

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
 Должность: ректор  
 Дата подписания: 06.06.2024 09:24:46  
 Уникальный программный ключ:  
 e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf896

**Оценочный материал для диагностического тестирования**  
**Тестовое задание для диагностического тестирования по дисциплине:**  
*Индивидуальные физкультурно-оздоровительные и тренировочные программы в адаптивной физической культуре, 1 семестр*

Код, направление подготовки	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Физическая реабилитация и оздоровление в адаптивном физическом воспитании и спорте
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Медико-биологических основ физической культуры
Выпускающая кафедра	Медико-биологических основ физической культуры

Проверяемая компетенция	Задание	Варианты ответов	Тип сложности вопроса
УК-2.2.	Матрица распределения ответственности в проекте (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. призвана исключить риски проекта Б. связывает работы с участниками проекта В. используется для генерирования идеи проекта Г. используется при завершении проекта	Низкий
УК-2.3.	Метод снижения ущерба или предотвращения убытка (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. предполагает полное исключение его появления; Б. направлен на снижение вероятности неблагоприятных событий за счет организации профилактических мер; В. связан с передачей ответственности на другой субъект; Г. связан с дублированием наиболее значимых объектов, подверженных риску	Низкий
ОПК- 2.1	Какой метод обучения двигательным действиям целесообразно использовать на этапе реабилитации после травм и заболеваний? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. целостный Б. расчлененный В. метод подводящих упражнений Г. любой метод	Низкий
УК- 2.4	Всех, кто работает над проектом, называют ( <b>вписать слово</b> )		Низкий
ОПК- 2.1	Образование, обеспе-		Низкий

	<p>чивающее равный доступ к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей, называется <b>(вписать слово)</b></p>		
ОПК- 9.1	<p>Какой принцип совершенствования и развития адаптивной физической культуры и спорта среди лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов должен учитывать индивидуальные характеристики человека с ограниченными возможностями, его инвалидизирующие и психосоматические особенности в целях социокультурного единства и интегративного взаимодействия с адаптивной физической культурой (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p><i>А.</i> Принцип единой системы управления <i>Б.</i> Принцип индивидуализации и мотивации <i>В.</i> Принцип целевой установки на развитие адаптивной физической культуры и спорта инвалидов <i>Г.</i> Принцип научно-обоснованных и подходов и адекватности системы управления</p>	Средний
ОПК- 2.2	<p>Рекомендуемый пульс на занятиях подгруппы "Б" специальной медицинской группы составляет (числовой ответ)</p>	<p>110-120 120-130 130-140 140-150</p>	Средний
ОПК- 6.1	<p>Система и процесс формирования отсутствовавших у инвалида способностей к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности называется <b>(вписать слово)</b></p>		Средний
ОПК- 6.1	<p>Для каких целей используется такой ин-</p>	<p><i>А.</i> при сердечно-сосудистых заболеваниях;</p>	Средний

	новационный метод физической реабилитации, как кинезиотейпирование? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	Б. при травмах и ортопедической патологии туловища, верхних и нижних конечностей, миофасциальных болях; отстающие функции В. при заболеваниях системы внешнего дыхания; Г. при острых респираторно-вирусных заболеваниях;	
ОПК-9.2	Какая модель профилактики негативных социальных явлений направлена на развитие определенных психологических навыков в противодействие группового давления? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. медицинская Б. образовательная В. психосоциальная Г. все модели профилактики решают эту задачу	Средний
УК- 2.1	На этапе инициации проекта целесообразно использовать такие технологии генерирования идей как (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	А. "мозговой штурм" Б. SWOT-анализ В. построение диаграммы Ганта Г. дерево целей	Средний
ОПК-2.2	Установите соответствие между подгруппами специальной медицинской группы (установить соответствие)	1. Подгруппа "А" - ? 2. Подгруппа "Б" - ? 3. Временно освобожденные от практических занятий  А. обучающихся с выраженными отклонениями в состоянии здоровья в стадии субкомпенсации; Б. обучающиеся с выраженными отклонениями в состоянии здоровья; функционального и органического генеза в стадии компенсации; В. перенесшие заболевание или травму	Средний
ОПК-9.2	Какой уровень использования физкультурно-оздоровительных, социально-ориентированных, образовательных ме-	А. использующий физическую культуру и спорт как средство отвлечения от вредных привычек Б. использующий физическую культуру и спорт как средство лечения, оздоровления В. использующий физическую куль-	Средний

	роприятий для профилактики негативных социальных явлений является приоритетным? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	туру и спорт как средство формирования и коррекции основных свойств личности Г. использующий физическую культуру и спорт как средство приобщение к ЗОЖ	
УК-2.2	Установите соответствие между видами планирования проекта от времени	1. концептуальный план - ? 2. стратегический план - ? 3. текущие планы - ? 4. оперативные планы - ?  А. разрабатываются на сутки, неделю, месяц и содержат задания участникам проекта; Б. разрабатываются на год, квартал и содержат уточненные сроки реализации предусмотренных проектом видов работ; В. разрабатывается на весь жизненный цикл проекта; Г. разрабатывается на начальном этапе жизненного цикла проекта и содержит требования к проекту и необходимую документацию;	Средний
УК-2.1	Расположите в правильной последовательности процессы управления проектом (Расположите в правильном порядке)	1. процессы инициации; 2. процессы планирования; 3. процессы мониторинга и управления; 4. процессы исполнения	Средний
ОПК-6.2	Индивидуальная реабилитационная программа должна включать следующие параметры адаптивной (лечебной) физической культуры (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. показания для занятий лечебной физической культурой; Б. противопоказания для занятий лечебной физической культурой; В. характеристику основных параметров методики лечебной физической культуры; Г. оценку уровня культуры здоровья Д. примерные комплексы физических упражнений	Высокий
ОПК-6.2	Определите пороговый пульс для занимающегося адаптивной, оздоровительной физической культурой в рамках индивидуальной программы реабилитации в возрасте 40 лет и имеющего пульс в		Высокий

	покое 70 уд/мин по формуле Пороговая ЧСС = 200 - возраст - ЧСС в покое		
УК-2.3	Управление стоимостью проекта включает (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. стоимостную оценку ресурсов, необходимых для выполнения операций проекта; Б. управление сроками проекта; В. разработку бюджета расходов; Г. управление стоимостью проекта путем воздействия на факторы, вызывающие отклонения по стоимости, и управление изменениями бюджета	Высокий
УК- 2.4	Для того, чтобы управление работами по проекту носило систематический характер необходим мониторинг за процессом управления работами по проекту, который затрагивает следующие моменты (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. сопоставление текущего хода исполнения проекта с планом управления проектом; Б. выявление моментов, требующих корректирующих или предупреждающих действий; В. подбор, управление, обучение, повышение квалификации членов команды проекта; Г. мониторинг рисков проекта и планов реагирования на риски	Высокий
ОПК- 9.1	Какие способы организации работы по использованию технологий, основанных на средствах и методах адаптивной физической культуры в ИПРА инвалидов в наибольшей мере, способствуют их социализации? (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	А. индивидуальные занятия Б. групповые занятия лиц одной нозологии В. групповые занятия лиц с различной нозологией Г. интегрированные занятия со здоровыми сверстниками Д. инклюзивные занятия после адаптации к проблемам и нуждам инвалидов	Высокий

### Ключ к тесту

Задание	Варианты ответов
Матрица распределения ответственности в проекте (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. призвана исключить риски проекта <b>Б. связывает работы с участниками проекта</b> В. используется для генерирования идеи проекта Г. используется при завершении проекта
Метод снижения ущерба или предотвращения убытка (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. предполагает полное исключение его появления; <b>Б. направлен на снижение вероятности неблагоприятных последствий</b>

	<p><b>гоприятных событий за счет организации профилактических мер</b></p> <p>В. связан с передачей ответственности на другой субъект</p> <p>Г. связан с дублированием наиболее значимых объектов, подверженных риску</p>
<p>Какой метод обучения двигательным действиям целесообразно использовать на этапе реабилитации после травм и заболеваний? (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. целостный</p> <p><b>Б. расчлененный</b></p> <p>В. метод подводящих упражнений</p> <p>Г. любой метод</p>
<p>Всех, кто работает над проектом, называют (<b>вписать два слова</b>)</p>	<p><b><u>Командой проекта</u></b></p>
<p>Образование, обеспечивающее равный доступ к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей, называется (<b>вписать слово</b>)</p>	<p><b>инклюзивным</b></p>
<p>Какой принцип совершенствования и развития адаптивной физической культуры и спорта среди лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов должен учитывать индивидуальные характеристики человека с ограниченными возможностями, его инвалидизирующие и психосоматические особенности в целях социокультурного единства и интегративного взаимодействия с адаптивной физической культурой (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. Принцип единой системы управления</p> <p><b>Б. Принцип индивидуализации и мотивации</b></p> <p>В. Принцип целевой установки на развитие адаптивной физической культуры и спорта инвалидов</p> <p>Г. Принцип научно-обоснованных подходов и адекватности системы управления</p>
<p>Рекомендуемый пульс на занятиях подгруппы "Б" специальной медицинской группы составляет (числовой ответ)</p>	<p>110-120</p> <p><b>120-130</b></p> <p>130-140</p> <p>140-150</p>
<p>Система и процесс формирования отсутствовавших у инвалида способностей к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности называется (<b>вписать слово</b>)</p>	<p><b>абилитацией</b></p>
<p>Для каких целей используется такой инновационный метод физической реабилитации, как кинезиотейпирование? (выберите один правильный ответ из заданного списка)</p>	<p>А. при сердечно-сосудистых заболеваниях</p> <p><b>Б. при травмах и ортопедической патологии туловища, верхних и нижних конечностей, миофасциальных болях</b></p> <p>В. при заболеваниях системы внешнего дыхания</p> <p>Г. при острых респираторно-вирусных заболеваниях</p>
<p>Какая модель профилактики негативных социальных явлений направлена на развитие определенных психологических</p>	<p>А. медицинская</p> <p>Б. образовательная</p> <p><b>В. психосоциальная</b></p>

навыков в противодействию группового давления? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	Г. все модели профилактики решают эту задачу
На этапе инициации проекта целесообразно использовать такие технологии генерирования идей как (выберите несколько ответов из предложенного списка, оценивание «всё или ничего»)	<b>А. "мозговой штурм"</b> <b>Б. SWOT-анализ</b> В. построение диаграммы Ганта <b>Г. дерево целей</b>
Установите соответствие между подгруппами специальной медицинской группы (установить соответствие)	1. Подгруппа "А" - ? 2. Подгруппа "Б" - ? 3. Временно освобожденные от практических занятий  <b>Б. обучающиеся с выраженными отклонениями в состоянии здоровья функционального и органического генеза в стадии компенсации</b> <b>А. обучающихся с выраженными отклонениями в состоянии здоровья в стадии субкомпенсации</b> <b>В. перенесшие заболевание или травму</b>
Какой уровень использования физкультурно-оздоровительных, социально-ориентированных, образовательных мероприятий для профилактики негативных социальных явлений является приоритетным? (выберите один правильный ответ из заданного списка)	А. использующий физическую культуру и спорт как средство отвлечения от вредных привычек Б. использующий физическую культуру и спорт как средство лечения, оздоровления <b>В. использующий физическую культуру и спорт как средство формирования и коррекции основных свойств личности</b> Г. использующий физическую культуру и спорт как средство приобщение к ЗОЖ
Установите соответствие между видами планирования проекта от времени	1. концептуальный план - ? 2. стратегический план - ? 3. текущие планы - ? 4. оперативные планы - ?  <b>Г. разрабатывается на начальном этапе жизненного цикла проекта и содержит требования к проекту и необходимую документацию</b> <b>В. разрабатывается на весь жизненный цикл проекта</b> <b>Б. разрабатываются на год, квартал и содержат уточненные сроки реализации предусмотренных проектом видов работ</b> <b>А. разрабатываются на сутки, неделю, месяц и содержат задания участникам проекта</b>
Расположите в правильной последовательности процессы управления проектом (Расположите в правильном порядке)	<b>1. процессы инициации</b> <b>2. процессы планирования</b> <b>4. процессы исполнения</b> <b>3. процессы мониторинга и управления</b>
Индивидуальная реабилитационная программа должна включать следующие параметры адаптивной (лечебной) физической культуры (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)	<b>А. показания для занятий лечебной физической культурой</b> <b>Б. противопоказания для занятий лечебной физической культурой</b> <b>В. характеристику основных параметров мето-</b>

	<p><b>дики лечебной физической культуры</b>  Г. оценку уровня культуры здоровья  <b>Д. примерные комплексы физических упражнений</b></p>
<p>Определите пороговый пульс для занимающегося адаптивной, оздоровительной физической культурой в рамках индивидуальной программы реабилитации в возрасте 40 лет и имеющего пульс в покое 70 уд/мин по формуле  Пороговая ЧСС = 200 - возраст - ЧСС в покое</p>	<p><b>Пороговый пульс = 90 уд/мин</b></p>
<p>Управление стоимостью проекта включает (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)</p>	<p><b>А. стоимостную оценку ресурсов, необходимых для выполнения операций проекта</b>  Б. управление сроками проекта  <b>В. разработку бюджета расходов</b>  Г. управление стоимостью проекта путем воздействия на факторы, вызывающие отклонения по стоимости, и управление изменениями бюджета</p>
<p>Для того, чтобы управление работами по проекту носило систематический характер необходим мониторинг за процессом управления работами по проекту, который затрагивает следующие моменты (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)</p>	<p><b>А. сопоставление текущего хода исполнения проекта с планом управления проектом</b>  <b>Б. выявление моментов, требующих корректирующих или предупреждающих действий</b>  В. подбор, управление, обучение, повышение квалификации членов команды проекта  <b>Г. мониторинг рисков проекта и планов реагирования на риски</b></p>
<p>Какие способы организации работы по использованию технологий, основанных на средствах и методах адаптивной физической культуры в ИПРА инвалидов в наибольшей мере, способствуют их социализации? (выберите несколько правильных ответов из заданного списка)</p>	<p>А. индивидуальные занятия  Б. групповые занятия лиц одной нозологии  В. групповые занятия лиц с различной нозологией  <b>Г. интегрированные занятия со здоровыми сверстниками</b>  <b>Д. инклюзивные занятия после адаптации к проблемам и нуждам инвалидов</b></p>