
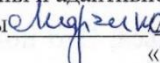


**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Ставропольский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
кафедра физического воспитания и адаптивной физкультуры**

**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>Базовые виды двигательной деятельности: гимнастика</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

## 1. 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-6</b>	Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться
<b>ПК-1</b>	Способен осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации процесса адаптивного физического воспитания

## 2. 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-6</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>ПК-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>Всего</b>		150 заданий

### 3. Банк заданий по оценке уровня формирования компетенций

№ п/п	Наименование компетенций	Задание	Верный вариант																				
1.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>1. Установите соответствие между видами гимнастики и их характеристиками</p> <table border="1" data-bbox="507 577 1139 1077"> <thead> <tr> <th colspan="2">Виды гимнастики</th> <th colspan="2">Характеристика</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="507 607 555 734">А</td> <td data-bbox="555 607 746 734">Художественная гимнастика</td> <td data-bbox="746 607 810 734">1</td> <td data-bbox="810 607 1139 734">Упражнения под музыку, направленные на улучшение сердечно-сосудистой системы</td> </tr> <tr> <td data-bbox="507 734 555 862">Б</td> <td data-bbox="555 734 746 862">Спортивная гимнастика</td> <td data-bbox="746 734 810 862">2</td> <td data-bbox="810 734 1139 862">Направлена на восстановление функций организма после травм и заболеваний</td> </tr> <tr> <td data-bbox="507 862 555 990">В</td> <td data-bbox="555 862 746 990">Аэробная гимнастика</td> <td data-bbox="746 862 810 990">3</td> <td data-bbox="810 862 1139 990">Включает элементы хореографии и акробатики, выполняется с предметами и без</td> </tr> <tr> <td data-bbox="507 990 555 1077">Г</td> <td data-bbox="555 990 746 1077">Лечебная гимнастика</td> <td data-bbox="746 990 810 1077">4</td> <td data-bbox="810 990 1139 1077">Выполняется на специальных снарядах (брусьях, кольцах, бревне)</td> </tr> </tbody> </table>	Виды гимнастики		Характеристика		А	Художественная гимнастика	1	Упражнения под музыку, направленные на улучшение сердечно-сосудистой системы	Б	Спортивная гимнастика	2	Направлена на восстановление функций организма после травм и заболеваний	В	Аэробная гимнастика	3	Включает элементы хореографии и акробатики, выполняется с предметами и без	Г	Лечебная гимнастика	4	Выполняется на специальных снарядах (брусьях, кольцах, бревне)	<p>А 3 Б 4 В 1 Г 2</p>
Виды гимнастики		Характеристика																					
А	Художественная гимнастика	1	Упражнения под музыку, направленные на улучшение сердечно-сосудистой системы																				
Б	Спортивная гимнастика	2	Направлена на восстановление функций организма после травм и заболеваний																				
В	Аэробная гимнастика	3	Включает элементы хореографии и акробатики, выполняется с предметами и без																				
Г	Лечебная гимнастика	4	Выполняется на специальных снарядах (брусьях, кольцах, бревне)																				
2.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>2. Установите соответствие между дидактическими принципами и их характеристиками</p> <table border="1" data-bbox="507 1234 1139 2067"> <thead> <tr> <th colspan="2">Дидактические принципы</th> <th colspan="2">Характеристики</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="507 1301 555 1518">А</td> <td data-bbox="555 1301 810 1518">Принцип доступности</td> <td data-bbox="810 1301 874 1518">1</td> <td data-bbox="874 1301 1139 1518">Содержание обучения должно соответствовать современному уровню развития науки, техники и культуры</td> </tr> <tr> <td data-bbox="507 1518 555 1736">Б</td> <td data-bbox="555 1518 810 1736">Принцип систематичности и последовательности</td> <td data-bbox="810 1518 874 1736">2</td> <td data-bbox="874 1518 1139 1736">Обучение должно соответствовать уровню развития, подготовки и возрастным особенностям занимающихся</td> </tr> <tr> <td data-bbox="507 1736 555 1921">В</td> <td data-bbox="555 1736 810 1921">Принцип научности</td> <td data-bbox="810 1736 874 1921">3</td> <td data-bbox="874 1736 1139 1921">Эффективное обучение строится на конкретных образах, непосредственно воспринимаемых учащимися</td> </tr> <tr> <td data-bbox="507 1921 555 2067">Г</td> <td data-bbox="555 1921 810 2067">Принцип наглядности</td> <td data-bbox="810 1921 874 2067">4</td> <td data-bbox="874 1921 1139 2067">Материал излагается в логической последовательности, каждый новый элемент знания</td> </tr> </tbody> </table>	Дидактические принципы		Характеристики		А	Принцип доступности	1	Содержание обучения должно соответствовать современному уровню развития науки, техники и культуры	Б	Принцип систематичности и последовательности	2	Обучение должно соответствовать уровню развития, подготовки и возрастным особенностям занимающихся	В	Принцип научности	3	Эффективное обучение строится на конкретных образах, непосредственно воспринимаемых учащимися	Г	Принцип наглядности	4	Материал излагается в логической последовательности, каждый новый элемент знания	<p>А 2 Б 4 В 1 Г 3</p>
Дидактические принципы		Характеристики																					
А	Принцип доступности	1	Содержание обучения должно соответствовать современному уровню развития науки, техники и культуры																				
Б	Принцип систематичности и последовательности	2	Обучение должно соответствовать уровню развития, подготовки и возрастным особенностям занимающихся																				
В	Принцип научности	3	Эффективное обучение строится на конкретных образах, непосредственно воспринимаемых учащимися																				
Г	Принцип наглядности	4	Материал излагается в логической последовательности, каждый новый элемент знания																				

				опирается на ранее изученное и создает основу для освоения следующего																					
3.	<b>ОПК-1</b>	<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 гимнастической классификацией и ее характеристикой</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Классификации</th> <th colspan="2">Характеристики</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>По анатомическому признаку</td> <td>1</td> <td>Упражнения выполняются из стоек, седов, приседов, упоров, висов и т.д.</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>По признаку преимущественно о воздействия</td> <td>2</td> <td>В зависимости от того, какие мышечные группы обеспечивают движения, упражнения бывают для пояса верхних конечностей, пояса нижних конечностей, для туловища, шеи, для всего тела</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>По признаку использования предметов и снарядов</td> <td>3</td> <td>В зависимости от направленности воздействия упражнения бывают: для развития силы, на растягивание, на расслабление и т.д.</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>По исходным положениям</td> <td>4</td> <td>Упражнения могут выполняться без предметов, с предметами, на снарядах и со снарядами</td> </tr> </tbody> </table>			Классификации		Характеристики		А	По анатомическому признаку	1	Упражнения выполняются из стоек, седов, приседов, упоров, висов и т.д.	Б	По признаку преимущественно о воздействия	2	В зависимости от того, какие мышечные группы обеспечивают движения, упражнения бывают для пояса верхних конечностей, пояса нижних конечностей, для туловища, шеи, для всего тела	В	По признаку использования предметов и снарядов	3	В зависимости от направленности воздействия упражнения бывают: для развития силы, на растягивание, на расслабление и т.д.	Г	По исходным положениям	4	Упражнения могут выполняться без предметов, с предметами, на снарядах и со снарядами	<p>А 2 Б 3 В 4 Г 1</p>
Классификации		Характеристики																							
А	По анатомическому признаку	1	Упражнения выполняются из стоек, седов, приседов, упоров, висов и т.д.																						
Б	По признаку преимущественно о воздействия	2	В зависимости от того, какие мышечные группы обеспечивают движения, упражнения бывают для пояса верхних конечностей, пояса нижних конечностей, для туловища, шеи, для всего тела																						
В	По признаку использования предметов и снарядов	3	В зависимости от направленности воздействия упражнения бывают: для развития силы, на растягивание, на расслабление и т.д.																						
Г	По исходным положениям	4	Упражнения могут выполняться без предметов, с предметами, на снарядах и со снарядами																						
4.	<b>ОПК-1</b>	<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 соответствие между методами обучения и их характеристиками</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Методы обучения</th> <th colspan="2">Характеристика методов</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Метод целостного обучения</td> <td>1</td> <td>Заключается в целесообразном выделении отдельных частей и элементов техники движения, освоении каждого из них и последующем соединении в целостное упражнение</td> </tr> </tbody> </table>			Методы обучения		Характеристика методов		А	Метод целостного обучения	1	Заключается в целесообразном выделении отдельных частей и элементов техники движения, освоении каждого из них и последующем соединении в целостное упражнение	<p>А 4 Б 2 В 1 Г 3</p>												
Методы обучения		Характеристика методов																							
А	Метод целостного обучения	1	Заключается в целесообразном выделении отдельных частей и элементов техники движения, освоении каждого из них и последующем соединении в целостное упражнение																						

		Б	Метод подводящих упражнений	2	Подразумевает целостное выполнение ранее изученного движения, сходного по структуре с основным, но в то же время являющегося самостоятельным упражнением																						
		В	Метод расчлененного упражнения	3	Характеризуется подбором серии учебных заданий, содержащих определенный элемент техники движения																						
		Г	Метод решения частных двигательных задач	4	Подразумевает выполнение изучаемого движения в целом. Облегчение условий выполнения возможно за счет применения дополнительных средств помощи и страховки, уменьшения высоты снаряда, упрощения исходного или конечного положения																						
5.	<b>ОПК-1</b>	<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 навыков и специальных знаний</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Методика учебного процесса</th> <th colspan="2">Характеристика методов</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Круговая тренировка</td> <td>1</td> <td>Решение проблемы одновременного контроля большого количества участников</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Групповые занятия</td> <td>2</td> <td>Проведение инструктажа одновременно всей группе</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Фронтальные занятия</td> <td>3</td> <td>Индивидуализация нагрузки каждого участника в зависимости от способностей</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Дифференцированный подход</td> <td>4</td> <td>Одновременное выполнение разных физических нагрузок всеми участниками</td> </tr> </tbody> </table>					Методика учебного процесса		Характеристика методов		А	Круговая тренировка	1	Решение проблемы одновременного контроля большого количества участников	Б	Групповые занятия	2	Проведение инструктажа одновременно всей группе	В	Фронтальные занятия	3	Индивидуализация нагрузки каждого участника в зависимости от способностей	Г	Дифференцированный подход	4	Одновременное выполнение разных физических нагрузок всеми участниками	А 4 Б 1 В 2 Г 3
Методика учебного процесса		Характеристика методов																									
А	Круговая тренировка	1	Решение проблемы одновременного контроля большого количества участников																								
Б	Групповые занятия	2	Проведение инструктажа одновременно всей группе																								
В	Фронтальные занятия	3	Индивидуализация нагрузки каждого участника в зависимости от способностей																								
Г	Дифференцированный подход	4	Одновременное выполнение разных физических нагрузок всеми участниками																								

6.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность</b>  1. Расположите этапы урока по гимнастике в правильной последовательности:  1. Основная часть 2. Организационный этап 3. Заключительная часть 4. Разминка	2,4,1,3
7.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность</b>  2. Расположите этапы обучения кувырку вперед в правильной последовательности:  1. Из упора присев перекат назад в группировке и перекатом вперед упор присев 2. Выполнить группировку из различных исходных положений 3. Из положения лежа на спине в группировке выполнить несколько перекатов вперед-назад, постепенно увеличивая амплитуду, перейти в сед в группировке, затем в присед 4. Кувырок вперед с помощью и самостоятельно	2,3,1,4
8.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность</b>  3. Установите последовательность действий при разработке индивидуальной образовательной программы: 1. Мониторинг и корректировка образовательного плана 2. Выбор методов и подходов в обучении 3. Определение целей и задач обучения 4. Оценка состояния здоровья и потребностей обучающегося	4,3,2,1
9.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность</b>  4. Установите последовательность применения методов обучения для лиц с отклонениями здоровья:  1. Изучение характеристик группы обучающихся 2. Выбор специальных методов и приемов 3. Проведение занятий с учетом особенностей 4. Оценка успешности и обратная связь	1,2,3,4
10.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность</b>  5. Установите последовательность шагов по организации учебного процесса для специальных групп: 1. Оценка образовательных достижений 2. Подбор обучающих материалов и пособий 3. Проведение занятий с учетом индивидуальных особенностей 4. Создание индивидуальных планов занятий	4,2,3,1
11.	<b>ОПК-1</b>	<b>Продолжите предложение</b>  1. Обоснование выбора методов обучения для лиц с отклонениями в состоянии здоровья начинается с _____	анализа их индивидуальных потребностей и возможностей
12.	<b>ОПК-1</b>	<b>Продолжите предложение</b>  2. Важным аспектом является использование адаптированных учебных материалов, которые соответствуют уровню восприятия и усвоения знаний данной группы, что обеспечивает _____	доступность информации и способствует лучшему пониманию учебного материала

13.	<b>ОПК-1</b>	<b>Продолжите предложение</b>  3. Интерактивные и практико-ориентированные методы обучения, способствуют развитию социальных навыков и взаимопонимания между учащимися, такие методы необходимо включать в _____	групповые проекты и игровые занятия
14.	<b>ОПК-1</b>	<b>Продолжите предложение</b>  4. Психологическая поддержка процесса обучения может создать благоприятные условия, необходимые для эффективного усвоения материала через _____	терапевтические занятия
15.	<b>ОПК-1</b>	<b>Продолжите предложение</b>  5. Регулярная оценка и мониторинг прогресса учащихся позволяют своевременно вносить коррективы в образовательный процесс и будет способствовать _____	достижению лучших результатов в обучении
16.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b>  1. Обоснование выбора методов обучения для лиц с отклонениями в состоянии здоровья требует глубокого понимания _____	индивидуальных особенностей каждого учащегося, это включает в себя анализ не только медицинских показателей, но и психологических, эмоциональных и социальных потребностей
17.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b>  2. Один из наиболее эффективных подходов – использование инклюзивных методов, которые учитывают разнообразие в группе, что позволяет _____	создать обучение, доступное для всех, обеспечивая каждому учащемуся возможность развиваться в комфортной обстановке
18.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b>  3. Использование мультимедийных пособий и специальных обучающих программ может значительно повысить интерес к учебе и улучшить усвоение материала, где важным аспектом является _____	применение адаптированных технологий и материалов, которые делают образовательный процесс более наглядным и интерактивным
19.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b>  4. Социальное взаимодействие также играет ключевую роль в обучении, поэтому важно включать в занятия элементы групповой работы и совместных проектов, что способствует _____	не только обмену знаниями, но и развитию эмоциональной грамотности и навыков коммуникации у учащихся
20.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b>  5. Регулярная оценка результатов и удовлетворенности обучающихся позволяет не только отслеживать прогресс, но и оперативно вносить _____	корректировки в программу, что гарантирует, что образовательные стратегии остаются эффективными и адаптированными к меняющимся потребностям обучающихся

21.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>1. Что означает понятие «гимнастика»?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка для мышц и суставов</li> <li>2. Система физических упражнений и методических приемов, способствующих общему развитию организма и укреплению здоровья</li> <li>3. Ряд физических упражнений для развития силы, быстроты и выносливости.</li> </ol>	2
22.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>2. Где зародилась гимнастика?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Россия</li> <li>2. Польша</li> <li>3. Германия</li> <li>4. Древняя Греция</li> </ol>	4
23.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>3. Что такое «стретчинг»?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специальная система упражнений, направленная на улучшение гибкости, растяжение связок и мышц</li> <li>2. Различные виды упражнений с гимнастическими предметами</li> <li>3. Комплекс упражнений на развитие силы и ловкости</li> </ol>	1
24.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>4. Какие виды упражнений относятся к акробатике?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнения циклического характера</li> <li>2. Динамические и статические упражнения</li> <li>3. Упражнения на гимнастических снарядах</li> <li>4. Силовые упражнения</li> </ol>	2
25.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>5. Как называется способность организма запоминать и воспроизводить движения, усвоенные ранее?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Условный рефлекс</li> <li>2. Мышечная память</li> <li>3. Моторика</li> <li>4. Кинестетика</li> </ol>	2
26.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>6. Каковы основные требования к гимнастическим терминам?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Доступность, четкость, краткость</li> <li>2. Подробное раскрытие всех деталей</li> <li>3. Четкость</li> <li>4. Сформированность</li> </ol>	1
27.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>7. Как называется положение тела, при котором плечи находятся выше точек опоры?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вис</li> <li>2. Сед</li> <li>3. Присед</li> <li>4. Упор</li> </ol>	4
28.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>8. Как называется сочетание нескольких видов акробатических элементов?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Комплекс</li> <li>2. Комбинация</li> <li>3. Каскад</li> <li>4. Упражнение</li> </ol>	2
29.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p>	3

		<p>9. Какие виды гимнастики относятся к спортивным?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Художественная, спортивная</li> <li>2. Ритмическая, танцевальная, атлетическая</li> <li>3. Спортивная, художественная, акробатика</li> <li>4. Эстетическая, ритмическая, спортивная</li> </ol>	
30.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>10. Как называется способ увеличения интервала или дистанции строя?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раздвижение</li> <li>2. Расхождение</li> <li>3. Передвижение</li> <li>4. Размыкание</li> </ol>	4
31.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>11. Что такое строевые упражнения?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коллективные действия в строю с целью формирования организованности и дисциплинированности занимающихся</li> <li>2. Комбинации разнообразных гимнастических и акробатических элементов, логично связанных между собой по законам композиции</li> <li>3. Двигательные действия учащихся, выполняемые одновременно всем классом, группами учащихся или отдельными учениками</li> </ol>	3
32.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>12. Что является частой ошибкой при выполнении кувырка вперед в группировке?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отталкивание ногами</li> <li>2. Округленная спина</li> <li>3. Опора на голову</li> <li>4. Прижимание согнутых ног к груди</li> </ol>	3
33.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>13. Выберите вариант, в котором отмечены все упражнения, которые используются для развития мышечной силы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) упражнения с преодолением веса собственного тела</li> <li>б) подтягивание в висе, сгибание и разгибание рук в упоре</li> <li>в) лазание по канату, шесту, лестнице</li> <li>г) прыжки в длину, в высоту</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. а, б, в</li> <li>2. б, в, г</li> <li>3. а, б, в, г</li> </ol>	3
34.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>14. Выберите фамилию ведущего отечественного ученого, который внес большой вклад в развитие гимнастики</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Герасимов</li> <li>2. Лесгафт</li> <li>3. Горский</li> </ol>	2
35.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>15. Что такое методика обучения?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совокупность упражнений и дозировок</li> <li>2. Совокупность двигательных действий и физических качеств</li> <li>3. Совокупность элементов и снарядов</li> <li>4. Совокупность средств и методов</li> </ol>	4
36.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>16. Каково основное средство гимнастики?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гимнастические упражнения</li> <li>2. Соревнования</li> <li>3. Гигиенические факторы природы</li> <li>4. Методы обучения гимнастическим упражнениям</li> </ol>	1

37.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  17. Что из нижеперечисленных факторов играет ключевую роль при подборе упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья? 1. Уровень подготовки спортсмена 2. Индивидуальные особенности организма 3. Тип используемого оборудования	2
38.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  18. Основной целью гимнастики для лиц с ограниченными физическими возможностями является? 1. Подготовка к соревнованиям международного уровня 2. Совершенствование двигательной сферы и укрепление здоровья 3. Получение высоких спортивных достижений 4. Развитие эстетического восприятия	2
39.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  19. Какой вид гимнастики наиболее эффективен для укрепления мышечного корсета позвоночника у пациентов с заболеваниями спины? 1. Ритмическая гимнастика 2. Хореографическая гимнастика 3. Атлетическая гимнастика 3. Лечебная гимнастика	4
40.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  20. Одним из важнейших принципов проведения занятий гимнастикой с лицами с ограниченными возможностями является: 1. Регулярность и систематичность нагрузок 2. Максимальное увеличение интенсивности упражнений 3. Полностью индивидуализированная программа 4. Использование исключительно статичных упражнений	1
41.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  21. Какие упражнения предпочтительны для людей с проблемами сердечно-сосудистой системы? 1. Высокдинамичные прыжковые упражнения 2. Интенсивные силовые нагрузки 3. Кардионагрузки умеренной интенсивности 4. Длительные анаэробные нагрузки	3
42.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  22. Укажите основной фактор риска травматизма при занятиях гимнастикой у лиц с ослабленным здоровьем: 1. Недостаточная разминка 2. Отсутствие спортивного инвентаря 3. Неправильное питание 4. Недостаточно просторное помещение	1
43.	<b>ОПК-1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  23. Основная задача преподавателя гимнастики при работе с инвалидами состоит в: 1. Поддержании высокого морального духа занимающихся 2. Активизации адаптационных резервов организма ученика 3. Выработке устойчивого интереса к спортивной деятельности 4. Воспитании чувства ответственности за собственный прогресс	2

44.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>24. Какова цель комплекса дыхательных упражнений в программе занятий гимнастикой для инвалидов?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нормализация процессов дыхания и кровообращения</li> <li>2. Укрепление иммунной системы</li> <li>3. Создание условий для повышения стрессоустойчивости</li> <li>4. Снижение веса</li> </ol>	1
45.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>25. Чем обусловлена необходимость индивидуального подхода при составлении программы занятий гимнастикой для лиц с ограниченной мобильностью?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Требованиями санитарно-гигиенических норм</li> <li>2. Необходимостью постоянного медицинского контроля</li> <li>3. Ограниченностью ресурсов учебного заведения</li> <li>4. Специфичностью заболеваний и уровней ограничений</li> </ol>	4
46.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>26. Важнейшим компонентом эффективного занятия гимнастикой с пациентами с расстройствами нервной системы является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наличие современной техники и аппаратуры</li> <li>2. Проведение психологической поддержки</li> <li>3. Постоянное присутствие врача-психотерапевта</li> <li>4. Четкое соблюдение всех этапов занятия</li> </ol>	4
47.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>27. Назначение специальных комплексов упражнений для людей с церебральным параличом направлено на:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Улучшение коммуникативных навыков</li> <li>2. Стимуляцию роста костей и мышц</li> <li>3. Устранение застоев крови и лимфы</li> <li>4. Снижение выраженности спастических проявлений</li> </ol>	4
48.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>28. Основные принципы построения программы занятий гимнастикой у пожилых людей включают:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Максимально интенсивные физические нагрузки</li> <li>2. Постепенное увеличение объема и интенсивности упражнений</li> <li>3. Ежедневные занятия продолжительностью не менее двух часов</li> <li>4. Исключение упражнений на координацию и баланс</li> </ol>	2
49.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>29. Целью регулярного повторения однообразных простых упражнений является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Устойчивое закрепление сформированных двигательных навыков</li> <li>2. Сохранение стабильного эмоционального фона</li> <li>3. Освоение новых сложных элементов</li> <li>4. Увеличение общей выносливости организма</li> </ol>	1
50.	<b>ОПК-1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите несколько правильных ответов</b></p> <p>30. Базовым приемом поддержания правильной осанки у детей является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Практика скручивания корпуса вокруг оси</li> <li>2. Прогиб поясницы назад</li> <li>3. Равномерное распределение тяжести тела</li> <li>4. Расслабленное положение плеч и головы</li> </ol>	3

51.	ОПК-6	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>1. Установите соответствие между группами упражнений гимнастики и целью их применения при работе с лицами, имеющими отклонения в здоровье</p> <table border="1" data-bbox="507 365 1182 891"> <thead> <tr> <th colspan="2">Типы заболеваний</th> <th colspan="2">Методы коррекции</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Общая разминка</td> <td>1</td> <td>Укрепление мышечного корсета, развитие силы основных групп мышц</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Силовая гимнастика</td> <td>2</td> <td>Подготовка организма к основной нагрузке, улучшение кровоснабжения органов и тканей</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Растяжка и гибкость</td> <td>3</td> <td>Совершенствование координации движений, повышение точности моторных функций</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Координационно-технические упражнения</td> <td>4</td> <td>Увеличение эластичности связочного аппарата, профилактика контрактур суставов</td> </tr> </tbody> </table>	Типы заболеваний		Методы коррекции		А	Общая разминка	1	Укрепление мышечного корсета, развитие силы основных групп мышц	Б	Силовая гимнастика	2	Подготовка организма к основной нагрузке, улучшение кровоснабжения органов и тканей	В	Растяжка и гибкость	3	Совершенствование координации движений, повышение точности моторных функций	Г	Координационно-технические упражнения	4	Увеличение эластичности связочного аппарата, профилактика контрактур суставов	<p>А 2 Б 1 В 4 Г 3</p>
Типы заболеваний		Методы коррекции																					
А	Общая разминка	1	Укрепление мышечного корсета, развитие силы основных групп мышц																				
Б	Силовая гимнастика	2	Подготовка организма к основной нагрузке, улучшение кровоснабжения органов и тканей																				
В	Растяжка и гибкость	3	Совершенствование координации движений, повышение точности моторных функций																				
Г	Координационно-технические упражнения	4	Увеличение эластичности связочного аппарата, профилактика контрактур суставов																				
52.	ОПК-6	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие. К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>1. Установите соответствие между величиной нагрузки и ЧСС во время выполнения ФУ</p> <table border="1" data-bbox="507 1111 1214 1272"> <thead> <tr> <th colspan="2">Величина нагрузки</th> <th colspan="2">ЧСС во время выполнения ФУ</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>средняя</td> <td>1</td> <td>более 140 уд./мин.</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>низкая</td> <td>2</td> <td>120–140 уд./мин.</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>высокая</td> <td>3</td> <td>100–120 уд./мин.</td> </tr> </tbody> </table>	Величина нагрузки		ЧСС во время выполнения ФУ		А	средняя	1	более 140 уд./мин.	Б	низкая	2	120–140 уд./мин.	В	высокая	3	100–120 уд./мин.	<p>А – 2 Б – 3 В – 1</p>				
Величина нагрузки		ЧСС во время выполнения ФУ																					
А	средняя	1	более 140 уд./мин.																				
Б	низкая	2	120–140 уд./мин.																				
В	высокая	3	100–120 уд./мин.																				
53.	ОПК-6	<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 методами восстановления и их особенностями</p> <table border="1" data-bbox="507 1496 1182 1852"> <thead> <tr> <th colspan="2">Методы восстановления</th> <th colspan="2">Особенности</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Игровая терапия</td> <td>1</td> <td>Использование музыки для улучшения когнитивных функций</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Биофидбек</td> <td>2</td> <td>Обучение пациента управлению своими физическими реакциями</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Томатис-терапия</td> <td>3</td> <td>Применение игр для развития моторики и социализации</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Акупунктура</td> <td>4</td> <td>Стимуляция точек на теле для восстановления функций</td> </tr> </tbody> </table>	Методы восстановления		Особенности		А	Игровая терапия	1	Использование музыки для улучшения когнитивных функций	Б	Биофидбек	2	Обучение пациента управлению своими физическими реакциями	В	Томатис-терапия	3	Применение игр для развития моторики и социализации	Г	Акупунктура	4	Стимуляция точек на теле для восстановления функций	<p>А 3 Б 2 В 1 Г 4</p>
Методы восстановления		Особенности																					
А	Игровая терапия	1	Использование музыки для улучшения когнитивных функций																				
Б	Биофидбек	2	Обучение пациента управлению своими физическими реакциями																				
В	Томатис-терапия	3	Применение игр для развития моторики и социализации																				
Г	Акупунктура	4	Стимуляция точек на теле для восстановления функций																				

54.	ОПК-6	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие.</b>  <b>К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b>  Согласно данным ВОЗ, соотношение условий, влияющих на здоровье, таково:</p> <table border="1" data-bbox="507 264 1212 459"> <thead> <tr> <th colspan="2">Категория факторов</th> <th colspan="2">Доля %</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>образ жизни, питание</td> <td>1</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>генетика и наследственность</td> <td>2</td> <td>50%</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>внешняя среда, природные условия</td> <td>3</td> <td>10%</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>здоровоохранение</td> <td>4</td> <td>20%</td> </tr> </tbody> </table>	Категория факторов		Доля %		А	образ жизни, питание	1	20%	Б	генетика и наследственность	2	50%	В	внешняя среда, природные условия	3	10%	Г	здоровоохранение	4	20%	А 2 Б 4(1) В 1(4) Г 3
Категория факторов		Доля %																					
А	образ жизни, питание	1	20%																				
Б	генетика и наследственность	2	50%																				
В	внешняя среда, природные условия	3	10%																				
Г	здоровоохранение	4	20%																				
55.	ОПК-6	<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 симптомами и методами их коррекции.</p> <table border="1" data-bbox="507 786 1182 1099"> <thead> <tr> <th colspan="2">Симптомами</th> <th colspan="2">Методы их коррекции.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Ограниченность подвижность</td> <td>1</td> <td>Ортопедическое лечение</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Деформация конечностей</td> <td>2</td> <td>Упражнения для укрепления</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Слабость мышц</td> <td>3</td> <td>Восстановительная гимнастика</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Нарушение координации</td> <td>4</td> <td>Координационные тренировки</td> </tr> </tbody> </table>	Симптомами		Методы их коррекции.		А	Ограниченность подвижность	1	Ортопедическое лечение	Б	Деформация конечностей	2	Упражнения для укрепления	В	Слабость мышц	3	Восстановительная гимнастика	Г	Нарушение координации	4	Координационные тренировки	А 3 Б 1 В 2 Г 4
Симптомами		Методы их коррекции.																					
А	Ограниченность подвижность	1	Ортопедическое лечение																				
Б	Деформация конечностей	2	Упражнения для укрепления																				
В	Слабость мышц	3	Восстановительная гимнастика																				
Г	Нарушение координации	4	Координационные тренировки																				
56.	ОПК-6	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность:</b>  Укажите последовательно, от каких факторов, прежде всего, зависит здоровье человека:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. деятельность учреждений здравоохранения;</li> <li>2. наследственности;</li> <li>3. состояние окружающей среды;</li> <li>4. условия и образ жизни.</li> </ol>	4, 3, 2, 1																				
57.	ОПК-6	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность:</b>  Установите правильную последовательность этапов формирования ЗОЖ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. внедрение здоровых привычек в повседневную жизнь;</li> <li>2. регулярный контроль состояния здоровья;</li> <li>3. составление индивидуального плана ЗОЖ;</li> <li>4. формирование мотивации к здоровому образу жизни;</li> <li>5. оценка результатов и корректировка плана;</li> </ol>	4,3,1,2,5																				
58.	ОПК-6	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>3. Установите последовательность этапов формирования коррекционной программы для пациента с двигательными ограничениями</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выбор методов</li> <li>2. Диагностика</li> <li>3. Оценка результатов</li> <li>4. Постановка целей</li> <li>5. Реализация</li> </ol>	2,4,1,5,3																				
59.	ОПК-6	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>4. Установите последовательность записи общеразвивающих упражнений в гимнастике:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Название движения</li> <li>2. Конечное положение</li> </ol>	3,1,4,2																				

		3. Исходное положение 4. Направление движения	
60.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность</b>  5. Установите последовательность обучения гимнастическим упражнениям:  1. Владение основами техники движения 2. Совершенствование техники движения 3. Создание общего представления о движении 4. Закрепление техники движения	3,1,4,2
61.	<b>ОПК-6</b>	<b>Продолжите предложение</b> 1. Современные методы развития компенсаторных функций организма играют ключевую роль в реабилитации пациентов с последствиями заболеваний и травм, эти методы позволяют активизировать и задействовать незадействованные функции, что способствует _____	улучшению качества жизни пациента
62.	<b>ОПК-6</b>	<b>Продолжите предложение:</b> Основными физиологическими особенностями тренированного организма являются: _____	рациональное использование ресурсов организма; быстрая активизация функций организма в начале работы; быстрое снижение физиологических сдвигов до исходного уровня по окончании работы
63.	<b>ОПК-6</b>	<b>Продолжите предложение:</b> К основным гигиеническим средствам, обеспечивающим укрепление здоровья, восстановление и повышение общей и спортивной работоспособности относятся: _____	правила личной гигиены; соблюдение рационального распорядка дня; оптимальные санитарно-гигиенические условия быта; занятия физическими упражнениями
64.	<b>ОПК-6</b>	<b>Продолжите предложение:</b> Закаливание – это _____	повышение сопротивляемости организма к различным внешним воздействиям
65.	<b>ОПК-6</b>	<b>Продолжите предложение:</b> Интегральным показателем оптимального объема нагрузки называют _____	затрату энергии в килокалориях на суммарный объем тренировочной нагрузки.
66.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст, дайте развернутый ответ:</b>  4. В адаптивной физической культуре выделяют разные виды гимнастики, направленные на решение различных задач. Какую направленность имеет коррекционная гимнастика _____	Коррекционная гимнастика направлена на коррекцию недостатков физического развития и нарушение моторики

67.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст, предложите решение задачи:</b></p> <p>Мужчина страдает сердечно-сосудистым заболеванием. Врач рекомендовал ему ежедневные прогулки длительностью минимум 30 минут, желательно утром. Однако мужчина живёт далеко от парка и часто сталкивается с плохими погодными условиями, такими как дождь или сильный ветер.</p> <p>Вопрос: Предложите три альтернативных способа сохранения физической активности в условиях плохой погоды.</p>	<p>1. Домашняя зарядка или упражнения с использованием онлайн-программ. Существуют специальные комплексы упражнений, направленные на поддержание сердечно-сосудистой системы, доступные бесплатно в сети Интернет.</p> <p>2. Использование тренажёров дома или в ближайшем спортивном зале. Если позволяют средства, приобретение велотренажёра или беговой дорожки позволит проводить кардионагрузки прямо дома.</p> <p>3. Посещение бассейна или аквааэробики, если поблизости имеется бассейн с крытым помещением. Водные упражнения благоприятно влияют на сердце и суставы, обеспечивая необходимую аэробную нагрузку.</p>
68.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст, дайте развернутый ответ:</b></p> <p>Двигательная активность – это _____</p>	<p>любые движения тела при помощи мышечной силы, сопровождающиеся расходом энергии, которые включают двигательную деятельность на работе и в свободное время.</p> <p>Рекомендованная ВОЗ двигательная активность 10 тыс. шагов в день, но ходьба не решает всех потребностей организма в движении</p>

69.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст, дайте развернутый ответ:</b></p> <p>4. В адаптивной физической культуре выделяют разные виды гимнастики, направленные на решение различных задач. Какую направленность имеет лечебная гимнастика _____</p>	Лечебная гимнастика направлена на восстановление утраченных функций организма после заболеваний или травм
70.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>5. В процессе реабилитации особое внимание уделяется интеграции пациентов в социальную среду, что требует дополнительных усилий по обучению и адаптации навыков. _____</p>	Применяя современные методы социальной реабилитации, такие как групповые занятия и индивидуальные консультации, специалисты помогают пациентам набирать уверенность и адаптироваться к новым условиям жизни
71.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>          Что такое осознанное отношение к гимнастикой?          1. Автоматическое повторение привычных упражнений без понимания их значения.          2. Четкое осознание своих способностей, ограничений и потребности в адаптации упражнений.          3. Попытка достичь быстрых результатов любыми способами.          4. Ориентация исключительно на внешние стандарты красоты и успешности.</p>	2
72.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>          Какое из утверждений верно характеризует роль осознанного отношения к занятиям оздоровительной гимнастикой?          1. Регулярные занятия оздоровительной гимнастикой необходимы лишь лицам с тяжелыми формами заболеваний.          2. Оздоровительная гимнастика не оказывает влияния на эмоциональное состояние пациента.          3. Осознанные занятия оздоровительной гимнастикой способствуют развитию мотивации и улучшению физического состояния лица с ограниченными возможностями.          4. Оздоровительная гимнастика необходима исключительно детям и подросткам с особыми потребностями.</p>	3
73.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>          Упражнения на равновесие и координацию движений являются специальными у всех перечисленных больных, кроме:          1. больных с вертебробазилярной недостаточностью          2. больных с болезнью Миньера          3. больных с нарушениями мозгового кровообращения          4. больных с неврозами и психопатиями          5. больных с опущением внутренних органов</p>	5
74.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>          Что является ключевым аспектом формирования здорового образа жизни у лиц с хроническими заболеваниями?          1. Исключение двигательной активности.          2. Максимальное ограничение общения с окружающими людьми.</p>	3

		<p>3. Повышение уровня осведомленности о своем заболевании и способах поддержания здоровья.</p> <p>4. Постоянное употребление лекарственных препаратов.</p>	
75.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  При заболеваниях кишечника рекомендуются</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. упражнения на выносливость</li> <li>2. упражнения для мышц брюшного пресса</li> <li>3. упражнения для мышц ног</li> <li>4. аутотренинг</li> </ol>	2
76.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Гимнастические упражнения у больных с болезнями печени и желчевыводящих путей способствуют</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. повышению внутрибрюшного давления</li> <li>2. понижению внутрибрюшного давления</li> <li>3. массажу органов брюшной полости</li> <li>4. ускорению желчевыделения</li> </ol>	2
77.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  При хронических гастритах с повышенной кислотностью желудочного сока нормализации функции способствуют</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. циклические упражнения в медленном темпе и продолжительные по времени</li> <li>2. ациклические упражнения</li> <li>3. аутотренинг</li> <li>4. упражнения на выносливость</li> </ol>	1
78.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Для комплексной оценки уровня физического и функционального состояния используется</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. тест Пироговой</li> <li>2. проба Генчи</li> <li>3. проба Мартине</li> <li>4. теппинг-теста</li> </ol>	1
79.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Задачи лечебной гимнастикой при болезнях суставов включают все перечисленные, кроме</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. улучшение кровообращения и питания суставов</li> <li>2. укрепление мышц окружающих сустав</li> <li>3. противодействие развитию тугоподвижности сустава</li> <li>4. снятие болей в покое</li> <li>5. повышение работоспособности больного</li> </ol>	5
80.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Оценка физического состояния человека – это:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. оценка морфологических и физических показателей</li> <li>2. оценка функций кровоснабжения</li> <li>3. оценка физической подготовленности</li> <li>4. оценка физической работоспособности</li> </ol>	1
81.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  При выполнении упражнений на формирование правильной осанки, следует использовать</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. только статические упражнения</li> <li>2. статические и динамические упражнения, упражнения на расслабление</li> <li>3. упражнения на координацию и равновесие с элементами дыхательных упражнений</li> <li>4. только упражнения с силовой направленностью</li> <li>5. чередование статических, динамических упражнений с элементами дыхательной гимнастики, а также упражнения на расслабление, координацию и равновесие</li> </ol>	5
82.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  При физических нагрузках физиологические показатели увеличиваются</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. в 2-16 раз</li> <li>2. в 16-20 раз</li> <li>3. в 25-30 раз</li> <li>4. в 50-100 раз</li> </ol>	1

83.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Противопоказаниями к занятиям оздоровительной гимнастикой являются 1) кровотечение 2) сахарный диабет 3) высокая миопия 4) ожирение 3 степени	1
84.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Адаптация сердечно-сосудистой системы к нагрузкам характеризуется увеличением 1. функциональных систем 2. резервных возможностей 3. функциональных резервов двигательного аппарата 4. компенсаторных реакций	2
85.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> При сутулости следует выбирать специальные упражнения, направленные на 1. уменьшение угла наклона таза 2. увеличение угла наклона таза 3. развитие статической выносливости 4. развитие аэробной выносливости	2
86.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Какие аспекты важны при формировании осознанного подхода к занятиям гимнастикой? 1. Оценка текущих возможностей и готовность постепенно улучшать физическую форму. 2. Безоговорочное следование чужим примерам и программам. 3. Сосредоточенность исключительно на результатах без анализа пути их достижения. 4. Негативное восприятие собственного тела и низкой самооценки.	1
87.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> При кругловогнутой спине следует выбирать специальные упражнения, направленные на 1. уменьшение угла наклона таза 2. увеличение угла наклона таза 3. развитие статической выносливости 4. развитие аэробной выносливости	1
88.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Чем отличается понятие «здорового образа жизни» для лиц с инвалидностью от общего представления о здоровье? 1. Нет никаких отличий, здоровый образ жизни универсален для всех. 2. Включает адаптацию к повседневной среде и разработку специальных рекомендаций по упражнениям и питанию. 3. Только лица с ограничением здоровья должны контролироваться медицинским сопровождением. 4. Здоровый образ жизни не относится к людям с серьезными заболеваниями.	2
89.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Что включает в себя термин "осознанное отношение к здоровью"? 1. Следование строгим медицинским предписаниям без учёта собственных ощущений. 2. Выбор продуктов питания только по принципу низкой калорийности. 3. Самостоятельное назначение себе медикаментов и процедур. 4. Стремление вести активный образ жизни, соответствующий индивидуальным особенностям.	4
90.	<b>ОПК-6</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые:	3

		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 3–4 часа</li> <li>2. 2–3 часа</li> <li>3. 1–1,5 часа</li> <li>4. 4–5 часов</li> </ol>	
91.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Зачем необходима регулярная оценка эффективности занятий адаптивной физической культурой?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оценка проводится только для улучшения статистики учреждения.</li> <li>2. Она помогает своевременно скорректировать программу и избежать возможных осложнений.</li> <li>3. Регулярная оценка обязательна только для спортсменов высокого класса.</li> <li>4. Эта процедура позволяет отказаться от дальнейшего участия в тренировках.</li> </ol>	2
92.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Что понимается под термином "осознанность" в рамках занятий адаптивной физической культурой?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Расслабленное состояние ума, достигаемое путем полного игнорирования окружающих обстоятельств.</li> <li>2. Простое исполнение рекомендаций инструктора без размышлений.</li> <li>3. Внутреннее понимание своих возможностей и необходимости в занятиях</li> <li>4. Желание добиться максимального результата любым способом.</li> </ol>	3
93.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Что означает понятие "самонаблюдение" в контексте занятий оздоровительной гимнастикой?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игнорирование субъективных ощущений</li> <li>2. Проверка социальных сетей и мессенджеров во время занятий.</li> <li>3. Наблюдения за внешними признаками реакции на нагрузку, реакциями и ощущениями.</li> <li>4. Необходимость привлекать постороннюю помощь при каждом занятии.</li> </ol>	3
94.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Какие принципы лежат в основе формирования осознанного отношения к своему здоровью у лиц с особенностями здоровья?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Следование народным рецептам и традициям предков.</li> <li>2. Самостоятельная диагностика без медицинской помощи.</li> <li>3. Понимание индивидуальной ответственности за своё здоровье.</li> <li>4. Регулярный прием витаминов и БАДов.</li> </ol>	3
95.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Работа мышц благотворно действует, прежде всего:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. в целом на весь организм;</li> <li>2. преимущественно на суставы;</li> <li>3. на соединительно-тканые структуры опорно-двигательного аппарата;</li> <li>4. преимущественно на нервные «стволы», иннервирующие мышцы.</li> </ol>	1
96.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> Что такое двигательная активность?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие</li> <li>2. Выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности</li> <li>3. Занятие физической культурой и спортом</li> <li>4. Количество движений, необходимых для работы организма</li> </ol>	1
97.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b> В группу риска с гиподинамией входят лица, имеющие двигательную активность менее:</p>	3

		<p>1. 60 мин./день  2. 40 мин./день  3. 30 мин./день  4. 20 мин./день  5. 10 мин./день</p>																					
98.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Какие психотехники стали частью современного образа здоровья?  1. майевтика;  2. йога;  3. исихазм;  4. употребление мухоморов и пейотля.</p>	2																				
99.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Что значит концепция «равенства возможностей» применительно к лицам с отклонениями в состоянии здоровья?  1. Признание исключительных привилегий для отдельных категорий граждан.  2. Обязанность добровольного отказа от собственной свободы действий.  3. Выделение особых прав для некоторых профессий.  4. Равенство перед законом и равенство условий для полноценной интеграции в общество.</p>	4																				
100.	<b>ОПК-6</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Что означает способность вести самостоятельную жизнь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья?  1. Независимое проживание вне зависимости от потребности в постороннем уходе.  2. Возможность принимать решения о своей жизни, осуществлять повседневные дела и взаимодействовать с окружающим миром.  3. Отказ от постоянного ухода и опеки близких.  4. Абсолютное отсутствие проблем со здоровьем.</p>	2																				
101.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие.</b>  <b>К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>Установите соответствие между диагнозами и нарушениями развития</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Диагнозы</th> <th colspan="2">Нарушение</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Олигофрения</td> <td>1</td> <td>Интеллектуальное развитие</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Детский церебральный паралич</td> <td>2</td> <td>Психоэмоциональное расстройство</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Расстройство аутистического спектра</td> <td>3</td> <td>Сенсорное нарушение</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Тяжёлая форма нарушения зрения</td> <td>4</td> <td>Моторное нарушение</td> </tr> </tbody> </table>	Диагнозы		Нарушение		А	Олигофрения	1	Интеллектуальное развитие	Б	Детский церебральный паралич	2	Психоэмоциональное расстройство	В	Расстройство аутистического спектра	3	Сенсорное нарушение	Г	Тяжёлая форма нарушения зрения	4	Моторное нарушение	<p>А 1  Б 4  В 2  Г 3</p>
Диагнозы		Нарушение																					
А	Олигофрения	1	Интеллектуальное развитие																				
Б	Детский церебральный паралич	2	Психоэмоциональное расстройство																				
В	Расстройство аутистического спектра	3	Сенсорное нарушение																				
Г	Тяжёлая форма нарушения зрения	4	Моторное нарушение																				
102.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие.</b>  <b>К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>Установите соответствие между видами нарушений и рекомендуемым типом физических нагрузок:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Нарушения</th> <th colspan="2">Физические нагрузки</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Сердечно-сосудистые заболевания</td> <td>1</td> <td>Упражнения на развитие диафрагмы, йога</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Заболевания дыхательной системы</td> <td>2</td> <td>Лечебная ходьба, плавание</td> </tr> </tbody> </table>	Нарушения		Физические нагрузки		А	Сердечно-сосудистые заболевания	1	Упражнения на развитие диафрагмы, йога	Б	Заболевания дыхательной системы	2	Лечебная ходьба, плавание	<p>А2  Б1  В4  Г3</p>								
Нарушения		Физические нагрузки																					
А	Сердечно-сосудистые заболевания	1	Упражнения на развитие диафрагмы, йога																				
Б	Заболевания дыхательной системы	2	Лечебная ходьба, плавание																				

		В	Болезни суставов	3	Велосипед, танцы, бег трусцой																	
		Г	Ожирение	4	Акваэробика, растяжка																	
103.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие.</b>  <b>К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>Соотнесите виды нарушений осанки и методы коррекции:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Нарушения</th> <th colspan="2">Коррекция</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Кифоз</td> <td>1</td> <td>укрепляющие упражнения для брюшного пресса</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Сколиоз</td> <td>2</td> <td>асимметричные физические упражнения, массаж</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Гиперлордоз</td> <td>3</td> <td>специальные упражнения на укрепление спины и груди</td> </tr> </tbody> </table>				Нарушения		Коррекция		А	Кифоз	1	укрепляющие упражнения для брюшного пресса	Б	Сколиоз	2	асимметричные физические упражнения, массаж	В	Гиперлордоз	3	специальные упражнения на укрепление спины и груди	A3 B2 B1
Нарушения		Коррекция																				
А	Кифоз	1	укрепляющие упражнения для брюшного пресса																			
Б	Сколиоз	2	асимметричные физические упражнения, массаж																			
В	Гиперлордоз	3	специальные упражнения на укрепление спины и груди																			
104.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие.</b>  <b>К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>Определите соответствие между этапами занятий лечебной физкультурой и их целями:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Этап занятия</th> <th colspan="2">Цель занятия</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>подготовительный</td> <td>1</td> <td>Расслабление, восстановление ритма дыхания и сердечного ритма</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>основной</td> <td>2</td> <td>Активизация кровообращения, подготовка тела к нагрузке</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>заключительный</td> <td>3</td> <td>Улучшение функционального состояния органов и систем</td> </tr> </tbody> </table>				Этап занятия		Цель занятия		А	подготовительный	1	Расслабление, восстановление ритма дыхания и сердечного ритма	Б	основной	2	Активизация кровообращения, подготовка тела к нагрузке	В	заключительный	3	Улучшение функционального состояния органов и систем	A2 B3 B1
Этап занятия		Цель занятия																				
А	подготовительный	1	Расслабление, восстановление ритма дыхания и сердечного ритма																			
Б	основной	2	Активизация кровообращения, подготовка тела к нагрузке																			
В	заключительный	3	Улучшение функционального состояния органов и систем																			
105.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие.</b>  <b>К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>Соответствие между возрастными группами и особенностями организации занятий адаптивной физкультурой:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Категория факторов</th> <th colspan="2">Доля %</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Дети дошкольного возраста</td> <td>1</td> <td>Ограниченные движения, щадящие режимы, контроль врача</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Школьники младшего возраста</td> <td>2</td> <td>Повышенная физическая активность, постепенный рост нагрузки</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Взрослые старше 60 лет</td> <td>3</td> <td>Игровая форма занятий, умеренная нагрузка</td> </tr> </tbody> </table>				Категория факторов		Доля %		А	Дети дошкольного возраста	1	Ограниченные движения, щадящие режимы, контроль врача	Б	Школьники младшего возраста	2	Повышенная физическая активность, постепенный рост нагрузки	В	Взрослые старше 60 лет	3	Игровая форма занятий, умеренная нагрузка	A 3 B 2 B 1
Категория факторов		Доля %																				
А	Дети дошкольного возраста	1	Ограниченные движения, щадящие режимы, контроль врача																			
Б	Школьники младшего возраста	2	Повышенная физическая активность, постепенный рост нагрузки																			
В	Взрослые старше 60 лет	3	Игровая форма занятий, умеренная нагрузка																			
106.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность:</b></p> <p>Определите правильный порядок действий при проведении диагностики перед началом занятий адаптивным спортом:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формулировка рекомендаций по тренировкам</li> <li>2. Проведение функциональных тестов</li> <li>3. Интервьюирование занимающихся</li> <li>4. Изучение медицинской документации занимающихся</li> </ol>				4,3,2,1																
107.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность:</b></p> <p>Определите правильный порядок действий при адаптации физических упражнений для лиц с ограниченными возможностями:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выбор подходящих упражнений</li> <li>2. Мониторинг состояния во время занятий</li> <li>3. Корректировка интенсивности и объема нагрузки</li> </ol>				4,1,3,2																

		4. Изучение индивидуальных особенностей обучаемого	
108.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность:</b>  Определите правильный порядок мероприятий при проведении занятия лечебной гимнастикой для пациентов с нарушением опорно-двигательного аппарата: 1. Разминка 2. Основной комплекс упражнений 3. Заключительная релаксация 4. Контроль самочувствия занимающихся 5. Регистрация результатов	4,1,2,3,5
109.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность:</b>  Определите верный порядок действий учителя адаптивной физической культуры при организации коррекционного урока: 1. Формирование группы учеников 2. Проведение диагностики готовности детей 3. Методическое сопровождение урока 4. Организация условий безопасности 5. Подбор содержания учебного материала	2,1,4,5,3
110.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и установите последовательность:</b>  Определите правильную последовательность подготовки студентов к профессиональной деятельности в сфере адаптивной физической культуры: 1. Прохождение итоговой аттестации 2. Практика в специализированных учреждениях 3. Теоретическое освоение методик коррекции 4. Изучение основ медицины и физиологии	4,2,3,1
111.	<b>ПК 1</b>	<b>Продолжите предложение:</b>  Специалист, осуществляющий коррекционно-развивающую работу с детьми ограниченными возможностями здоровья, называется _____	Специалист: учитель адаптивной физической культуры.
112.	<b>ПК 1</b>	<b>Продолжите предложение:</b>  Основной документ, регламентирующий организацию образовательного процесса в сфере адаптивного физического воспитания, называется _____	Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
113.	<b>ПК 1</b>	<b>Продолжите предложение:</b>  Дифференцированный подход в адаптивном физическом воспитании учитывает индивидуальные особенности занимающихся при выборе _____	форм, методов и интенсивности занятий
114.	<b>ПК 1</b>	<b>Продолжите предложение:</b>  Система адаптивного физического воспитания подразумевает обязательную связь с деятельностью _____	Врача-реабилитолога
115.	<b>ПК 1</b>	<b>Продолжите предложение:</b>  Подбор методов и приемов коррекции и компенсации отклонений осуществляется с учетом _____	Состояния здоровья и потребностей каждого конкретного ученика
116.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст, дайте развернутый ответ:</b>  Какие показатели учитываются при разработке индивидуальных образовательных маршрутов в рамках адаптивного физического воспитания?	Возраст, физическое здоровье, особенности развития, интересы и потребности ребёнка.
117.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст, дайте развернутый ответ:</b>  Чем отличается методика проведения уроков ЛФК от традиционных методик урока физической культуры?	Основное отличие: акцент на восстановительные процессы, медленную динамику роста

			нагрузки, применение терапевтических и профилактических мер.
118.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст, дайте развернутый ответ:</b>  Объясните понятие инклюзивное образование и приведите пример реализации инклюзивных принципов в школе.	Инклюзивное образование: совместное обучение детей с особыми потребностями вместе с обычными учениками в условиях равных возможностей. Пример: организация специально оборудованных кабинетов и групповых занятий, обеспечивающих интеграцию детей с разными формами инвалидности.
119.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст, дайте развернутый ответ:</b>  Перечислите три основных принципа адаптивной физической культуры.	Основные принципы адаптивной физической культуры: принцип научности; принцип индивидуализации; принцип комплексности.
120.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст, дайте развернутый ответ:</b>  Укажите цель организации физкультурно-оздоровительных мероприятий для детей-инвалидов.	Цель организации: реабилитация и социальная интеграция детей с ограниченными возможностями здоровья посредством физической активности.
121.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Отличительной особенностью программ адаптивного физического воспитания является:  1. Обязательное участие врача в каждом занятии. 2. Отсутствие контроля результатов занятий. 3. Постоянная поддержка семьи ребенка. 4. Ориентация на удовлетворение конкретных потребностей отдельных детей.	4
122.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Проблема перехода воспитанников детских домов-интернатов с особенностями здоровья в школу решается путём:  1. Предоставления статуса сироты каждому ребенку. 2. Позитивного отношения общества к людям с особыми потребностями. 3. Подготовки специализированных классов и организации необходимого сопровождения. 4. Наличие лишь волонтерской поддержки от общественности.	3
123.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>	3

		<p>Определенная доля ответственности за качество занятий адаптивной физической культурой лежит на родителях, поскольку они:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Участвуют в непосредственном контроле за процессом.</li> <li>2. Являются экспертами в вопросах медицины.</li> <li>3. Могут оказать значительное влияние на мотивацию и интерес ребёнка.</li> <li>4. Должны заменить собой роль педагога в обучении.</li> </ol>	
124.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Критерии оценивания результатов занятий адаптивной физической культурой ориентированы на:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Внешний вид воспитанника.</li> <li>2. Показатели спортивной карьеры.</li> <li>3. Улучшение моторных навыков и снижение дискомфорта.</li> <li>4. Итоги итоговых экзаменов.</li> </ol>	3
125.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Основными направлениями совершенствования системы адаптивного физического воспитания являются:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Снижение затрат на подготовку кадров.</li> <li>2. Изменение внешней архитектуры здания школы.</li> <li>3. Направленность на максимальное вовлечение ребёнка в социальную среду.</li> <li>4. Сокращение количества часов на занятия.</li> </ol>	3
126.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Главным принципом разработки образовательных программ в адаптивной физической культуре является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Универсальность предлагаемых решений.</li> <li>2. Максимальная нагрузка на организм ребенка.</li> <li>3. Равномерность распределения занятий по временным интервалам.</li> <li>4. Адекватность предлагаемым условиям и возможностям ребенка.</li> </ol>	4
127.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Наиболее эффективной формой управления системой адаптивного физического воспитания является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Жёсткая вертикаль власти директора школы.</li> <li>2. Командная структура и взаимодействие специалистов разного профиля.</li> <li>3. Самообслуживание детей и подростков.</li> <li>4. Безусловное подчинение родителям учащихся.</li> </ol>	2
128.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Профессиональные компетенции специалиста адаптивной физической культуры охватывают умения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составлять сценарии праздников и концертов.</li> <li>2. Готовить отчеты о своей деятельности для налоговых служб.</li> <li>3. Работать с методами оздоровления и адаптации учащихся.</li> <li>4. Оказывать психологическую помощь детям.</li> </ol>	3
129.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p>	3

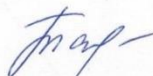
		<p>Средствами адаптивной физической культуры решаются задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Быстрого набора мышечной массы.</li> <li>2. Повышения уровня IQ ребенка.</li> <li>3. Укрепления здоровья и коррекции функциональных нарушений.</li> <li>4. Снижения веса.</li> </ol>	
130.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Современная педагогика признает одним из наиболее действенных способов преодоления негативных последствий инвалидности:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Применение медикаментов.</li> <li>2. Раннюю диагностику болезни.</li> <li>3. Программированную поддержку семей детей с особенностями.</li> <li>4. Организацию активного досуга и вовлеченность в физическую культуру.</li> </ol>	4
131.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Важнейшим условием эффективного функционирования системы адаптивного физического воспитания выступает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создание учебно-методического комплекса материалов.</li> <li>2. Введение строгого ограничения участия родителей в образовательном процессе.</li> <li>3. Четкое соблюдение единой общегосударственной программы обучения.</li> <li>4. Согласование действий специалистов разных направлений и командная работа коллектива.</li> </ol>	4
132.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Главной задачей систематически проводимых диагностических исследований в адаптивной физической культуре является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализ персональных предпочтений ребенка.</li> <li>2. Выявление проблемных зон и путей оптимизации учебного процесса.</li> <li>3. Проверка компетентности преподавателей.</li> <li>4. Сбор статистики заболеваемости учащихся.</li> </ol>	2
133.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Уровень доступности зданий учреждений образования оценивается исходя из критериев:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Удобства расположения парковочного места автомобиля.</li> <li>2. Эргономичности мебели внутри помещений.</li> <li>3. Возможности безопасного перемещения инвалидов-колясочников.</li> <li>4. Соответствия интерьеров требованиям минимализма.</li> </ol>	3
134.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Оценивание успешности в занятиях адаптивной физической культурой строится на основании:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Единственной проверки качества усвоения раз в год.</li> <li>2. Самостоятельного анализа родителями прогресса своего ребенка.</li> <li>3. Периодической комплексной диагностики и наблюдений педагога.</li> </ol>	3

		4. Решения администрации школы о качестве проведенных занятий.	
135.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Цель интегрированного обучения заключается в:  1. Упрощении структуры занятий. 2. Разделении детей по степени тяжести заболевания. 3. Проведении совместных занятий здоровых детей и детей с проблемами здоровья. 4. Формировании четких границ межгруппового взаимодействия.	3
136.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Включение специализированного оборудования в учебный процесс адаптивного физического воспитания помогает:  1. Устранить необходимость наличия тренера-педагога. 2. Сделать занятия доступнее и комфортнее для детей с особыми потребностями. 3. Заместить врачебный осмотр перед занятиями. 4. Совершенствовать учебную нагрузку среди абсолютно здоровых ребят.	2
137.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Преимуществом занятия физическим воспитанием для детей с особенностями развития является возможность:  1. Быстро осваивать сложную технику спортивных дисциплин. Поддерживать высокий уровень самостоятельности. Научиться планировать свою жизнь самостоятельно. Положительного влияния на эмоциональное состояние и улучшение коммуникативных качеств.	4
138.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Одним из важных элементов профессионального стандарта педагога адаптивной физической культуры является способность:  1. Комплектовать однородные группы по состоянию здоровья. 2. Организовать медицинское обследование детей. 3. Осуществлять мониторинг изменений физического состояния. 4. Заниматься организацией массовых культурных мероприятий.	3
139.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Особенность формирования группы для занятий адаптивной физической культурой состоит в:  1. Объединении учеников с различными заболеваниями. 2. Смешивании возрастных категорий детей. 3. Выборе детей только одной возрастной категории. 4. Комплектации однородных групп по состоянию здоровья.	4
140.	<b>ПК 1</b>	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b>  Современные подходы к построению системы адаптивного физического воспитания предполагают:  1. Ригидный контроль результатов занятий учителем. 2. Гибкость и вариативность содержания занятий. 3. Минимизацию усилий со стороны педагогов.	2

		4. Однозначное определение тренировочной нагрузки для всех учащихся.	
141.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>В программу подготовки учителей адаптивной физической культуры входят дисциплины:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Теория и практика психологического консультирования.</li> <li>2. История русской литературы.</li> <li>3. Анатомия и физиология человека.</li> <li>4. Международное право.</li> </ol>	3
142.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Преподаватель, ведущий занятия адаптивной физической культурой, обязан иметь квалификацию:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Врач-педиатр.</li> <li>2. Специалист по дефектологии.</li> <li>3. Воспитатель детского сада.</li> <li>4. Учитель адаптивной физической культуры.</li> </ol>	4
143.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Использование игрового метода позволяет повысить эффективность адаптивного физического воспитания благодаря:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Фокусировке внимания только на достижении результата.</li> <li>2. Привлечению интереса и активизации мотивации ребенка.</li> <li>3. Использованию однообразных техник тренировки.</li> <li>4. Снижению роли учителя в учебном процессе.</li> </ol>	2
144.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Организация доступной среды в учебных заведениях предусматривает наличие:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специальных тренажеров для повышения эффективности тренировок.</li> <li>2. Пандусов, лифтов и приспособлений для удобства передвижения.</li> <li>3. Увеличенного количества часов физической культуры.</li> <li>4. Возможность посещения занятий исключительно родителями детей с ОВЗ.</li> </ol>	2
145.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Программа курса «Физическая реабилитация» включает изучение:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основ методики психологической подготовки спортсменов.</li> <li>2. Правил соревнований по различным видам спорта.</li> <li>3. Методик профилактики заболеваний внутренних органов.</li> <li>4. Способов восстановления утраченных функций организма средствами физической культуры.</li> </ol>	4
146.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Основная задача школы в области инклюзии заключается в:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предложении специального режима питания детям с ограничениями здоровья.</li> </ol>	3

		<p>2. Обучении всех школьников одинаковым предметам независимо от возможностей.</p> <p>3. Создании условий для совместного обучения обычных детей и детей с особыми нуждами.</p> <p>4 Организации массовых развлекательных мероприятий.</p>	
147.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Дети с нарушением интеллектуального развития нуждаются в особом подходе, потому что:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Они быстро осваивают новые знания.</li> <li>2. Требуется создание условий специальной поддержки и помощи.</li> <li>3. Их физические возможности превышают нормативы здоровых сверстников.</li> <li>4. Необходимость ограничить физическую активность.</li> </ol>	2
148.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Специфические особенности познавательной сферы детей с нарушениями слуха влияют на выбор педагогических подходов следующим образом:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Используется традиционная система коммуникации.</li> <li>2. Исключается работа над двигательными способностями.</li> <li>3. Избегаются специальные технические устройства.</li> <li>4. Применяются визуальные средства подачи информации.</li> </ol>	4
149.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Учёт особенностей психофизического развития каждого ребенка обеспечивается путем:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Однотипных форм организации занятий.</li> <li>2. Разработки индивидуального маршрута освоения учебной программы.</li> <li>3. Ограниченного выбора упражнений.</li> <li>4. Регулярного изменения нагрузок.</li> </ol>	2
150.	<b>ПК 1</b>	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ:</b></p> <p>Основным документом, определяющим порядок организации образования лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».</li> <li>2. Закон РФ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации».</li> <li>3. Приказ Министерства здравоохранения РФ.</li> <li>4. Конституция РФ.</li> </ol>	1

Разработан:  
 доцент кафедры физического  
 воспитания и адаптивной  
 физической культуры



О.Ю. Тарасова