видах спорта, используемых в обычных Олимпийских играх</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>Сурдлимпийские игры</td> <td>2</td> <td>Соревнования проводятся среди спортсменов с нарушением зрения, опорно-двигательного аппарата и интеллектуальных нарушений. Включают беговые дисциплины, прыжковые, метания снарядов.</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>Специальная олимпиада</td> <td>3</td> <td>Спортивные соревнования для лиц с умственными нарушениями. Организация ориентирована на включение инвалидов с особенностями развития в спортивные мероприятия любого уровня.</td> </tr> <tr> <td>D</td> <td>Чирлидинг</td> <td>4</td> <td>Групповая дисциплина, включающая элементы гимнастики,</td> </tr> </tbody> </table>	Вид спорта		Характеристика.		A	Паралимпийская легкая атлетика	1	Игры для глухих спортсменов. Проводятся отдельно от Паралимпийских игр. Участники соревнуются практически во всех видах спорта, используемых в обычных Олимпийских играх	B	Сурдлимпийские игры	2	Соревнования проводятся среди спортсменов с нарушением зрения, опорно-двигательного аппарата и интеллектуальных нарушений. Включают беговые дисциплины, прыжковые, метания снарядов.	C	Специальная олимпиада	3	Спортивные соревнования для лиц с умственными нарушениями. Организация ориентирована на включение инвалидов с особенностями развития в спортивные мероприятия любого уровня.	D	Чирлидинг	4	Групповая дисциплина, включающая элементы гимнастики,	A2 B1 C3 D4 E5				
Вид спорта		Характеристика.																									
A	Паралимпийская легкая атлетика	1	Игры для глухих спортсменов. Проводятся отдельно от Паралимпийских игр. Участники соревнуются практически во всех видах спорта, используемых в обычных Олимпийских играх																								
B	Сурдлимпийские игры	2	Соревнования проводятся среди спортсменов с нарушением зрения, опорно-двигательного аппарата и интеллектуальных нарушений. Включают беговые дисциплины, прыжковые, метания снарядов.																								
C	Специальная олимпиада	3	Спортивные соревнования для лиц с умственными нарушениями. Организация ориентирована на включение инвалидов с особенностями развития в спортивные мероприятия любого уровня.																								
D	Чирлидинг	4	Групповая дисциплина, включающая элементы гимнастики,																								

				акробатики и танцевальные движения. Часто используется в параде открытия спортивных мероприятий и соревнованиях среди команд поддержки.	
		Е	Плавание с дельфинами	5	Метод реабилитационной терапии, использующий взаимодействие с дельфином для улучшения физического состояния, эмоционального фона и социализации участников. Применяется для реабилитации детей и взрослых с различными заболеваниями нервной системы и психоэмоциональными расстройствами.
56.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b> Прочитайте текст и распределите виды адаптивного спорта в правильной последовательности, отражающей классификацию по основным группам заболеваний.</p> <p>Виды адаптивного спорта различаются в зависимости от заболевания или нарушения, которое имеет участник. Выделяют четыре большие группы:</p> <p>1. Нарушения зрения: Специальные программы созданы для людей с полной слепотой или сниженным зрением. Например, это паралимпийская дисциплина — дзюдо для незрячих.</p> <p>2. Нарушения слуха: Отдельные соревнования предусмотрены для спортсменов с потерей слуха. Яркий пример — беговая дисциплина «Спорт глухих».</p> <p>3. Заболевания опорно-двигательной системы: Этот вид охватывает широкий спектр ситуаций, включая травмы позвоночника, ампутации конечностей и церебральный паралич. Один из примеров — адаптивное плавание.</p> <p>4. Интеллектуальные нарушения: Здесь подразумеваются ситуации, когда спортсмен испытывает трудности когнитивного плана. В таком случае популярны виды спорта вроде футбола для лиц с интеллектуальными нарушениями.</p> <p><b>Ваша задача:</b> Установите правильную последовательность групп заболеваний, характерных для видов адаптивного спорта.</p> <p><b>Варианты ответов:</b> А) Нарушение слуха Б) Нарушение зрения В) Заболевания опорно-двигательной системы Г) Интеллектуальные нарушения</p>			1. Б 2. А 3. В 4. Г
57.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b> Принципы адаптивного спорта определяют базовые правила, которые обеспечивают максимальную пользу и безопасность занятий спортом для людей с ограниченными возможностями здоровья. Эти принципы выстраиваются следующим образом:</p> <p>1. Прежде всего, устанавливается индивидуальный подход к каждому человеку с учетом его способностей и ограничений.</p> <p>2. Затем уделяется внимание доступности окружающей среды и специального оборудования.</p> <p>3. Следующий этап — включение принципа систематичности и непрерывности тренировок.</p> <p>4. Затем реализуется принцип умеренной нагрузки,</p>			1. Г 2. В 3. Д 4. Б 5. А

		<p>гарантирующий предотвращение переутомления и травм.</p> <p>5. Заключительным принципом является взаимодействие с медицинскими специалистами и психологами для постоянного мониторинга состояния здоровья и эмоционального фона спортсменов.</p> <p><b>Ваша задача:</b>  <b>Определите правильную последовательность перечисленных принципов адаптивного спорта.</b></p> <p><b>Варианты ответов:</b>          А) Взаимодействие с врачами и психологами          Б) Умеренная нагрузка          В) Доступность среды и оборудования          Г) Индивидуальный подход          Д) Систематичность и непрерывность тренировок</p>	
58.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b> Средства и методы адаптивного спорта играют ключевую роль в формировании физического здоровья и социального включения людей с ограниченными возможностями здоровья. Основные этапы внедрения этих средств выглядят следующим образом:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Диагностика исходного состояния здоровья и функционального потенциала участников.</li> <li>2. Составление индивидуальных программ тренировок с учётом особенностей каждого спортсмена.</li> <li>3. Применение специальных методик и оборудования, соответствующих индивидуальным особенностям участников.</li> <li>4. Постепенная адаптация спортсменов к выполнению усложнённых задач путём увеличения интенсивности тренировок.</li> <li>5. Регулярная оценка эффективности применяемых средств и корректировка тренировочной программы при необходимости.</li> </ol> <p><b>Выберите правильный порядок этапов освоения средств и методов адаптивного спорта.</b></p> <p><b>Варианты ответов:</b>          А) Регулярная оценка эффективности          Б) Применения специальных методик и оборудования          В) Составление индивидуальных программ тренировок          Г) Диагностика исходного состояния здоровья          Д) Постепенная адаптация спортсменов к усложнённым задачам</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Г</li> <li>2. В</li> <li>3. Б</li> <li>4. Д</li> <li>5. А</li> </ol>
59.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b> Прочитайте текст и определите правильную последовательность событий, происходящих перед началом и во время Паралимпийских игр.</p> <p>Паралимпийские игры представляют собой международные спортивные состязания для людей с ограниченными физическими возможностями. Процесс подготовки и проведения этих игр состоит из ряда последовательных этапов:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организационный комитет проводит отбор стран-хозяек, выбирая город, готовый принять соревнования и обеспечить условия для всех участников.</li> <li>2. Страна-хозяйка создает инфраструктуру, соответствующую международным стандартам и требованиям доступности.</li> <li>3. Спортсмены проходят квалификацию, собирая необходимое количество баллов на региональных и национальных турнирах.</li> <li>4. Перед играми организуются ознакомительные визиты команд, позволяющие ознакомиться с условиями проживания и соревнований.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Б</li> <li>2. Г</li> <li>3. Д</li> <li>4. А</li> <li>5. В</li> </ol>

		<p>5. Во время самих игр проводятся церемонии открытия и закрытия, награждение победителей и призеров, а также многочисленные культурные мероприятия.</p> <p><b>Варианты ответов:</b></p> <p>А) Ознакомительные визиты команд</p> <p>Б) Выбор города-хозяина игр</p> <p>В) Награждение победителей и культурных мероприятий</p> <p>Г) Создание инфраструктуры в городе-хозяине</p> <p>Д) Прохождение квалификационного отбора спортсменами</p>	
60.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>Прочитайте текст и установите правильную последовательность перечисленных этапов развития адаптивного спорта.</p> <p>1. Первым делом определяется потребность целевой аудитории в адаптивных видах спорта и оценивается состояние здоровья потенциальных участников.</p> <p>2. Далее разрабатывается специальная программа тренировок и комплекс мер, направленных на физическую активность и социальную интеграцию людей с ОВЗ.</p> <p>3. Следующим важным шагом является создание благоприятных условий для занятий, включая оснащение специально оборудованными площадками и предоставление качественного инвентаря.</p> <p>4. Четвертый этап заключается в подготовке компетентных сотрудников, обладающих необходимыми профессиональными качествами и умеющими грамотно организовать занятия.</p> <p>5. Завершающим этапом является постоянный мониторинг прогресса участников и корректировка программ в зависимости от полученных результатов.</p>	<p>1. В</p> <p>2. Д</p> <p>3. А</p> <p>4. Г</p> <p>5. Б</p>
61.	ОПК-7	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>Одним из направлений реализации адаптивного спорта являются...</p> <p>А) Профессиональные спортивные сборы и турниры среди здоровых спортсменов.</p> <p>Б) Соревнования и мероприятия для лиц с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>В) Массовые туристические походы без сопровождения специалистов</p>	Б
62.	ОПК-7	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>Занятия адаптивным спортом способствуют развитию...</p> <p>А) Агрессивного поведения и конфликтности.</p> <p>Б) Физического здоровья и психологического благополучия.</p> <p>В) Низкого уровня самостоятельности и инициативы.</p>	В
63.	ОПК-7	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>Важнейшей составляющей успешного развития адаптивного спорта выступает...</p> <p>А) Игнорирование медицинских показаний и противопоказаний.</p> <p>Б) Использование специализированного инвентаря и оборудования.</p> <p>В) Отказ от регулярных обследований и консультаций врачей.</p>	Б
64.	ОПК-7	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>Развитие адаптивной среды предусматривает...</p> <p>А) Строительство элитных фитнес-клубов.</p> <p>Б) Доступность спортивных сооружений для людей с инвалидностью.</p> <p>В) Уменьшение количества бесплатных секций и кружков.</p>	Б
65.	ОПК-7	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>Основной целью адаптивного спорта является...</p>	Б

		<p>А) Формирование профессионального спортивного резерва.</p> <p>Б) Реабилитация и интеграция людей с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>В) Проведение массовых зрелищных мероприятий.</p>	
66.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>Понимание принципов индивидуальной работы в адаптивном спорте обусловлено необходимостью...</p> <p>А) Создания равных условий для всех спортсменов</p> <p>В) Учёта специфических потребностей и возможностей каждого спортсмена</p> <p>С) Объективации существующих стандартов подготовки спортсменов</p> <p>Д) Мониторинга общего состояния здоровья всего населения региона</p>	В
67.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>Одной из важнейших задач адаптивного спорта является...</p> <p>А) Продажа билетов на крупные соревнования</p> <p>В) Профилактика травм и укрепление здоровья спортсменов</p> <p>С) Организация туристических поездок спортсменов</p> <p>Д) Установление рекордов мира в каждом виде спорта</p>	В
68.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>Финансовая поддержка адаптивного спорта важна потому, что...</p> <p>А) Она обеспечивает высокую конкурентоспособность отечественных спортсменов</p> <p>В) Без неё невозможно приобрести необходимое оборудование и поддерживать инфраструктуру</p> <p>С) Она привлекает коммерческие инвестиции и повышает доходы регионов</p> <p>Д) Она снижает зависимость спортсменов от семейного дохода</p>	В
69.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>Одним из ключевых препятствий на пути развития адаптивного спорта является...</p> <p>А) Отсутствие заинтересованности самих спортсменов</p> <p>В) Недоступность необходимой инфраструктуры и финансовых ресурсов</p> <p>С) Слишком строгие требования к поступлению в специализированные учреждения</p> <p>Д) Снижение интереса публики к просмотру телевизионных передач</p>	В
70.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>Проблема недостаточной информированности общества о возможностях адаптивного спорта решается...</p> <p>А) Через обязательное посещение курсов адаптивного спорта населением</p> <p>В) Благодаря широкому освещению мероприятий в средствах массовой информации</p> <p>С) Путём введения штрафных санкций за непосещаемость занятий</p> <p>Д) Политическим давлением на общественные организации</p>	В
71.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>Основными факторами успеха адаптивного спорта являются...</p> <p>А) Максимальная вовлечённость родителей в тренировочный процесс</p> <p>В) Высокий профессионализм преподавателей и тренеров, качественные условия для занятий</p> <p>С) Система штрафов за пропуск занятий</p> <p>Д) Повсеместное введение обязательных уроков адаптивного спорта в школах</p>	В
72.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p>	В

		<p>Основным методом мониторинга состояния здоровья спортсменов в адаптивном спорте является...</p> <p>А) Самостоятельное отслеживание прогресса дома          В) Периодические медицинские осмотры и контроль состояния здоровья специалистом          С) Сбор подписей волонтеров для участия в соревнованиях          D) Выбор стратегии поведения в социальных сетях</p>	
73.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>          Регулярные тренировки в адаптивном спорте помогают...</p> <p>А) Быть признанным профессионалом на международном уровне          В) Быстро достичь высоких спортивных результатов          С) Улучшить физическое здоровье и социальную интеграцию          D) Заработать больше денег на соревнованиях</p>	С
74.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>          В каком городе впервые проводились Паралимпийские игры?</p> <p>А) Москва          В) Лондон          С) Рим          D) Париж</p>	С
75.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>          Современные подходы к развитию адаптивного спорта предполагают...</p> <p>А) Полный отказ от традиционной медицины и лекарств          В) Широкий спектр технологий и инноваций для улучшения результата тренировок          С) Опору исключительно на природные средства и фитотерапию          D) Чёткое разделение занятий на мужские и женские направления</p>	В
76.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>          Необходимым элементом эффективной реализации адаптивного спорта является...</p> <p>А) Автоматизация процессов планирования тренировок          В) Поддержка инноваций и цифровых технологий          С) Высокоэффективная реабилитация и профилактика вторичных заболеваний          D) Устранение дефицита материально-технической базы</p>	С
77.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>          Популяризация адаптивного спорта связана с...</p> <p>А) Увеличением стоимости билетов на массовые мероприятия          В) Ужесточением критериев отбора спортсменов на соревнования          С) Государственными программами и поддержкой СМИ          D) Требованием обязательной сдачи экзаменов по физкультуре</p>	С
78.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>          Доступность адаптивного спорта обеспечивается...</p> <p>А) Бесплатным доступом ко всем спортивным объектам и услугам          В) Адекватной инфраструктурой и отсутствием барьеров для инвалидов          С) Принципом обязательного участия всех желающих в соревнованиях          D) Единством требований к уровню подготовки спортсменов</p>	В
79.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>          Индивидуализация подхода в адаптивном спорте означает...</p> <p>А) Одинаковые условия для всех спортсменов независимо от особенностей здоровья          В) Создание специальной методики тренировок для каждого</p>	В

		спортсмена с учётом его потребностей и возможностей С) Постепенное снижение интенсивности занятий для снижения травмоопасности D) Объединение спортсменов с разными диагнозами в одну группу	
80.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Основой успешных выступлений на Паралимпийских играх является... A) Максимально высокий уровень финансовой поддержки команды B) Эффективная система подготовки и высокая мотивация спортсменов C) Использование допинга и запрещённых веществ D) Работа только с профессиональными спортсменами	В
81.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Особенностью адаптивного спорта является... A) Универсальность занятий для всех категорий населения B) Ориентация исключительно на профессиональные достижения C) Необходимость индивидуального подбора программ и систематичности занятий D) Акцент на развлекательную составляющую	
82.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Приоритеты современных тенденций адаптивного спорта включают... A) Исключение тяжёлой атлетики из списка разрешённых видов спорта B) Интеграцию инновационных технологий в тренировочный процесс C) Минимизацию роли государства в финансировании спорта D) Отказ от традиционного оборудования в пользу виртуальных тренажёров	В
83.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Главным показателем успешного развития адаптивного спорта являются... A) Количество зрителей на матчах футбольных клубов высшего дивизиона B) Успехи национальных сборных на мировых чемпионатах C) Паралимпийские игры и количество медалей, завоеванных спортсменами с ограниченными возможностями здоровья D) Рост числа коммерческих фитнес-центров	С
84.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Перспективы развития адаптивного спорта связаны с... A) Закрытием действующих центров физической культуры и спорта B) Резким сокращением финансирования региональных проектов C) Популяризацией адаптивного спорта средствами массовой информации и государственными инициативами D) Запретом использования новейших технологий в тренировочном процессе	С
85.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Среди проблем, затрудняющих развитие адаптивного спорта, выделяют... A) Недостаточную поддержку добровольчества и благотворительности B) Отсутствие интереса к спорту среди молодёжи C) Ограниченность финансовых ресурсов и дефицит профессионально подготовленных кадров D) Преобладание развлекательных форм занятий над оздоровительными	С

86.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Современная тенденция адаптивного спорта предполагает... А) Исключительно индивидуальный подход к каждому спортсмену В) Переход на дистанционную форму занятий С) Массовое применение бионических протезов и VR-технологий D) Особый упор на силовую подготовку	С
87.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Цифровизация и новые технологии в адаптивном спорте направлены на... А) Сокращение бюджета государственных программ В) Повышение эффективности и удобства тренировок С) Отказ от традиционных форм занятий D) Замещение профессиональных тренеров искусственным интеллектом	В
88.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Сегодня адаптивные виды спорта представлены такими дисциплинами, как... А) Шахматы и настольные игры В) Парусный спорт и альпинизм С) Лёгкая атлетика, плавание, футбол и хоккей на санях D) Йога и пилатес	С
89.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Первым международным мероприятием в сфере адаптивного спорта были... А) Летние Олимпиады В) Зимние Паралимпийские игры С) Международные спартакиады глухих D) Паралимпийские игры в Риме в 1960 году	D
90.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Основная цель адаптивного спорта заключается в... А) Повышении конкурентоспособности российских спортсменов на международной арене В) Улучшении психофизического состояния и качества жизни людей с ограниченными возможностями здоровья С) Расширении спектра услуг фитнес-клубов D) Увеличении количества спортивных площадок	В
91.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Кто разработал первую классификацию видов спорта для лиц с физическими недостатками? - А) Международный паралимпийский комитет - В) Советский ученый Виктор Сергеев - С) Британская ассоциация лечебной физкультуры - D) Всемирная организация здравоохранения	В
92.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Почему важно учитывать индивидуальные особенности каждого занимающегося в адаптивном спорте? - А) Чтобы избежать травм и повысить эффективность занятий - В) Потому что каждый спортсмен имеет равные возможности участия в соревнованиях - С) Из-за разницы в материальном положении спортсменов - D) Так требует регламент спортивных организаций	А
93.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Какие факторы влияют на выбор вида адаптивной спортивной деятельности? - А) Возраст спортсмена - В) Уровень физических возможностей - С) Желание заниматься определенным видом спорта - D) Все вышеперечисленное верно	
94.	ОПК-7	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Какие дисциплины входят в программу специальных Олимпийских игр?	В

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- А) Футбол и баскетбол</li> <li>- В) Гимнастика и плавание</li> <li>- С) Конькобежный спорт и биатлон</li> <li>- D) Теннис и легкая атлетика</li> </ul>	
95.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Какой спортивный инвентарь используют спортсмены-колясочники для тренировок и соревнований?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А) Кегли и мячи</li> <li>- В) Штанги и гири</li> <li>- С) Специализированные коляски спортивного типа</li> <li>- D) Гребные тренажеры</li> </ul>	С
96.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Для кого предназначены занятия адаптивным спортом?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А) Для детей дошкольного возраста</li> <li>- В) Для инвалидов и лиц с хроническими заболеваниями</li> <li>- С) Для пенсионеров старше 60 лет</li> <li>- D) Для учащихся спортивных школ</li> </ul>	В
97.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Какой вид адаптивной физической активности направлен преимущественно на развитие координации движений и моторики?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А) Легкая атлетика</li> <li>- В) Настольный теннис</li> <li>- С) Фитнес-аэробика</li> <li>- D) Бочча</li> </ul>	D
98.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Какие категории спортсменов участвуют в паралимпийских играх?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А) Только спортсмены с нарушением зрения</li> <li>- В) Только спортсмены с нарушениями опорно-двигательного аппарата</li> <li>- С) Люди с интеллектуальными ограничениями</li> <li>- D) Все перечисленные группы участников</li> </ul>	D
99.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Что является основной целью адаптивного спорта?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А) Участие в соревнованиях мирового уровня</li> <li>- В) Улучшение физического состояния и социальной адаптации лиц с инвалидностью</li> <li>- С) Формирование команд по различным видам спорта</li> <li>- D) Развитие физической культуры среди здоровых людей</li> </ul>	В
100.	ОПК-7	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b> Какой термин используется для обозначения занятий спортом людьми с ограниченными возможностями здоровья?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А) Паралимпийские игры</li> <li>- В) Специальный олимпийский спорт</li> <li>- С) Адаптивная физическая культура</li> <li>- D) Спорт высших достижений</li> </ul>	С

Разработан:  
Старшим преподавателем  
кафедры физического  
воспитания и адаптивной  
физической культуры



Я.А. Вартановой