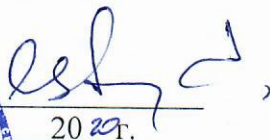


Бюджетное учреждение высшего образования
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
«Сургутский государственный университет»

СОГЛАСОВАНО

Директор КОУ ХМАО-Югры
«Сургутская школа с
профессиональной подготовкой
для обучающихся с
ограниченными возможностями
здоровья»

В.А. Цыганкова


2020г.



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УМР

И.В. Коробавина



2020г.

КОМПЛЕКСНЫЙ ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Направление подготовки:

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность программы (профиль):

Адаптивное физическое воспитание

Квалификация: Бакалавр

Форма обучения: Очная

Фонды оценочных средств утверждены на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры « 03 » 06 2020 года, протокол № 10

Заведующий кафедрой



Мальков М.Н.

Сургут 2020 г.

1. Оценка сформированности компетенций

Этап: 1 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Результаты промежуточной (итоговой) аттестации (средняя оценка)
		ОК-7							
1.	Психология физической культуры	ОК-7							экзамен

Этап: 2 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию;

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

ОПК-6 готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ОК-7	ОПК-5						
1.	Формирование культуры здорового образа жизни	ОК-7	ОПК-5						экзамен
2.	Биомеханика двигательной деятельности	ОПК-6							экзамен

Этап: 3 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

ОПК-6 готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ОПК-6	ОК-10	ОПК-6					
1	Адаптация к физическим нагрузкам в спорте	ОПК-6							экзамен
2	Гимнастика с методикой преподавания	ОК-10	ОПК-6						экзамен
3	Плавание	ОК-10	ОПК-6						экзамен

Этап: 4 семестр.

Формируемые компетенции:

ОПК-6 готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся

ПК-18 умением развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ОПК-6							
1	Теория и методика физической культуры	ОПК-6						экзамен	
2	Массаж	ПК-18						Зачет с оценкой	

Этап: 5 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

ПК-18 умением развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы

ПК-13 умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ОК-10							
1	Теория и организация адаптивной физической культуры	ОК-10						экзамен	
2	Физическая реабилитация	ОПК-5	ПК-13	ПК-18				экзамен	

Этап: 6 семестр.

Формируемые компетенции:

ПК-2 - умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры

ПК-18 умением развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы

ПК-13 умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ПК-2							
1	Частные методики адаптивной физической культуры	ПК-2						экзамен	
2	Аэробика в адаптивной физической культуре	ПК-13						экзамен	

2. Оценочные средства

БУ ВО «СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Междисциплинарный тест для оценки сформированности компетенций студентов бакалавриата, обучающихся по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

ФИО студента, _____

группа 206-71

№ п/п	Дисциплина	Задание	Ответ
1	Психология физической культуры	Выберите правильный вариант ответа: Для наилучшего освоения спортсменом учебного материала наиболее эффективен: а) аналитико-синтетический тип восприятия б) аналитический тип восприятия в) синтетический тип восприятия г) эмоциональный тип восприятия	аналитико-синтетический тип восприятия
		Выберите правильный вариант ответа: Составляя модели, для тренера и спортсменов важно учитывать следующий принцип: а) содержание модели должно полностью соответствовать квалификации спортсменов б) модель может иметь только один вариант решения, оптимальный для всех спортсменов в) содержание модели должно полностью соответствовать квалификации тренера г) модель не может иметь несколько вариантов решения, оптимальных для разных спортсменов	содержание модели должно полностью соответствовать квалификации спортсменов
		Выберите правильный вариант ответа: В процессе психического и интеллектуального развития человек последовательно овладевает: а) наглядно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением б) наглядно-действенным, наглядно-словесным и образно-логическим мышлением в) образно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением г) образно-действенным, наглядно-словесным и образно-логическим мышлением	наглядно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением
2	Формирование культуры здорового образа жизни	Выберите правильный вариант ответа: Под саморазвитием культуры здоровья понимают: а) степень самостоятельности человека в оздоровительной деятельности б) степень мотивации человека на здоровье и здоровый образ жизни в) уровень образования человека в вопросах здоровья и здорового образа жизни г) уровень владения человеком оздоровительными технологиями	степень самостоятельности человека в оздоровительной деятельности
		Выберите правильный вариант ответа: В оздоровительной тренировке пороговый пульс (при котором возникает минимальный тренировочный эффект) у нетренированного человека в возрасте 30 лет и имеющего пульс в покое 70 ударов в минуту составляет: а) 100 уд/мин б) 125 уд/мин в) 90 уд/мин г) 105 уд/мин	100 уд/мин
		Выберите правильный вариант ответа: Какой вид оздоровительной тренировки наиболее эффективен для сжигания лишнего жирового компонента: а) аэробный б) анаэробный в) скоростно-силовой г) стретчинг	аэробный
		Выберите правильный вариант ответа: Какие веса наиболее эффективные в тренировке, направленной на набор мышечной массы? а) 80% от максимального б) 90% от максимального в) 50% от максимального г) 100% от максимального	80% от максимального

3	Биомеханика двигательной деятельности	<p>Выберите правильный вариант ответа: К биомеханическим методикам исследования для осуществления двигательного обучения и оценки состояния занимающихся не относится:</p> <p>а) гематологический анализ б) киноанализ в) гониография г) тензометрия д) стабилметрия е) электромиография</p>	гематологический анализ
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Для изучения взаимного расположения звеньев тела, т.е. позы спортсмена (при исходном, конечном положении, в граничных позах) используют:</p> <p>а) одноплоскостную фотосъемку. б) тензометрию. в) электромиографию г) нет правильного ответа</p>	одноплоскостную фотосъемку
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Измерение пространственно-временных характеристик позволяют оценить:</p> <p>а) техники выполнения физических упражнений б) физического развития в) физической подготовленности г) физического совершенства</p>	техники выполнения физических упражнений
4	Адаптация к физическим нагрузкам в спорте	<p>Выберите правильный вариант ответа: Какие базовые положения лежат в основе теории "построения движений" по Н.А. Бернштейну:</p> <p>а) кольцевой принцип управления движением, построение программы двигательного действия, положение об обратных связях и сличающем механизме б) кольцевой принцип управления движением, построение программы двигательного действия в) кольцевой принцип управления движением, положение об обратных связях и сличающем механизме г) кольцевой принцип управления движением, построение программы двигательного действия, положение об обратных связях и сличающем механизме, положение об автоматизации движения</p>	кольцевой принцип управления движением, построение программы двигательного действия, положение об обратных связях и сличающем механизме
		<p>Выберите правильный вариант ответа: В процессе обучения делить сложное движение на элементы надо так, чтобы в каждой части не нарушалась:</p> <p>а) двигательная задача б) смысловая сторона движения в) структура двигательного действия г) гармония</p>	двигательная задача
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Почему в каждой новой попытке движение строится заново:</p> <p>а) потому что программа строится в одних условиях, а реализуется - в других б) потому что двигательный динамический стереотип угасает в) потому что так функционируют нервные центры г) потому что это движение не автоматизированное</p>	потому что программа строится в одних условиях, а реализуется - в других
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Какой метод позволяет развивать силу без увеличения мышечной массы:</p> <p>а) метод максимальных усилий б) метод поднятия околопредельных весов (80% от максимального) в) метод поднятия непредельных весов "до отказа" г) изометрический метод</p>	метод максимальных усилий
5.	Гимнастика с методикой преподавания	<p>Выберите правильный вариант ответа: Разминка в тренировочном занятии по гимнастике проводится в виде комплекса ритмической гимнастики с целью:</p> <p>а) функциональной подготовки к выполнению задач тренировки, развития музыкального слуха б) повышению эмоционального состояния занимающихся в) переключению с предыдущего вида деятельности; г) умению реализовывать на практике полученные знания по музыкальной грамоте</p>	функциональной подготовки к выполнению задач тренировки, развития музыкального слуха
		<p>Выберите правильный вариант ответа: К мерам, обеспечивающим безопасность выполнения</p>	правильное размещение снарядов в гимнастическом зале

		<p>гимнастических упражнений, относятся:</p> <p>а) правильное размещение снарядов в гимнастическом зале</p> <p>б) разрешение выполнять упражнения на снарядах всей группой</p> <p>в) подбор упражнений, режим занятий, очередность выполнения упражнения занимающимися</p> <p>г) обеспечение страховки только после неудачного исполнения упражнений</p>	
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Выявляя показатели физической подготовленности занимающегося гимнастикой следует определить:</p> <p>а) показатели развития физических качеств</p> <p>б) рост, вес, окружность грудной клетки, пульс</p> <p>в) артериальное давление, пульс</p> <p>г) частоту сердечных сокращений, частоту дыхания</p>	показатели развития физических качеств
6.	Плавание	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Современные методы обучения в плавании с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний, занимающихся:</p> <p>а) словесные, наглядные, практические</p> <p>б) словесные, наглядные</p> <p>в) наглядные, практические</p> <p>г) эмпирические, словесные</p>	словесные, наглядные, практические
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Основными задачами технической подготовки, для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивания состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья в плавании являются:</p> <p>а) развитие двигательной ориентировки в воде и способности управлять своими движениями</p> <p>б) выявление и исправление ошибок</p> <p>в) формирование и совершенствование спортивного способа плавания</p> <p>г) все варианты верны</p>	все варианты верны
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>При обучении техническим элементам, лиц с отклонениями в состоянии здоровья в плавании, используется метод:</p> <p>а) целостный</p> <p>б) расчленённый</p> <p>в) целостно - расчленённый</p>	целостно - расчленённый
7	Теория и методика физической культуры	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Укажите правильный порядок этапов обучения: 1. Совершенствование 2. Ознакомление 3. Начального обучения 4. Закрепления:</p> <p>а) 2-3-4-1</p> <p>б) 1-2-3-4</p> <p>в) 3-2-4-1</p> <p>г) 2-3-1-4</p>	2-3-4-1
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Кинематическая структура движения включает в себя:</p> <p>а) Пространственную, временную и пространственно-временную характеристику</p> <p>б) Взаимодействие внешних и внутренних сил</p> <p>в) Комплексно выражает временные, пространственные и силовые отношения движения</p> <p>г) Все варианты</p>	Пространственную, временную и пространственно-временную характеристику
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Для полного использования силы с целью достижения большей скорости следует стремиться к ускорению:</p> <p>а) На прямолинейной части пути</p> <p>б) На криволинейной части пути</p> <p>в) Направление движения роли не имеет</p>	На прямолинейной части пути
8	Массаж	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Учитывая анатомо-физиологические, механические и другие особенности классического ручного массажа, после болезни или травмы функции организма человека, необходимо выполнять приемы в следующей последовательности:</p> <p>а) поглаживание, выжимание, разминание, ударные приемы, сотрясающие приемы, растирание, пассивные движения</p> <p>б) выжимание, разминание, поглаживание, растирание, пассивные движения, сотрясающие приемы, ударные приемы</p>	поглаживание, выжимание, разминание, ударные приемы, сотрясающие приемы, растирание, пассивные движения

		в) поглаживание, разминание, растирание, выжимание, пассивные движения, ударные примы, сотрясающие приемы	
		Выберите правильный вариант ответа: Для правильного дозирования, определения времени сеанса, его методики, выбора адекватного воздействия необходимо верно оценивать: а) функциональное состояние пациента б) уровень подготовленности пациента в) эмоциональное состояние пациента г) реактивность кожного покрова	функциональное состояние пациента
		Выберите правильный вариант ответа: В результате спортивной травмы, при отеке, следует выполнять поглаживание: а) выше пораженного участка б) на пораженном участке в) ниже пораженного участка	выше пораженного участка
		Выберите правильный вариант ответа: С целью восстановления функций организма человека, при бронхиальной астме массируют: а) воротниковую зону, мышцы спины, мышцы груди, межреберные промежутки, мышцы живота б) мышцы спины, мышцы груди, воротниковую зону в) мышцы спины, ягодичные мышцы, мышцы живота, воротниковую зону	воротниковую зону, мышцы спины, мышцы груди, межреберные промежутки, мышцы живота
9	Теория и организация адаптивной физической культуры	Выберите правильный вариант ответа: Назовите основные виды адаптивной физической культуры: а) адаптивно - компенсаторное, адаптивное физическое образование, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, креативная, музыкальное б) адаптивное физическое образование, адаптивная физическая реабилитация, художественно - музыкальные, телесно - ориентированные в) адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, креативная, экстремальные виды двигательной активности г) комплексная реабилитация, научно-методическая, адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, креативная, экстремальные виды двигательной активности	адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, креативная, экстремальные виды двигательной активности
		Выберите правильный вариант ответа: Какие требования к наиболее важным знаниям специалиста по адаптивной физической культуре: а) Основные положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы, указы Президента Российской Федерации, постановления Правительства Российской Федерации по вопросам адаптивной физической культуры; нормативные правовые акты Министерства Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму и иных федеральных органов исполнительной власти в части вопросов здравоохранения, образования инвалидов, теорию и методику адаптивной физической культуры; основы комплексной реабилитации инвалидов; средства и методы физической культуры, способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма, показания и противопоказания к проведению занятий по АФК; специфику спортивных интересов и потребностей занимающихся, охрану труда, технику безопасности, санитарии и противопожарную защиту. б) Основные положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы, указы Президента Российской Федерации, постановления Правительства Российской Федерации по вопросам адаптивной физической культуры; нормативные правовые акты Министерства Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму и иных федеральных органов исполнительной власти в части вопросов здравоохранения, образования инвалидов в) Теорию и методику адаптивной физической культуры; основы комплексной реабилитации инвалидов; средства и методы физической культуры, способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций	Основные положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы, указы Президента Российской Федерации, постановления Правительства Российской Федерации по вопросам адаптивной физической культуры; нормативные правовые акты Министерства Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму и иных федеральных органов исполнительной власти в части вопросов здравоохранения, образования инвалидов, теорию и методику адаптивной физической культуры; основы комплексной реабилитации инвалидов; средства и методы физической культуры, способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма, показания и противопоказания к проведению занятий по АФК; специфику спортивных интересов и потребностей занимающихся, охрану труда, технику безопасности, санитарии и противопожарную защиту.

		организма, показания и противопоказания к проведению занятий по АФК; специфику спортивных интересов и потребностей занимающихся, охрану труда, технику безопасности, санитарии и противопожарную защиту	
10	Физическая реабилитация	Выберите правильный вариант ответа: Для успешного освоения физических упражнений в процессе физической реабилитации важно в первую очередь соблюдать следующий педагогический принцип: а) Индивидуальный подход б) Доступность в) Постепенность г) Систематичность	Индивидуальный подход
		Выберите правильный вариант ответа: Оздоровительное влияние физической активности на сердечно-сосудистую систему проявляется в: а) Снижении темпа склерозирования кровеносных сосудов б) Снижении концентрации холестерина в плазме крови в) Уменьшению ЧСС в покое и при нагрузке г) Всех вышеназванных проявлениях	Всех вышеназванных проявлениях
		Выберите правильный вариант ответа: Какие специальные упражнения во втором периоде реабилитации при переломе шейки плеча следует выполнять обязательно: а) наклон туловища вперед. Руки опущены. Маховые движения руками с небольшой амплитудой б) упражнения с гантелями и эспандером в) подтягивания в висе на перекладине г) отжимание в упоре на брусьях	Наклон туловища вперед. Руки опущены. Маховые движения руками с небольшой амплитудой
		Выберите правильный вариант ответа: Больным, с ожирением какой степени подходит следующая схема занятий: 2 раза – ЛГ, 1 раз – дозированная ходьба, 2 раза – дозированный бег, 1 раз – спортивные игры: а) Больным с ожирением III степени и удовлетворительным состоянием сердечно – сосудистой системы б) Больные с ожирением II-I степени с сопутствующими заболеваниями в) Больные с ожирением II-I степени без сопутствующих заболеваний г) Больные с ожирением I степени	Больные с ожирением II-I степени без сопутствующих заболеваний
		Выберите правильный вариант ответа: Плотность занятия физическими упражнениями при легкой форме сахарного диабета составляет: а) 30-40% б) 40-50% в) 50-60% г) 60-70%	60-70%
11	Частные методики адаптивной физической культуры	Выберите правильный вариант ответа: Основные виды и формы занятий физическими упражнениями при работе с детьми-инвалидами: а) урочная форма занятий б) самостоятельные занятия в) занятия и игры в семье г) прогулки и экскурсии	урочная форма занятий
		Выберите правильный вариант ответа: Что означает принцип адекватности педагогических воздействий в работе с детьми-инвалидами: а) решение специальных задач, подбор средств, методов, методических приемов и все это должно соответствовать функциональным возможностям занимающихся б) воздействия статических упражнений на организм детей-инвалидов в) словесное воздействие педагога на детей-инвалидов педагога в учебном процессе г) использования физических упражнений в учебном процессе	решение специальных задач, подбор средств, методов, методических приемов и все это должно соответствовать функциональным возможностям занимающихся
		Выберите правильный вариант ответа: Какой метод основан на двигательной деятельности учащихся с нарушением зрения, для совершенствования умений, навыков и необходимых движений: а) практических упражнений б) дистанционного упражнения в) упражнения по применению знаний	практических упражнений

		г) наглядности	
		Выберите правильный вариант ответа: Какие упражнения развивают скоростно-силовые качества и можно выполнять детям с нарушением слуха: а) бег, прыжки, метания б) статические упражнения в) ходьба	бег, прыжки, метания
12	Аэробика в адаптивной физической культуре	Выберите правильный вариант ответа: В какой части занятий выполняются, аэробные упражнения или базовые движения оздоровительной аэробики: а) вводно-подготовительной, основной части б) вводно – подготовительной части в) в заключительной части г) вводно-подготовительной, основной части, заключительной части	вводно-подготовительной, основной части
		Выберите правильный вариант ответа: Построение музыкального сопровождения в оздоровительной аэробике: а) музыкальная фраза фонограммы для занятий строится из - 4 тактов по 8 счетов каждый б) музыкальная фраза фонограммы для занятий строится из - 8 тактов по 8 счетов каждый в) музыкальная фраза фонограммы для занятий имеет 4 такта по 16 счетов каждый г) музыкальная фраза фонограммы для занятий имеет 16 тактов по 32 счета каждый	музыкальная фраза фонограммы для занятий строится из - 4 тактов по 8 счетов каждый

ИТОГ:

Комплексное оценочное средство направлено на формирование следующих компетенций:

ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию.

ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей.

ОПК-6 готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся.

ПК-2 - умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры

ПК-13 умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций

ПК-18 умением развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы

Комплексное оценочное средство включает задания по следующим дисциплинам:

1. Психология физической культуры
2. Формирование культуры здорового образа жизни
3. Биомеханика двигательной деятельности
4. Адаптация к физическим нагрузкам в спорте
5. Гимнастика с методикой преподавания
6. Плавание

7. Теория и методика физической культуры
8. Массаж
9. Теория и организация адаптивной физической культуры
10. Физическая реабилитация
11. Частные методики адаптивной физической культуры
12. Аэробика в адаптивной физической культуре

Заведующий
кафедрой
медико-
биологических основ
физической культуры
указать название

Мальков М.Н.
ФИО


Подпись

Дата заполнения

« 01 » 06 2020

1. Оценка сформированности компетенций

Этап: 1 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Результаты промежуточной (итоговой) аттестации (средняя оценка)
		ОК-7							
1.	Психология физической культуры	ОК-7							экзамен

Этап: 2 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию;

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

ОПК-6 готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ОК-7	ОПК-5						
1.	Формирование культуры здорового образа жизни	ОК-7	ОПК-5						экзамен
2.	Биомеханика двигательной деятельности	ОПК-6							экзамен

Этап: 3 семестр.

Формируемые компетенции:

ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

ОПК-6 готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся

№ п/п	Наименование дисциплины	Перечень проверяемых компетенций							Форма контроля при промежуточной аттестации
		ОПК-6	ОК-10	ОПК-6					
1	Адаптация к физическим нагрузкам в спорте	ОПК-6							экзамен
2	Гимнастика с методикой преподавания	ОК-10	ОПК-6						экзамен
3	Плавание	ОК-10	ОПК-6						экзамен

2. Оценочные средства

БУ ВО «СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Междисциплинарный тест для оценки сформированности компетенций студентов бакалавриата, обучающихся по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

ФИО студента, _____

группа 206-71

№ п/п	Дисциплина	Задание	Ответ
1	Психология физической культуры	<p>Выберите правильный вариант ответа: Для наилучшего освоения спортсменом учебного материала наиболее эффективен:</p> <p>а) аналитико-синтетический тип восприятия б) аналитический тип восприятия в) синтетический тип восприятия г) эмоциональный тип восприятия</p>	аналитико-синтетический тип восприятия
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Составляя модели, для тренера и спортсменов важно учитывать следующий принцип:</p> <p>а) содержание модели должно полностью соответствовать квалификации спортсменов б) модель может иметь только один вариант решения, оптимальный для всех спортсменов в) содержание модели должно полностью соответствовать квалификации тренера г) модель не может иметь несколько вариантов решения, оптимальных для разных спортсменов</p>	содержание модели должно полностью соответствовать квалификации спортсменов
		<p>Выберите правильный вариант ответа: В процессе психического и интеллектуального развития человек последовательно овладевает:</p> <p>а) наглядно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением б) наглядно-действенным, наглядно-словесным и образно-логическим мышлением в) образно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением г) образно-действенным, наглядно-словесным и образно-логическим мышлением</p>	наглядно-действенным, наглядно-образным и словесно-логическим мышлением
2	Формирование культуры здорового образа жизни	<p>Выберите правильный вариант ответа: Под саморазвитием культуры здоровья понимают:</p> <p>а) степень самостоятельности человека в оздоровительной деятельности б) степень мотивации человека на здоровье и здоровый образ жизни в) уровень образования человека в вопросах здоровья и здорового образа жизни г) уровень владения человеком оздоровительными технологиями</p>	степень самостоятельности человека в оздоровительной деятельности
		<p>Выберите правильный вариант ответа: В оздоровительной тренировке пороговый пульс (при котором возникает минимальный тренировочный эффект) у нетренированного человека в возрасте 30 лет и имеющего пульс в покое 70 ударов в минуту составляет:</p> <p>а) 100 уд/мин б) 125 уд/мин в) 90 уд/мин г) 105 уд/мин</p>	100 уд/мин
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Какой вид оздоровительной тренировки наиболее эффективен для сжигания лишнего жирового компонента:</p> <p>а) аэробный б) анаэробный в) скоростно-силовой г) стретчинг</p>	аэробный
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Какие веса наиболее эффективные в тренировке, направленной на набор мышечной массы?</p> <p>а) 80% от максимального б) 90% от максимального в) 50% от максимального г) 100% от максимального</p>	80% от максимального
3	Биомеханика	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p>	гематологический анализ

	двигательной деятельности	К биомеханическим методикам исследования для осуществления двигательного обучения и оценки состояния занимающихся не относится: а) гематологический анализ б) киноанализ в) гониография г) тензометрия д) стабилметрия е) электромиография	
		Выберите правильный вариант ответа: Для изучения взаимного расположения звеньев тела, т.е. позы спортсмена (при исходном, конечном положении, в граничных позах) используют: а) одноплоскостную фотосъемку. б) тензометрию. в) электромиографию г) нет правильного ответа	одноплоскостную фотосъемку
		Выберите правильный вариант ответа: Измерение пространственно-временных характеристик позволяют оценить: а) техники выполнения физических упражнений б) физического развития в) физической подготовленности г) физического совершенства	техники выполнения физических упражнений
4	Адаптация к физическим нагрузкам в спорте	Выберите правильный вариант ответа: Какие базовые положения лежат в основе теории "построения движений" по Н.А. Бернштейну: а) кольцевой принцип управления движением, построение программы двигательного действия, положение об обратных связях и сличающем механизме б) кольцевой принцип управления движением, построение программы двигательного действия в) кольцевой принцип управления движением, положение об обратных связях и сличающем механизме г) кольцевой принцип управления движением, построение программы двигательного действия, положение об обратных связях и сличающем механизме, положение об автоматизации движения	кольцевой принцип управления движением, построение программы двигательного действия, положение об обратных связях и сличающем механизме
		Выберите правильный вариант ответа: В процессе обучения делить сложное движение на элементы надо так, чтобы в каждой части не нарушалась: а) двигательная задача б) смысловая сторона движения в) структура двигательного действия г) гармония	двигательная задача
		Выберите правильный вариант ответа: Почему в каждой новой попытке движение строится заново: а) потому что программа строится в одних условиях, а реализуется - в других б) потому что двигательный динамический стереотип угасает в) потому что так функционируют нервные центры г) потому что это движение не автоматизированное	потому что программа строится в одних условиях, а реализуется - в других
		Выберите правильный вариант ответа: Какой метод позволяет развивать силу без увеличения мышечной массы: а) метод максимальных усилий б) метод поднятия околопредельных весов (80% от максимального) в) метод поднятия непредельных весов "до отказа" г) изометрический метод	метод максимальных усилий
5.	Гимнастика с методикой преподавания	Выберите правильный вариант ответа: Разминка в тренировочном занятии по гимнастике проводится в виде комплекса ритмической гимнастики с целью: а) функциональной подготовки к выполнению задач тренировки, развития музыкального слуха б) повышению эмоционального состояния занимающихся в) переключению с предыдущего вида деятельности; г) умению реализовывать на практике полученные знания по музыкальной грамоте	функциональной подготовки к выполнению задач тренировки, развития музыкального слуха
		Выберите правильный вариант ответа: К мерам, обеспечивающим безопасность выполнения гимнастических упражнений, относится: а) правильное размещение снарядов в гимнастическом	правильное размещение снарядов в гимнастическом зале

		<p>зале</p> <p>б) разрешение выполнять упражнения на снарядах всей группой</p> <p>в) подбор упражнений, режим занятий, очередность выполнения упражнения занимающимися</p> <p>г) обеспечение страховки только после неудачного исполнения упражнений</p>	
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Выявляя показатели физической подготовленности занимающегося гимнастикой следует определить:</p> <p>а) показатели развития физических качеств</p> <p>б) рост, вес, окружность грудной клетки, пульс</p> <p>в) артериальное давление, пульс</p> <p>г) частоту сердечных сокращений, частоту дыхания</p>	показатели развития физических качеств
6.	Плавание	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Современные методы обучения в плавании с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний, занимающихся:</p> <p>а) словесные, наглядные, практические</p> <p>б) словесные, наглядные</p> <p>в) наглядные, практические</p> <p>г) эмпирические, словесные</p>	словесные, наглядные, практические
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Основными задачами технической подготовки, для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивания состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья в плавании являются:</p> <p>а) развитие двигательной ориентировки в воде и способности управлять своими движениями</p> <p>б) выявление и исправление ошибок</p> <p>в) формирование и совершенствование спортивного способа плавания</p> <p>г) все варианты верны</p>	все варианты верны
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>При обучении техническим элементам, лиц с отклонениями в состоянии здоровья в плавании, используется метод:</p> <p>а) целостный</p> <p>б) расчленённый</p> <p>в) целостно - расчленённый</p>	целостно - расчленённый
7	Теория и методика физической культуры	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Укажите правильный порядок этапов обучения: 1. Совершенствование 2. Ознакомление 3. Начального обучения 4. Закрепления:</p> <p>а) 2-3-4-1</p> <p>б) 1-2-3-4</p> <p>в) 3-2-4-1</p> <p>г) 2-3-1-4</p>	2-3-4-1
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Кинематическая структура движения включает в себя:</p> <p>а) Пространственную, временную и пространственно-временную характеристику</p> <p>б) Взаимодействие внешних и внутренних сил</p> <p>в) Комплексно выражает временные, пространственные и силовые отношения движения</p> <p>г) Все варианты</p>	Пространственную, временную и пространственно-временную характеристику
		<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Для полного использования силы с целью достижения большей скорости следует стремиться к ускорению:</p> <p>а) На прямолинейной части пути</p> <p>б) На криволинейной части пути</p> <p>в) Направление движения роли не имеет</p>	На прямолинейной части пути
8	Массаж	<p>Выберите правильный вариант ответа:</p> <p>Учитывая анатомо-физиологические, механические и другие особенности классического ручного массажа, после болезни или травмы функции организма человека, необходимо выполнять приемы в следующей последовательности:</p> <p>а) поглаживание, выжимание, разминание, ударные приемы, сотрясающие приемы, растирание, пассивные движения</p> <p>б) выжимание, разминание, поглаживание, растирание, пассивные движения, сотрясающие приемы, ударные приемы</p> <p>в) поглаживание, разминание, растирание, выжимание, пассивные движения, ударные приемы, сотрясающие приемы</p>	поглаживание, выжимание, разминание, ударные приемы, сотрясающие приемы, растирание, пассивные движения

		<p>Выберите правильный вариант ответа: Для правильного дозирования, определения времени сеанса, его методики, выбора адекватного воздействия необходимо верно оценивать:</p> <p>а) функциональное состояние пациента б) уровень подготовленности пациента в) эмоциональное состояние пациента г) реактивность кожного покрова</p>	функциональное состояние пациента
		<p>Выберите правильный вариант ответа: В результате спортивной травмы, при отеке, следует выполнять поглаживание:</p> <p>а) выше пораженного участка б) на пораженном участке в) ниже пораженного участка</p>	выше пораженного участка
		<p>Выберите правильный вариант ответа: С целью восстановления функций организма человека, при бронхиальной астме массируют:</p> <p>а) воротниковую зону, мышцы спины, мышцы груди, межреберные промежутки, мышцы живота б) мышцы спины, мышцы груди, воротниковую зону в) мышцы спины, ягодичные мышцы, мышцы живота, воротниковую зону</p>	воротниковую зону, мышцы спины, мышцы груди, межреберные промежутки, мышцы живота
9	Теория и организация адаптивной физической культуры	<p>Выберите правильный вариант ответа: Назовите основные виды адаптивной физической культуры:</p> <p>а) адапционно - компенсаторное, адаптивное физическое образование, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, креативная, музыкальное б) адаптивное физическое образование, адаптивная физическая реабилитация, художественно - музыкальные, телесно - ориентированные в) адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, креативная, экстремальные виды двигательной активности г) комплексная реабилитация, научно-методическая, адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, креативная, экстремальные виды двигательной активности</p>	адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация, креативная, экстремальные виды двигательной активности
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Какие требования к наиболее важным знаниям специалиста по адаптивной физической культуре:</p> <p>а) Основные положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы, указы Президента Российской Федерации по вопросам адаптивной физической культуры; нормативные правовые акты Министерства Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму и иных федеральных органов исполнительной власти в части вопросов здравоохранения, образования инвалидов, теорию и методику адаптивной физической культуры; основы комплексной реабилитации инвалидов; средства и методы физической культуры, способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма, показания и противопоказания к проведению занятий по АФК; специфику спортивных интересов и потребностей занимающихся, охрану труда, технику безопасности, санитарии и противопожарную защиту.</p> <p>б) Основные положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы, указы Президента Российской Федерации по вопросам адаптивной физической культуры; нормативные правовые акты Министерства Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму и иных федеральных органов исполнительной власти в части вопросов здравоохранения, образования инвалидов</p> <p>в) Теорию и методику адаптивной физической культуры; основы комплексной реабилитации инвалидов; средства и методы физической культуры, способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма, показания и противопоказания к проведению занятий по АФК; специфику спортивных интересов и потребностей занимающихся, охрану труда, технику безопасности</p>	Основные положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы, указы Президента Российской Федерации по вопросам адаптивной физической культуры; нормативные правовые акты Министерства Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму и иных федеральных органов исполнительной власти в части вопросов здравоохранения, образования инвалидов, теорию и методику адаптивной физической культуры; основы комплексной реабилитации инвалидов; средства и методы физической культуры, способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма, показания и противопоказания к проведению занятий по АФК; специфику спортивных интересов и потребностей занимающихся, охрану труда, технику безопасности, санитарии и противопожарную защиту.

		безопасности, санитарии и противопожарную защиту	
10	Физическая реабилитация	Выберите правильный вариант ответа: Для успешного освоения физических упражнений в процессе физической реабилитации важно в первую очередь соблюдать следующий педагогический принцип: а) Индивидуальный подход б) Доступность в) Постепенность г) Систематичность	Индивидуальный подход
		Выберите правильный вариант ответа: Оздоровительное влияние физической активности на сердечно-сосудистую систему проявляется в: а) Снижении темпа склерозирования кровеносных сосудов б) Снижении концентрации холестерина в плазме крови в) Уменьшению ЧСС в покое и при нагрузке г) Всех вышеназванных проявлениях	Всех вышеназванных проявлениях
		Выберите правильный вариант ответа: Какие специальные упражнения во втором периоде реабилитации при переломе шейки плеча следует выполнять обязательно: а) наклон туловища вперед. Руки опущены. Маховые движения руками с небольшой амплитудой б) упражнения с гантелями и эспандером в) подтягивания в висе на перекладине г) отжимание в упоре на брусьях	Наклон туловища вперед. Руки опущены. Маховые движения руками с небольшой амплитудой
		Выберите правильный вариант ответа: Больным, с ожирением какой степени подходит следующая схема занятий: 2 раза – ЛГ, 1 раз – дозированная ходьба, 2 раза – дозированный бег, 1 раз – спортивные игры: а) Больным с ожирением III степени и удовлетворительным состоянием сердечно – сосудистой системы б) Больные с ожирением II-I степени с сопутствующими заболеваниями в) Больные с ожирением II-I степени без сопутствующих заболеваний г) Больные с ожирением I степени	Больные с ожирением II-I степени без сопутствующих заболеваний
		Выберите правильный вариант ответа: Плотность занятия физическими упражнениями при легкой форме сахарного диабета составляет: а) 30-40% б) 40-50% в) 50-60% г) 60-70%	60-70%
11	Частные методики адаптивной физической культуры	Выберите правильный вариант ответа: Основные виды и формы занятий физическими упражнениями при работе с детьми-инвалидами: а) урочная форма занятий б) самостоятельные занятия в) занятия и игры в семье г) прогулки и экскурсии	урочная форма занятий
		Выберите правильный вариант ответа: Что означает принцип адекватности педагогических воздействий в работе с детьми-инвалидами: а) решение специальных задач, подбор средств, методов, методических приемов и все это должно соответствовать функциональным возможностям занимающихся б) воздействия статических упражнений на организм детей-инвалидов в) словесное воздействие педагога на детей-инвалидов педагога в учебном процессе г) использования физических упражнений в учебном процессе	решение специальных задач, подбор средств, методов, методических приемов и все это должно соответствовать функциональным возможностям занимающихся
		Выберите правильный вариант ответа: Какой метод основан на двигательной деятельности учащихся с нарушением зрения, для совершенствования умений, навыков и необходимых движений: а) практических упражнений б) дистанционного упражнения в) упражнения по применению знаний г) наглядности	практических упражнений

		<p>Выберите правильный вариант ответа: Какие упражнения развивают скоростно-силовые качества и можно выполнять детям с нарушением слуха: а) бег, прыжки, метания б) статические упражнения в) ходьба</p>	бег, прыжки, метания
12	Аэробика в адаптивной физической культуре	<p>Выберите правильный вариант ответа: В какой части занятий выполняются, аэробные упражнения или базовые движения оздоровительной аэробики: а) вводно-подготовительной, основной части б) вводно – подготовительной части в) в заключительной части г) вводно-подготовительной, основной части, заключительной части</p>	вводно-подготовительной, основной части
		<p>Выберите правильный вариант ответа: Построение музыкального сопровождения в оздоровительной аэробике: а) музыкальная фраза фонограммы для занятий строится из - 4 тактов по 8 счетов каждый б) музыкальная фраза фонограммы для занятий строится из - 8 тактов по 8 счетов каждый в) музыкальная фраза фонограммы для занятий имеет 4 такта по 16 счетов каждый г) музыкальная фраза фонограммы для занятий имеет 16 тактов по 32 счета каждый</p>	музыкальная фраза фонограммы для занятий строится из - 4 тактов по 8 счетов каждый