



**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	Частные методики адаптивной физической культуры
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
ПК-1	Способен осуществлять педагогическую деятельность по проектированию и реализации процесса адаптивного физического воспитания
ПК-3	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
ПК-1	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
ПК-3	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
Всего		100 заданий

3. Банк заданий по оценке уровня формирования компетенций

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

1.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</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>А 1 Б 2 В 3 Г 4 Д 5</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>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</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>А 2 Б 3 В 1 Г 4 Д 5</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>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</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>А 1 Б 2 В 3 Г 4 Д 5</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>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</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>А 1 Б 2 В 3 Г 4 Д 5</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>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца.</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>А 3 Б 1 В 2 Г 5 Д 4</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>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>1. Установите последовательность этапов проектирования и реализации процесса адаптивного физического воспитания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определение целей и задач адаптивного физического воспитания. 2. Диагностическое обследование учащихся с особыми потребностями. 3. Подготовка материально-технической базы для занятий. 4. Разработка индивидуального образовательного маршрута. 5. Организация и проведение занятий. 6. Оценка результатов и коррекция образовательной траектории 	2,1,4,3,5,6																								
7.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>2. Установите последовательность этапов организации занятий адаптивным физическим воспитанием в правильной последовательности:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование умения контролировать свое тело. 2. Ознакомление с базовыми движениями и техникой безопасности. 3. Воспитание позитивного отношения к физическим упражнениям. 4. Обучение правилам сотрудничества и взаимодействия в коллективе. 5. Совершенствование навыков и качеств, приобретаемых ранее 	2,1,3,4,5																								
8.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>3. Установите последовательность шагов педагогической деятельности по реализации адаптивного физического воспитания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Коррекционная работа с учениками, испытывающими затруднения. 	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>Прочитайте текст и установите последовательность</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>Прочитайте текст и установите последовательность</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>Продолжите предложение</p> <p>1. Создание инклюзивной среды воспитания дает возможность объединить _____</p>	детей с разными возможностями и
12.	ПК-1	<p>Продолжите предложение</p> <p>2. Педагог работает с детьми с ограниченными возможностями здоровья, должен учитывать _____</p>	индивидуальные потребности учеников
13.	ПК-1	<p>Продолжите предложение</p> <p>3. Педагог формирует необходимые жизненные навыки для _____</p>	самостоятельной жизни детьми с ограниченными возможностями и здоровья
14.	ПК-1	<p>Продолжите предложение</p> <p>4. Педагог использует современные образовательные технологии, тем самым _____</p>	повышает эффективность занятий

15.	ПК-1	<p>Продолжите предложение</p> <p>5. Сотрудничество с родителями и специалистами, педагог добивается _____</p>	лучших результатов
16.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</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>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</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>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</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>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</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>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>1. Цель адаптивного физического воспитания состоит в следующем:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование универсальных навыков и знаний 2. Адаптация учащихся с особыми потребностями к повседневной жизни 3. Развитие творческих способностей 4. Все вышеперечисленное верно 	2
22.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>2. Основная задача педагога в процессе адаптивного физического воспитания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сделать занятия интересными и увлекательными 2. Включить игровые элементы в учебный процесс 3. Обеспечить эффективное развитие двигательных навыков и коррекцию дефектов 4. Придерживаться стандартных школьных программ 	3
23.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>3. Педагогическая деятельность по проектированию процесса адаптивного физического воспитания предполагает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Копирование существующих программ и планов 2. Анализ индивидуальных характеристик каждого ученика 3. Единую стратегию для всех учащихся 4. Следование традиционным стандартам физического воспитания 	2
24.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>4. Принцип дифференцированного подхода в адаптивном физическом воспитании предусматривает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Один общий подход ко всем категориям учащихся 2. Различные методы и средства обучения в зависимости от индивидуальных особенностей учащихся 3. Полное отсутствие игровой составляющей 4. Строго регламентированное расписание занятий 	2
25.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>5. Особенностью проекта адаптивного физического воспитания является:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Идентичные программы для всех учеников 2. Четкое следование государственным стандартам 3. Гибкость и вариативность используемых методик 4. Ограниченность в средствах и ресурсах 	3

26.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>6. Проектирование процесса адаптивного физического воспитания начинается с:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определения конечной цели занятий 2. Поиска необходимого оборудования 3. Записи учащихся на курсы 4. Закупки инвентаря 	1
27.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>7. Критерии оценки эффективности процесса адаптивного физического воспитания включают:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Внешнее впечатление зрителей 2. Статистические отчёты руководства 3. Положительную динамику физического и психоэмоционального состояния учащихся 4. Сокращение затрат на оборудование 	3
28.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>8. Методы обучения в адаптивном физическом воспитании отличаются тем, что они:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Всегда одинаковы для всех 2. Основаны исключительно на игровых формах 3. Требуют учёта индивидуальных особенностей каждого ученика 4. Используют только традиционные способы обучения 	3
29.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>9. Процесс реализации адаптивного физического воспитания включает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Только классные занятия 2. Индивидуальные консультации и групповую работу 3. Еженедельные родительские собрания 4. Аттестацию учащихся каждый квартал 	2
30.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>10. Эффективность адаптивного физического воспитания определяется способностью педагога:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Заботливо относиться к ученикам 2. Управлять вниманием учащихся 3. Правильно подбирать и комбинировать методы и приёмы обучения 4. Писать качественные отчёты руководству 	3
31.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>11. Результатом успешной реализации процесса адаптивного физического воспитания становится:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повышение количества учащихся в классе 2. Удовлетворённость администрации результатами 3. Улучшение здоровья и социальной адаптации учащихся 4. Увеличение бюджета образовательного учреждения 	3
32.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>12. Индивидуализированный подход в адаптивном физическом воспитании означает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Использование одних и тех же методик для всех 2. Однообразие упражнений и заданий 3. Разные планы и методы для каждого ученика 4. Стандартные формы диагностики 	3
33.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>13. Деятельность педагога по проектированию процесса адаптивного физического воспитания предполагает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Минимальную вовлечённость самого учителя 	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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>21. Профессиональная компетенция педагога адаптивного физического воспитания характеризуется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поверхностными знаниями психологии 2. Высокой квалификацией и творческим подходом 3. Однозначным применением единых методик 4. Передачей готовых решений другим специалистам 	2
42.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>22. Дифференцированный подход в адаптивном физическом воспитании обеспечивает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Равномерное распределение нагрузки на всех учащихся 2. Уникальность занятий для каждого ученика 3. Единый график для всей группы 4. Абсолютное равенство требований 	2
43.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>23. Средством диагностики в адаптивном физическом воспитании выступает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Традиционные школьные экзамены 2. Опросники и наблюдения 3. Государственные аттестации 4. Отзывы родителей и сверстников 	2
44.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>24. Применение современных технологий в адаптивном физическом воспитании позволяет:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Заместить живое общение педагога и ученика 2. Облегчить проектирование индивидуальных маршрутов 3. Автоматизировать всю учебную деятельность 4. Полностью отказаться от традиционного метода обучения 	2
45.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>25. Взаимодействие с семьёй в адаптивном физическом воспитании необходимо для:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повышения доходов учреждения 2. Решения конфликтных ситуаций 3. Поддержки мотивации и закрепления результатов 4. Рекламы услуг учреждения 	3
46.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>26. Использование игровых элементов в адаптивном физическом воспитании способствует:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Некоторым ученикам утрате мотивации 2. Повышению заинтересованности и достижению наилучшего эффекта 3. Разрушению норм учебной дисциплины 4. Усугублению негативных черт характера 	2
47.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>27. Долгосрочным результатом успешного адаптивного физического воспитания является:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Победа в соревнованиях 2. Благополучная адаптация и независимость в обществе 3. Повышение числа публикаций о педагоге 4. Рост зарплаты педагога 	2
48.	ПК-1	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p> <p>28. Современные концепции адаптивного физического воспитания подчеркивают важность:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Исторического наследия 2. Научного подхода и креативности 	2

		3. Соблюдения традиций прошлого века 4. Унификации всех методик и инструментов																					
49.	ПК-1	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите несколько правильных ответов 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	Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца. 1. Установите соответствие между методами адаптивной физической культуры и их целями <table border="1" data-bbox="520 963 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	Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца. 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>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</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>А 4 Б 2 В 1 Г 3</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>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</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>А 1 Б 4 В 3 Г 2</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>Прочитайте текст и установите соответствие к каждой позиции, данной в левом столбце, выберите соответствующую позицию из правого столбца.</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>А 5 Б 2 В 4 Г 3 Д 1</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>Прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>1. В какой последовательности осуществляются действия при проведении занятий по адаптивной физической культуре</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовка места проведения занятия 2. Проведение разминки 3. Основная часть занятия 4. Заключительная часть занятия (релаксация) 5. Оценка состояния участников после занятия 	<p>1,2,3,4,5</p>																								
57.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и установите последовательность</p>	<p>1,2,3,4,5</p>																								

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

64.	ПК-3	<p>Продолжите предложение</p> <p>4. Разрабатывает индивидуальный план занятий по адаптивной физической культуре _____</p>	инструктор-методист
65.	ПК-3	<p>Продолжите предложение</p> <p>5. Какой основной принцип адаптивной физической культуры _____</p>	Принцип постепенности и регулярности выполнения упражнений
66.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</p> <p>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 _____</p>	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	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</p> <p>2. Занятия включают специально подобранные комплексы упражнений, направленные на _____</p>	укрепление опорно-двигательного аппарата, улучшение координации движений, повышение уровня физической работоспособности и адаптацию организма к повседневным физическим нагрузкам
68.	ПК-3	<p>Прочитайте текст и дополните развернутым ответом</p> <p>3. Программа адаптивной физической культуры предусматривает _____</p>	постепенное увеличение интенсивности тренировок с целью возвращения пациентам способности самостоятельно обслуживать себя, передвигаться и вести активный образ жизни

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

		2. Заключительной частью 3. Подводящей частью 4. Подготовительным этапом	
74.	ПК-3	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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	Прочитайте текст и выберите правильный ответ 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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</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>Прочитайте текст и выберите правильный ответ</p>	3

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

Разработан:
доцент кафедры физического
воспитания и адаптивной
физической культуры



И.С. Бушенёва