

**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 физкультуры

/А.А. Марченко/  
«28» мая 2025 г.

**Фонд оценочных средств по дисциплине**

Наименование дисциплины	<b>Теория и организация адаптивной физической культуры</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>ПК-1</b>	Способен осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации процесса адаптивного физического воспитания
<b>ПК-3</b>	Проводит занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану физической реабилитации инвалида

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

Наименование компетенций	Виды оценочных материалов	Количество заданий
<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>ПК-3</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

## 3. Банк заданий по оценке уровня формирования компетенций

№ п/п	Наименование компетенций	Задание	Верный вариант
-------	--------------------------	---------	----------------

1.	ПК-1	<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 методами педагогического воздействия и целями их применения в адаптивном физическом воспитании</p> <table border="1" data-bbox="520 327 1198 853"> <thead> <tr> <th colspan="2">Методы педагогического воздействия</th> <th colspan="2">Цели применения</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Игра</td> <td>1</td> <td>Стимулирование инициативности и творчества</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Словесные объяснения</td> <td>2</td> <td>Развитие понимания и восприятия материала</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Демонстрация</td> <td>3</td> <td>Формирование зрительного представления и подражания</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Совместные действия</td> <td>4</td> <td>Развитие чувства взаимопомощи и сотрудничества</td> </tr> <tr> <td>Д</td> <td>Индивидуальные задания</td> <td>5</td> <td>Возможность самостоятельного освоения навыков</td> </tr> </tbody> </table>	Методы педагогического воздействия		Цели применения		А	Игра	1	Стимулирование инициативности и творчества	Б	Словесные объяснения	2	Развитие понимания и восприятия материала	В	Демонстрация	3	Формирование зрительного представления и подражания	Г	Совместные действия	4	Развитие чувства взаимопомощи и сотрудничества	Д	Индивидуальные задания	5	Возможность самостоятельного освоения навыков	<p><b>А 1 Б 2 В 3 Г 4 Д 5</b></p>
Методы педагогического воздействия		Цели применения																									
А	Игра	1	Стимулирование инициативности и творчества																								
Б	Словесные объяснения	2	Развитие понимания и восприятия материала																								
В	Демонстрация	3	Формирование зрительного представления и подражания																								
Г	Совместные действия	4	Развитие чувства взаимопомощи и сотрудничества																								
Д	Индивидуальные задания	5	Возможность самостоятельного освоения навыков																								
2.	ПК-1	<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 основными составляющими процесса адаптивного физического воспитания и их функциями</p> <table border="1" data-bbox="520 1088 1198 1706"> <thead> <tr> <th colspan="2">Основные составляющие процесса АФВ</th> <th colspan="2">Функции</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Учебно-методическое обеспечение</td> <td>1</td> <td>Координация и согласованность педагогического процесса</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Материально-техническая база</td> <td>2</td> <td>Обеспечение разнообразия и доступности учебного материала</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Педагогический персонал</td> <td>3</td> <td>Организация пространственных условий для занятий</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Документация и отчётность</td> <td>4</td> <td>Регистрация и фиксация результатов и успехов</td> </tr> <tr> <td>Д</td> <td>Организация досуга и внеклассных мероприятий</td> <td>5</td> <td>Дополнительная социализация и расширение опыта учащихся</td> </tr> </tbody> </table>	Основные составляющие процесса АФВ		Функции		А	Учебно-методическое обеспечение	1	Координация и согласованность педагогического процесса	Б	Материально-техническая база	2	Обеспечение разнообразия и доступности учебного материала	В	Педагогический персонал	3	Организация пространственных условий для занятий	Г	Документация и отчётность	4	Регистрация и фиксация результатов и успехов	Д	Организация досуга и внеклассных мероприятий	5	Дополнительная социализация и расширение опыта учащихся	<p><b>А 2 Б 3 В 1 Г 4 Д 5</b></p>
Основные составляющие процесса АФВ		Функции																									
А	Учебно-методическое обеспечение	1	Координация и согласованность педагогического процесса																								
Б	Материально-техническая база	2	Обеспечение разнообразия и доступности учебного материала																								
В	Педагогический персонал	3	Организация пространственных условий для занятий																								
Г	Документация и отчётность	4	Регистрация и фиксация результатов и успехов																								
Д	Организация досуга и внеклассных мероприятий	5	Дополнительная социализация и расширение опыта учащихся																								

3.	ПК-1	<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 категориями воспитанников и приоритетными задачами адаптивного физического воспитания</p> <table border="1" data-bbox="520 327 1177 891"> <thead> <tr> <th colspan="2">Категории воспитанников</th> <th colspan="2">Приоритеты</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Дети с интеллектуальными нарушениями</td> <td>1</td> <td>Развитие сенсорных восприятий и мелкой моторики</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Дети с нарушениями слуха</td> <td>2</td> <td>Компенсация недостатков слухового восприятия</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Дети с детским церебральным параличом</td> <td>3</td> <td>Развитие устойчивости, баланса и координации</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивности</td> <td>4</td> <td>Формирование усидчивости и концентрации внимания</td> </tr> <tr> <td>Д</td> <td>Дети с аутизмом</td> <td>5</td> <td>Развитие социального взаимодействия и коммуникации</td> </tr> </tbody> </table>	Категории воспитанников		Приоритеты		А	Дети с интеллектуальными нарушениями	1	Развитие сенсорных восприятий и мелкой моторики	Б	Дети с нарушениями слуха	2	Компенсация недостатков слухового восприятия	В	Дети с детским церебральным параличом	3	Развитие устойчивости, баланса и координации	Г	Дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивности	4	Формирование усидчивости и концентрации внимания	Д	Дети с аутизмом	5	Развитие социального взаимодействия и коммуникации	<p><b>А 1 Б 2 В 3 Г 4 Д 5</b></p>
Категории воспитанников		Приоритеты																									
А	Дети с интеллектуальными нарушениями	1	Развитие сенсорных восприятий и мелкой моторики																								
Б	Дети с нарушениями слуха	2	Компенсация недостатков слухового восприятия																								
В	Дети с детским церебральным параличом	3	Развитие устойчивости, баланса и координации																								
Г	Дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивности	4	Формирование усидчивости и концентрации внимания																								
Д	Дети с аутизмом	5	Развитие социального взаимодействия и коммуникации																								
4.	ПК-1	<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 компонентами учебного процесса и средствами их реализации в адаптивном физическом воспитании</p> <table border="1" data-bbox="520 1122 1155 1742"> <thead> <tr> <th colspan="2">Компоненты учебного процесса</th> <th colspan="2">Средства реализации</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Моторное развитие</td> <td>1</td> <td>Упражнения на координацию и ловкость</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Сенсорное развитие</td> <td>2</td> <td>Задания на восприятие цветов, звуков, тактильных ощущений</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Формирование волевых качеств</td> <td>3</td> <td>Игры на преодоление препятствий и решение сложных задач</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Социальное взаимодействие и коммуникация</td> <td>4</td> <td>Групповые игры и совместные проекты</td> </tr> <tr> <td>Д</td> <td>Развитие когнитивных способностей</td> <td>5</td> <td>Логопедические и развивающие игры, головоломки</td> </tr> </tbody> </table>	Компоненты учебного процесса		Средства реализации		А	Моторное развитие	1	Упражнения на координацию и ловкость	Б	Сенсорное развитие	2	Задания на восприятие цветов, звуков, тактильных ощущений	В	Формирование волевых качеств	3	Игры на преодоление препятствий и решение сложных задач	Г	Социальное взаимодействие и коммуникация	4	Групповые игры и совместные проекты	Д	Развитие когнитивных способностей	5	Логопедические и развивающие игры, головоломки	<p><b>А 1 Б 2 В 3 Г 4 Д 5</b></p>
Компоненты учебного процесса		Средства реализации																									
А	Моторное развитие	1	Упражнения на координацию и ловкость																								
Б	Сенсорное развитие	2	Задания на восприятие цветов, звуков, тактильных ощущений																								
В	Формирование волевых качеств	3	Игры на преодоление препятствий и решение сложных задач																								
Г	Социальное взаимодействие и коммуникация	4	Групповые игры и совместные проекты																								
Д	Развитие когнитивных способностей	5	Логопедические и развивающие игры, головоломки																								

5.	ПК-1	<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 типами воспитанников и необходимыми мерами педагогического воздействия</p> <table border="1" data-bbox="520 297 1155 913"> <thead> <tr> <th colspan="2">Типы воспитанников</th> <th colspan="2">Меры педагогического воздействия</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Дети с поведенческими трудностями</td> <td>1</td> <td>А. Дифференцированная помощь и поддержка</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Дети с тяжелыми множественными нарушениями</td> <td>2</td> <td>В. Использование наглядных пособий и структурированного расписания</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Дети с легкими нарушениями речи и моторики</td> <td>3</td> <td>С. Строгость и последовательные требования</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Дети с недостатком уверенности в собственных силах</td> <td>4</td> <td>Д. Повышенное внимание и терпение</td> </tr> <tr> <td>Д</td> <td>Ученики с высоким уровнем агрессивности</td> <td>5</td> <td>Е. Создание атмосферы доверия и принятия</td> </tr> </tbody> </table>	Типы воспитанников		Меры педагогического воздействия		А	Дети с поведенческими трудностями	1	А. Дифференцированная помощь и поддержка	Б	Дети с тяжелыми множественными нарушениями	2	В. Использование наглядных пособий и структурированного расписания	В	Дети с легкими нарушениями речи и моторики	3	С. Строгость и последовательные требования	Г	Дети с недостатком уверенности в собственных силах	4	Д. Повышенное внимание и терпение	Д	Ученики с высоким уровнем агрессивности	5	Е. Создание атмосферы доверия и принятия	<p><b>А 3</b> <b>Б 1</b> <b>В 2</b> <b>Г 5</b> <b>Д 4</b></p>
Типы воспитанников		Меры педагогического воздействия																									
А	Дети с поведенческими трудностями	1	А. Дифференцированная помощь и поддержка																								
Б	Дети с тяжелыми множественными нарушениями	2	В. Использование наглядных пособий и структурированного расписания																								
В	Дети с легкими нарушениями речи и моторики	3	С. Строгость и последовательные требования																								
Г	Дети с недостатком уверенности в собственных силах	4	Д. Повышенное внимание и терпение																								
Д	Ученики с высоким уровнем агрессивности	5	Е. Создание атмосферы доверия и принятия																								
6.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>1. Установите последовательность этапов проектирования и реализации процесса адаптивного физического воспитания:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определение целей и задач адаптивного физического воспитания.</li> <li>2. Диагностическое обследование учащихся с особыми потребностями.</li> <li>3. Подготовка материально-технической базы для занятий.</li> <li>4. Разработка индивидуального образовательного маршрута.</li> <li>5. Организация и проведение занятий.</li> <li>6. Оценка результатов и коррекция образовательной траектории</li> </ol>	2,1,4,3,5,6																								
7.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>2. Установите последовательность этапов организации занятий адаптивным физическим воспитанием в правильной последовательности:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование умения контролировать свое тело.</li> <li>2. Ознакомление с базовыми движениями и техникой безопасности.</li> <li>3. Воспитание позитивного отношения к физическим упражнениям.</li> <li>4. Обучение правилам сотрудничества и взаимодействия в коллективе.</li> <li>5. Совершенствование навыков и качеств, приобретаемых ранее</li> </ol>	2,1,3,4,5																								
8.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>3. Установите последовательность шагов педагогической деятельности по реализации адаптивного физического воспитания:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коррекционная работа с учениками, испытывающими затруднения.</li> </ol>	2,4,3,1,5																								

		<p>2. Определение образовательных запросов учащихся и родителей.</p> <p>3. Разработку педагогических ситуаций, стимулирующих познавательную активность.</p> <p>4. Подбор материалов и оборудования для занятий.</p> <p>5. Привлечение дополнительного персонала для сопровождения учащихся</p>	
9.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>4. Установите последовательность этапов мониторинга и анализа результатов адаптивного физического воспитания в нужной последовательности:</p> <p>1. Сбор данных о развитии учащихся (наблюдения, тестирования).</p> <p>2. Формулирование выводов о результатах проведённой работы.</p> <p>3. Выявление сильных сторон и трудностей в достижении поставленных целей.</p> <p>4. Анализ полученных данных.</p> <p>5. Разработка рекомендаций по дальнейшей работе</p>	1,3,4,2,5
10.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>5. Установите последовательность шагов по внедрению инновационных технологий в процесс адаптивного физического воспитания в необходимой последовательности:</p> <p>1. Проектирование и создание цифрового ресурса для учащихся.</p> <p>2. Анализ целесообразности внедрения инноваций.</p> <p>3. Подготовку учителей к применению цифровых ресурсов.</p> <p>4. Оценку результатов использования цифровой платформы.</p> <p>5. Применение виртуального сопровождения занятий</p>	2,1,3,5,4
11.	ПК-1	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>1. Создание инклюзивной среды воспитания дает возможность объединить _____</p>	детей с разными возможностями и
12.	ПК-1	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>2. Педагог работает с детьми с ограниченными возможностями здоровья, должен учитывать _____</p>	индивидуальные потребности учеников
13.	ПК-1	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>3. Педагог формирует необходимые жизненные навыки для _____</p>	самостоятельной жизни детьми с ограниченными возможностями и здоровья
14.	ПК-1	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>4. Педагог использует современные образовательные технологии, тем самым _____</p>	повышает эффективность занятий

15.	ПК-1	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>5. Сотрудничество с родителями и специалистами, педагог добивается _____</p>	лучших результатов
16.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>1. Важной частью деятельности педагога является разработка _____</p>	программ, направленных на интеграцию и социальную адаптацию детей и подростков с ограниченными возможностями и здоровья, формируя у них базовые двигательные навыки и интерес к активной жизнедеятельности
17.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>2. Педагог, обладая профессиональными качествами применяет в процессе адаптивного физического воспитания научно обоснованные методики, учитывающие _____</p>	анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности каждой отдельной группы или отдельного учащегося, создавая персонализированную систему занятий.
18.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>3. Специалист, осуществляющий педагогическую деятельность по проектированию и реализации процесса адаптивного физического воспитания, обладает _____</p>	знаниями и умениями для создания эффективной образовательной среды, способствующей физическому развитию и укреплению здоровья учащихся с особыми потребностями
19.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>4. Деятельность педагога по адаптивному физическому воспитанию направлена на реализацию комплексного подхода к физическому воспитанию, объединяя обучение, тренировочные процессы и коррекционно-развивающие меры, что позволяет формировать _____</p>	полноценную личность с высокими моральными качествами и чувством ответственности

			и за своё здоровье
20.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>5. Специалист в области адаптивной физической культуры активно сотрудничает с _____</p>	медицинскими работниками, психологами и родителями, добиваясь максимальной интеграции образовательного процесса в повседневную жизнь ребёнка, помогая ему раскрыть собственный потенциал и повысить качество жизни
21.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>1. Цель адаптивного физического воспитания состоит в следующем:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование универсальных навыков и знаний</li> <li>2. Адаптация учащихся с особыми потребностями к повседневной жизни</li> <li>3. Развитие творческих способностей</li> <li>4. Все вышеперечисленное верно</li> </ol>	2
22.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>2. Основная задача педагога в процессе адаптивного физического воспитания:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сделать занятия интересными и увлекательными</li> <li>2. Включить игровые элементы в учебный процесс</li> <li>3. Обеспечить эффективное развитие двигательных навыков и коррекцию дефектов</li> <li>4. Придерживаться стандартных школьных программ</li> </ol>	3
23.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>3. Педагогическая деятельность по проектированию процесса адаптивного физического воспитания предполагает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Копирование существующих программ и планов</li> <li>2. Анализ индивидуальных характеристик каждого ученика</li> <li>3. Единую стратегию для всех учащихся</li> <li>4. Следование традиционным стандартам физического воспитания</li> </ol>	2
24.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>4. Принцип дифференцированного подхода в адаптивном физическом воспитании предусматривает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Один общий подход ко всем категориям учащихся</li> <li>2. Различные методы и средства обучения в зависимости от индивидуальных особенностей учащихся</li> <li>3. Полное отсутствие игровой составляющей</li> <li>4. Строго регламентированное расписание занятий</li> </ol>	2
25.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>5. Особенностью проекта адаптивного физического воспитания является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Идентичные программы для всех учеников</li> <li>2. Четкое следование государственным стандартам</li> <li>3. Гибкость и вариативность используемых методик</li> <li>4. Ограниченность в средствах и ресурсах</li> </ol>	3

26.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>6. Проектирование процесса адаптивного физического воспитания начинается с:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определения конечной цели занятий</li> <li>2. Поиска необходимого оборудования</li> <li>3. Записи учащихся на курсы</li> <li>4. Закупки инвентаря</li> </ol>	1
27.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>7. Критерии оценки эффективности процесса адаптивного физического воспитания включают:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Внешнее впечатление зрителей</li> <li>2. Статистические отчёты руководства</li> <li>3. Положительную динамику физического и психоэмоционального состояния учащихся</li> <li>4. Сокращение затрат на оборудование</li> </ol>	3
28.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>8. Методы обучения в адаптивном физическом воспитании отличаются тем, что они:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Всегда одинаковы для всех</li> <li>2. Основаны исключительно на игровых формах</li> <li>3. Требуют учёта индивидуальных особенностей каждого ученика</li> <li>4. Используют только традиционные способы обучения</li> </ol>	3
29.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>9. Процесс реализации адаптивного физического воспитания включает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Только классные занятия</li> <li>2. Индивидуальные консультации и групповую работу</li> <li>3. Еженедельные родительские собрания</li> <li>4. Аттестацию учащихся каждый квартал</li> </ol>	2
30.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>10. Эффективность адаптивного физического воспитания определяется способностью педагога:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Заботливо относиться к ученикам</li> <li>2. Управлять вниманием учащихся</li> <li>3. Правильно подбирать и комбинировать методы и приёмы обучения</li> <li>4. Писать качественные отчёты руководству</li> </ol>	3
31.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>11. Результатом успешной реализации процесса адаптивного физического воспитания становится:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повышение количества учащихся в классе</li> <li>2. Удовлетворённость администрации результатами</li> <li>3. Улучшение здоровья и социальной адаптации учащихся</li> <li>4. Увеличение бюджета образовательного учреждения</li> </ol>	3
32.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>12. Индивидуализированный подход в адаптивном физическом воспитании означает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Использование одних и тех же методик для всех</li> <li>2. Однообразие упражнений и заданий</li> <li>3. Разные планы и методы для каждого ученика</li> <li>4. Стандартные формы диагностики</li> </ol>	3
33.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>13. Деятельность педагога по проектированию процесса адаптивного физического воспитания предполагает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Минимальную вовлечённость самого учителя</li> </ol>	2

		2. Высокий уровень профессиональной компетентности и творческого подхода 3. Простоту и однообразие рабочих планов 4. Независимость от мнения коллег и администрации	
34.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  14. Особые педагогические условия в адаптивном физическом воспитании подразумевают: 1. Обычные правила и нормы 2. Просторные помещения и просторные территории 3. Индивидуальный подход и особый инструментарий 4. Автоматическое применение традиционных методик	3
35.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  15. Реализация процесса адаптивного физического воспитания невозможна без: 1. Современного оснащения и финансирования 2. Заинтересованности администрации 3. Качественного диагностического обследования учащихся 4. Одобрения родственников учащихся	3
36.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  16. Главная задача педагога в проекте адаптивного физического воспитания: 1. Набрать большее число учеников 2. Показать высокий уровень профессионализма 3. Справедливо распределять награды 4. Корректировать недостатки и помогать раскрытию потенциальных возможностей учащихся	4
37.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  17. Коррекционное значение адаптивного физического воспитания проявляется в: 1. Развитии культурных ценностей 2. Формировании положительных эмоций 3. Повышении физической выносливости и исправлении физических недостатков 4. Улучшении межличностных взаимоотношений	3
38.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  18. Проектирование процесса адаптивного физического воспитания связано с необходимостью: 1. Оформления документации 2. Утверждения проектов администрацией 3. Глубокой диагностики и индивидуального подхода 4. Соответствия государственных стандартов	3
39.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  19. Организация процесса адаптивного физического воспитания включает: 1. Игнорирование желаний самих учащихся 2. Разнообразие методик и постоянный контроль результатов 3. Только стандартные решения и инструменты 4. Согласование только с руководством учреждения	2
40.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  20. Основой успешного процесса адаптивного физического воспитания является: 1. Привлекательность внешности педагога 2. Постоянная смена обстановки занятий 3. Креативный подход и высокая квалификация педагога 4. Влияние современных медиа-ресурсов	3

41.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>21. Профессиональная компетенция педагога адаптивного физического воспитания характеризуется:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поверхностными знаниями психологии</li> <li>2. Высокой квалификацией и творческим подходом</li> <li>3. Однозначным применением единых методик</li> <li>4. Передачей готовых решений другим специалистам</li> </ol>	2
42.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>22. Дифференцированный подход в адаптивном физическом воспитании обеспечивает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Равномерное распределение нагрузки на всех учащихся</li> <li>2. Уникальность занятий для каждого ученика</li> <li>3. Единый график для всей группы</li> <li>4. Абсолютное равенство требований</li> </ol>	2
43.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>23. Средством диагностики в адаптивном физическом воспитании выступает:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Традиционные школьные экзамены</li> <li>2. Опросники и наблюдения</li> <li>3. Государственные аттестации</li> <li>4. Отзывы родителей и сверстников</li> </ol>	2
44.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>24. Применение современных технологий в адаптивном физическом воспитании позволяет:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Заместить живое общение педагога и ученика</li> <li>2. Облегчить проектирование индивидуальных маршрутов</li> <li>3. Автоматизировать всю учебную деятельность</li> <li>4. Полностью отказаться от традиционного метода обучения</li> </ol>	2
45.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>25. Взаимодействие с семьёй в адаптивном физическом воспитании необходимо для:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повышения доходов учреждения</li> <li>2. Решения конфликтных ситуаций</li> <li>3. Поддержки мотивации и закрепления результатов</li> <li>4. Рекламы услуг учреждения</li> </ol>	3
46.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>26. Использование игровых элементов в адаптивном физическом воспитании способствует:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Некоторым ученикам утрате мотивации</li> <li>2. Повышению заинтересованности и достижению наилучшего эффекта</li> <li>3. Разрушению норм учебной дисциплины</li> <li>4. Усугублению негативных черт характера</li> </ol>	2
47.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>27. Долгосрочным результатом успешного адаптивного физического воспитания является:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Победа в соревнованиях</li> <li>2. Благополучная адаптация и независимость в обществе</li> <li>3. Повышение числа публикаций о педагоге</li> <li>4. Рост зарплаты педагога</li> </ol>	2
48.	ПК-1	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>28. Современные концепции адаптивного физического воспитания подчеркивают важность:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Исторического наследия</li> <li>2. Научного подхода и креативности</li> </ol>	2

		3. Соблюдения традиций прошлого века 4. Унификации всех методик и инструментов																					
49.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  29. Участие в создании и реализации процесса адаптивного физического воспитания принимают: 1. Только администрация учреждения 2. Родители, педагоги, врачи и специалисты смежных областей 4. Представители местных властей 5. Массовая аудитория зрителей	2																				
50.	ПК-1	<b>Прочитайте текст и выберите несколько правильных ответов</b>  30. Инициатором запуска нового проекта адаптивного физического воспитания часто выступают: 1. Сами учащиеся 2. Министерство здравоохранения 3. Педагоги и руководители учреждений 4. Местные политические деятели	3																				
51.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b>  1. Установите соответствие между методами адаптивной физической культуры и их целями  <table border="1" data-bbox="520 965 1155 1308"> <thead> <tr> <th colspan="2">Методы АФК</th> <th colspan="2">Цели</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Лечебная гимнастика</td> <td>1</td> <td>Развитие общей выносливости организма</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Гидрокинезиотерапия</td> <td>2</td> <td>Улучшение координации движений</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Эрготерапия</td> <td>3</td> <td>Укрепление мышц и суставов</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Скандинавская ходьба</td> <td>4</td> <td>Повышение функциональных возможностей рук и кистей</td> </tr> </tbody> </table>	Методы АФК		Цели		А	Лечебная гимнастика	1	Развитие общей выносливости организма	Б	Гидрокинезиотерапия	2	Улучшение координации движений	В	Эрготерапия	3	Укрепление мышц и суставов	Г	Скандинавская ходьба	4	Повышение функциональных возможностей рук и кистей	А 3 Б 2 В 4 Г 1
Методы АФК		Цели																					
А	Лечебная гимнастика	1	Развитие общей выносливости организма																				
Б	Гидрокинезиотерапия	2	Улучшение координации движений																				
В	Эрготерапия	3	Укрепление мышц и суставов																				
Г	Скандинавская ходьба	4	Повышение функциональных возможностей рук и кистей																				
52.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</b>  2. Установите соответствие между типами упражнений и формами инвалидности  <table border="1" data-bbox="520 1536 1155 1850"> <thead> <tr> <th colspan="2">Типы упражнений</th> <th colspan="2">Формы инвалидности</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Ходьба с опорой</td> <td>1</td> <td>Нарушение зрения</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Танцевальная терапия</td> <td>2</td> <td>Двигательные нарушения нижних конечностей</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Ориентирование в пространстве</td> <td>3</td> <td>Ограничение подвижности верхних конечностей</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Работа с мячом</td> <td>4</td> <td>Психоэмоциональные расстройства</td> </tr> </tbody> </table>	Типы упражнений		Формы инвалидности		А	Ходьба с опорой	1	Нарушение зрения	Б	Танцевальная терапия	2	Двигательные нарушения нижних конечностей	В	Ориентирование в пространстве	3	Ограничение подвижности верхних конечностей	Г	Работа с мячом	4	Психоэмоциональные расстройства	А 2 Б 4 В 1 Г 3
Типы упражнений		Формы инвалидности																					
А	Ходьба с опорой	1	Нарушение зрения																				
Б	Танцевальная терапия	2	Двигательные нарушения нижних конечностей																				
В	Ориентирование в пространстве	3	Ограничение подвижности верхних конечностей																				
Г	Работа с мячом	4	Психоэмоциональные расстройства																				

53.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>3. Установите соответствие между видами спорта и целями реабилитационной программы</p> <table border="1" data-bbox="523 300 1155 674"> <thead> <tr> <th colspan="2">Вид спорта</th> <th colspan="2">Цели</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Теннис сидя</td> <td>1</td> <td>Увеличение силы и гибкости спины</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Плавание</td> <td>2</td> <td>Стимуляция дыхательной системы</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Конный спорт</td> <td>3</td> <td>Уменьшение болевых ощущений в суставах</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Фехтование</td> <td>4</td> <td>Развитие мелкой моторики и точности движений</td> </tr> </tbody> </table>	Вид спорта		Цели		А	Теннис сидя	1	Увеличение силы и гибкости спины	Б	Плавание	2	Стимуляция дыхательной системы	В	Конный спорт	3	Уменьшение болевых ощущений в суставах	Г	Фехтование	4	Развитие мелкой моторики и точности движений	<p><b>А 4 Б 2 В 1 Г 3</b></p>				
Вид спорта		Цели																									
А	Теннис сидя	1	Увеличение силы и гибкости спины																								
Б	Плавание	2	Стимуляция дыхательной системы																								
В	Конный спорт	3	Уменьшение болевых ощущений в суставах																								
Г	Фехтование	4	Развитие мелкой моторики и точности движений																								
54.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>4. Установите соответствие между оборудованием и методиками занятий</p> <table border="1" data-bbox="523 860 1155 1115"> <thead> <tr> <th colspan="2">Оборудование</th> <th colspan="2">Методики занятий</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Велотренажёр</td> <td>1</td> <td>Кинезитерапия</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Параллельные брусья</td> <td>2</td> <td>Нейроэргономика</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Трекеры активности</td> <td>3</td> <td>Спортивная медицина</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Сенсорные коврики</td> <td>4</td> <td>Функциональный тренинг</td> </tr> </tbody> </table>	Оборудование		Методики занятий		А	Велотренажёр	1	Кинезитерапия	Б	Параллельные брусья	2	Нейроэргономика	В	Трекеры активности	3	Спортивная медицина	Г	Сенсорные коврики	4	Функциональный тренинг	<p><b>А 1 Б 4 В 3 Г 2</b></p>				
Оборудование		Методики занятий																									
А	Велотренажёр	1	Кинезитерапия																								
Б	Параллельные брусья	2	Нейроэргономика																								
В	Трекеры активности	3	Спортивная медицина																								
Г	Сенсорные коврики	4	Функциональный тренинг																								
55.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</b></p> <p>5. Установите соответствие между группами пациентов и методами реабилитации</p> <table border="1" data-bbox="523 1301 1155 1715"> <thead> <tr> <th colspan="2">Группы пациентов</th> <th colspan="2">Методы реабилитации</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Пожилые люди</td> <td>1</td> <td>Арт-терапия</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Дети с ДЦП</td> <td>2</td> <td>Специальные физические нагрузки</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Спортсмены после травм</td> <td>3</td> <td>Психокоррекция</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Люди с психическими расстройствами</td> <td>4</td> <td>Функциональная реабилитация</td> </tr> <tr> <td>Д</td> <td>Пациенты после хирургического вмешательства</td> <td>5</td> <td>Общие водные процедуры</td> </tr> </tbody> </table>	Группы пациентов		Методы реабилитации		А	Пожилые люди	1	Арт-терапия	Б	Дети с ДЦП	2	Специальные физические нагрузки	В	Спортсмены после травм	3	Психокоррекция	Г	Люди с психическими расстройствами	4	Функциональная реабилитация	Д	Пациенты после хирургического вмешательства	5	Общие водные процедуры	<p><b>А 5 Б 2 В 4 Г 3 Д 1</b></p>
Группы пациентов		Методы реабилитации																									
А	Пожилые люди	1	Арт-терапия																								
Б	Дети с ДЦП	2	Специальные физические нагрузки																								
В	Спортсмены после травм	3	Психокоррекция																								
Г	Люди с психическими расстройствами	4	Функциональная реабилитация																								
Д	Пациенты после хирургического вмешательства	5	Общие водные процедуры																								
56.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>1. В какой последовательности осуществляются действия при проведении занятий по адаптивной физической культуре</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подготовка места проведения занятия</li> <li>2. Проведение разминки</li> <li>3. Основная часть занятия</li> <li>4. Заключительная часть занятия (релаксация)</li> <li>5. Оценка состояния участников после занятия</li> </ol>	<p><b>1,2,3,4,5</b></p>																								
57.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p>	<p><b>1,2,3,4,5</b></p>																								

		<p>2. В какой последовательности осуществляются этапы разработки плана физической реабилитации пациента</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучение медицинской документации пациента</li> <li>2. Определение цели и задач индивидуальной программы реабилитации</li> <li>3. Выбор методик и форм занятий адаптивной физкультурой</li> <li>4. Составление индивидуального графика тренировок</li> <li>5. Регулярная оценка результатов и коррекция программы</li> </ol>	
58.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>3. Установите последовательность порядка подготовки к занятию гидрокинезиотерапией</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Осмотр помещения бассейна на предмет соблюдения санитарных норм</li> <li>2. Проверка температуры воды и воздуха в бассейне</li> <li>3. Обеспечение наличия необходимых плавательных принадлежностей</li> <li>4. Консультация специалиста с пациентом перед погружением</li> <li>5. Начало непосредственно тренировочного процесса</li> </ol>	1,2,3,4,5
59.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>4. Установите последовательность этапов планирования занятий эрготерапией</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализ индивидуальных потребностей и способностей пациента</li> <li>2. Постановка конкретных задач развития функциональности рук и кисти</li> <li>3. Отбор соответствующих упражнений и материалов</li> <li>4. Организация пространства для занятий</li> <li>5. Реализация тренировки и последующая оценка результата</li> </ol>	1,2,3,4,5
60.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и установите последовательность</b></p> <p>5. Установите последовательность алгоритма организации прогулок на свежем воздухе в рамках адаптивной физической культуры</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Планирование маршрута прогулки исходя из физических возможностей группы</li> <li>2. Предупреждение возможных рисков (например, резких изменений погодных условий)</li> <li>3. Организация удобного выхода из здания учреждения</li> <li>4. Непосредственное проведение прогулки</li> <li>5. Контроль самочувствия участников после окончания мероприятия</li> </ol>	1,2,3,4,5
61.	ПК-3	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>1. Проводят занятия адаптивной физической культурой у людей с ограниченными возможностями здоровья _____</p>	специалисты адаптивной физической культуры
62.	ПК-3	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>2. Занятия адаптивной физической культурой у людей с ограниченными возможностями здоровья проходят в _____</p>	специализированных реабилитационных центрах, коррекционных учреждениях
63.	ПК-3	<p><b>Продолжите предложение</b></p> <p>3. На чем основываются занятия адаптивной физической культуры _____</p>	на плане-конспекте

64.	ПК-3	<b>Продолжите предложение</b> 4. Разрабатывает индивидуальный план занятий по адаптивной физической культуре _____	инструктор-методист
65.	ПК-3	<b>Продолжите предложение</b> 5. Какой основной принцип адаптивной физической культуры _____	Принцип постепенности и регулярности выполнения упражнений
66.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b> 1. Оценка социальной безопасности уязвимых категорий населения включает в себя изучение их доступа к основным ресурсам, таким как медицинская помощь, образование и жилье, это особенно важно для людей с ограниченными возможностями, пожилых людей и многодетных семей, так как их потребности могут существенно отличаться от общепринятых _____	медицинская помощь, образование и жилье, это особенно важно для людей с ограниченными возможностями и, пожилых людей и многодетных семей, так как их потребности могут существенно отличаться от общепринятых
67.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b> 2. Занятия включают специально подобранные комплексы упражнений, направленные на _____	укрепление опорно-двигательного аппарата, улучшение координации движений, повышение уровня физической работоспособности и адаптацию организма к повседневным физическим нагрузкам
68.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b> 3. Программа адаптивной физической культуры предусматривает _____	постепенное увеличение интенсивности тренировок с целью постепенного возвращения пациентам способности самостоятельно обслуживать себя, передвигаться и вести активный образ жизни

69.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>4. Во время занятий адаптивной физической культурой используется _____</p>	<p>специализированное оборудование, терапевтическое оснащение, включая бассейны для гидротерапии, спортивные тренажёры, ортопедические приспособления, способствующие улучшению функционирования организма и ускорению процессов выздоровления</p>
70.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</b></p> <p>5. По завершении курса физической реабилитации средствами адаптивной физической культуры проводится _____</p>	<p>контроль состояния пациента, фиксируются изменения, достигнутые благодаря проведённым занятиям, составляется отчёт и принимается решение о продолжении терапии либо её модификации в зависимости от полученных результатов</p>
71.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>1. Основное назначение адаптивной физической культуры заключается в:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировании спортивных достижений среди здоровых людей</li> <li>2. Физической подготовке профессиональных спортсменов</li> <li>3. Компенсировании нарушений функций организма инвалидов</li> <li>4. Лечении заболеваний сердечно-сосудистой системы</li> </ol>	3
72.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>2. Наиболее распространённые противопоказания к проведению занятий адаптивной физкультурой:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Хронические болезни органов дыхания</li> <li>2. Переломы костей в острой фазе</li> <li>3. Нестабильное эмоциональное состояние</li> <li>4. Заболевания желудочно-кишечного тракта</li> </ol>	2
73.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>3. Первый этап любого занятия адаптивной физической культуры называется:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной частью</li> </ol>	4

		2. Заключительной частью 3. Подводящей частью 4. Подготовительным этапом	
74.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  4. Главное правило составления комплекса упражнений адаптивной физкультуры: 1. Однотипность всех заданий 2. Постепенность увеличения нагрузки 3. Применение сложных упражнений сразу 4. Постоянство одних и тех же упражнений	2
75.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  5. Примером специального оборудования для адаптивной физкультуры является: 1. Обычная беговая дорожка 2. Тренажёр с ручным управлением 3. Простое зеркало 4. Классический шведский стен	2
76.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  6. Ключевая задача заключительного этапа занятия адаптивной физической культурой: 1. Интенсивная нагрузка 2. Расслабление мышц и снижение пульса 3. Максимальная растяжка 4. Силовая работа над мышцами	2
77.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  7. Важнейший фактор успеха занятий адаптивной физической культурой: 1. Высокая интенсивность упражнений 2. Длительность занятий больше часа 3. Регулярность и систематичность занятий 4. Отсутствие перерывов между занятиями	3
78.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  8. Основным критерием подбора вида занятий адаптивной физической культуры является: 1. Возраст пациента 2. Вес пациента 3. Степень тяжести заболевания 4. Желание пациента заниматься спортом	3
79.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  9. Программу адаптивной физической культуры составляют специалисты: 1. Врач и инструктор ЛФК 2. Диетолог и психолог 3. Тренер и педагог 4. Юрист и бухгалтер	1
80.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  10. Оптимальной частотой занятий адаптивной физической культурой считается: 1. Один раз в неделю 2. Два-три раза в неделю 3. Ежедневно 4. Каждый месяц	2
81.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  11. Основная задача подготовительного этапа занятия: 1. Максимально разогреть мышцы 2. Постепенно подготовить организм к основным нагрузкам	2

		3. Добиться усталости перед началом основного блока 4. Быстро повысить частоту сердцебиения	
82.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  12. Самый эффективный метод восстановления нарушенных функций у инвалидов: 1. Чтение книг 2. Посещение театров 3. Самостоятельные занятия дома 4. Занятия адаптивной физкультурой под руководством специалистов	4
83.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  13. Самое важное качество преподавателя адаптивной физической культуры: 1. Высокий рост 2. Коммуникабельность и терпимость 3. Опыт участия в соревнованиях 4. Владение иностранными языками	2
84.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  14. Основное отличие адаптивной физической культуры от обычной состоит в: 1. Более интенсивных нагрузках 2. Применении специализированного оборудования 3. Мотивации клиентов 4. Использовании универсальных комплексов упражнений	2
85.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  15. Основной задачей завершающего этапа занятия является: 1. Полностью исключить напряжение мышц 2. Сохранять высокий темп и динамику 3. Завершить занятие плавно и постепенно снизить нагрузки 4. Добавить силовую работу	3
86.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  16. Обязательное условие начала занятия адаптивной физической культурой: 1. Наличие медицинских противопоказаний 2. Предварительное медицинское заключение врача 3. Собственный выбор клиента 4. Хорошее настроение клиента	2
87.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  17. Особенностью занятий адаптивной физической культурой является: 1. Единственность подхода ко всем клиентам 2. Индивидуальность подходов к каждому клиенту 3. Высочайшая скорость достижения результатов 4. Равномерная нагрузка на все части тела одновременно	2
88.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  18. Лучший показатель эффективности занятий адаптивной физической культурой: 1. Количество посещённых занятий 2. Продолжительность занятий 3. Объективные медицинские показатели (частота пульса, вес, объём лёгких) 4. Цвет кожи клиента	3
89.	ПК-3	<b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b>  19. Главнейшая особенность занятий адаптивной физической культуры для инвалидов:	3

		<p>1. Возможность самостоятельного выбора нагрузок клиентом</p> <p>2. Использование исключительно традиционных методов лечения</p> <p>3. Обязательно разработаны программы, учитывающие индивидуальные потребности и здоровье клиента</p> <p>4. Специально разработанные программы, учитывающие общие нужды всех инвалидов</p>	
90.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>20. Ведущим фактором успешности реабилитационных мероприятий в адаптивной физической культуре выступает:</p> <p>1. Время суток занятий</p> <p>2. Регулярность и постоянство посещения занятий</p> <p>3. Национальность клиента</p> <p>4. Привлечение знаменитых спортсменов</p>	2
91.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>21. Какой элемент занятия является обязательным на каждом этапе:</p> <p>1. Бег на короткие дистанции</p> <p>2. Приседания с утяжелителями</p> <p>3. Растяжка и расслабление</p> <p>4. Участие в марафонах</p>	3
92.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>22. Противопоказаны ли занятия адаптивной физической культурой людям с серьёзными заболеваниями сердца?</p> <p>1. Да, категорически запрещены</p> <p>2. Нет, разрешаются строго по назначению врача</p> <p>3. Только если клиент хочет</p> <p>4. Обязательно рекомендуются всем инвалидам</p>	2
93.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>23. Сколько длится одно стандартное занятие адаптивной физической культуры?</p> <p>1. Около 3 часов</p> <p>2. Обычно около 30–60 минут</p> <p>3. Всего лишь 5 минут</p> <p>4. Без ограничений по длительности</p>	2
94.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>24. Может ли специалист по адаптивной физической культуре самостоятельно изменять программу занятий?</p> <p>1. Всегда имеет право менять программу по своему усмотрению</p> <p>2. Изменяет программу только после консультации с лечащим врачом</p> <p>3. Никогда не меняет программу</p> <p>4. Передаёт инициативу самому клиенту</p>	2
95.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>25. Что делает преподаватель на первом занятии адаптивной физической культуры?</p> <p>1. Начинает интенсивную тренировку</p> <p>2. Демонстрирует свою личную технику исполнения упражнений</p> <p>3. Ознакомляет клиента с программой занятий, оценивает исходное физическое состояние</p> <p>4. Отправляется вместе с клиентом на прогулку</p>	3
96.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p>	3

		<p>26. Необходимость регулярного медицинского наблюдения при занятиях адаптивной физической культурой обусловлена необходимостью:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Участвовать в спортивных мероприятиях</li> <li>2. Быть признанным мастером спорта</li> <li>3. Своевременного отслеживания прогресса и предотвращения осложнений</li> <li>4. Получения скидок на абонементы</li> </ol>	
97.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>27. Допустимо ли пропускать занятия адаптивной физической культуры регулярно:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рекомендуется пропускать каждое второе занятие</li> <li>2. Пропускать нежелательно, поскольку важна регулярность</li> <li>3. Необходимо посещать занятия только раз в полгода</li> <li>4. Пропуски никак не влияют на процесс реабилитации</li> </ol>	2
98.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>28. Что лежит в основе индивидуализации программы адаптивной физической культуры:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общегосударственная программа здравоохранения</li> <li>2. Уникальные особенности и проблемы здоровья клиента</li> <li>3. Единая схема для всех категорий инвалидов</li> <li>4. Средний опыт тренера</li> </ol>	2
99.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>29. Специализированное оборудование в адаптивной физической культуре предназначено для:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создания сложнейших нагрузок</li> <li>2. Решения общих проблем со здоровьем</li> <li>3. Адекватной компенсации недостатков движений и повышения безопасности занятий</li> <li>4. Искусственного усложнения стандартных упражнений</li> </ol>	3
100.	ПК-3	<p><b>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</b></p> <p>30. Отличие занятий адаптивной физической культуры от обычных тренировок в фитнес-клубах:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Более низкая стоимость</li> <li>2. Больше количество повторений упражнений</li> <li>3. Профессиональный медицинский контроль и специализированные подходы</li> <li>4. Возможность самостоятельной коррекции своей программы</li> </ol>	3

Разработан:  
доцент кафедры физического  
воспитания и адаптивной  
физической культуры



А.А. Марченко