Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тамбовский государственный университет имени Г.Р.Державина»
Институт медицины и здоровьесбережения
Медицинский факультет

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора Института медицины и здоровьесбережения
_____ Н. В. Денисов
«15» апреля 2026 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

СГ.4 «Адаптивная физическая культура для инвалидов и лис с ОВЗ»

образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности

Квалификация

«Медицинская сестра/Медицинский брат»

Год набора 2026

Тамбов - 2026

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

2. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ

3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура для инвалидов и лиц с ОВЗ» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Учебная дисциплина СГ.04 «Адаптивная физическая культура для инвалидов и лиц с ОВЗ» обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС СПО по 34.02.01 Сестринское дело.

Перечень общих компетенций:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 04 ОК 08	Уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии / специальности	Знать: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности

2. ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ

Компетенции	Показатели* (дескрипторы)	Критерии в соответствии с уровнем освоения ОП			Оценочное средство (промежуточная аттестация)
		пороговый (удовлетворительно) 55-69 баллов	стандартный (хорошо) 70-84 балла	эталонный (отлично) 85-100 баллов	
		термины и понятия, используемые в АФК; - историю основных	-- современные методики и технологии организации образовательной (учебной	- особенности организации совместной и индивидуальной	Тестирование (задания с выбор

		технологий физкультурно-спортивной деятельности, их место и значение в адаптивной физической культуре, науке и образовании; - содержание примерных занятий по разным видам технологий физкультурно-спортивной деятельности в АФК.	и воспитательной) деятельности, принципы и содержание теории педагогического проектирования; - особенности обучения обучающихся с проблемами в развитии и трудностями в обучении, вопросы индивидуализации обучения.	учебной и воспитательной деятельности обучающихся с учетом их возрастных особенностей и индивидуальными образовательными потребностями обучающихся.	

	Уметь	- планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной образовательной программой (общего, среднего профессионального и высшего образования) с учетом возрастных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - правильно применять термины, используемые при разработке технологий физкультурно-спортивной деятельности в АФК.	- анализировать и осуществлять отбор педагогических технологий, используемых при обучении на всех уровнях образования в зависимости от поставленных задач; - проектировать и реализовывать учебную и воспитательную деятельность сообразно с возрастными особенностями и индивидуальными образовательными потребностями обучающихся; - правильно применять методы выявления обучающихся с особыми образовательными потребностями.	- проектировать специальные условия при инклюзивном образовании обучающихся с ОВЗ, организовать деятельность обучающихся с ОВЗ по овладению адаптированной образовательной программой; - осуществлять сотрудничество, взаимодействие и совместную профессиональную деятельность с другими участниками образовательного процесса.	Практические задания
	Владеть	- средствами и методами проведения урока адаптивной физической культуры по обучению технике двигательных действий и развитию физических качеств с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	- методами и приемами педагогического проектирования индивидуальных образовательных маршрутов.	- технологиями проектирования образовательного процесса для класса, группы и/или отдельных контингентов обучающихся с выдающимися способностями и/или особыми образовательными потребностями на основе имеющихся типовых программ	Проект (групповые практико-ориентированные задания)
ОПК-2	Знать	- социальную роль, структуру и функции адаптивной физической культуры; - особенности занятий по адаптивной физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; - возрастные и психофизические особенности обучающихся, специальные научные знания в области психологии и психофизиологии лиц с ограниченными возможностями здоровья.	- современные методики и технологии организации образовательной (учебной и воспитательной) деятельности; - особенности обучения технике двигательных действий обучающихся с проблемами в развитии и трудностями в обучении, вопросы индивидуализации обучения.	- особенности влияния физических упражнений на показатели физического развития и физической подготовленности при воздействии на телесность лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - общие и специфические особенности формирования знаний на занятиях адаптивной физической культурой у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	Тестирование (задания с выбором одного правильного ответа из нескольких)

	Уметь	- применять знания из области физической культуры и спорта для формирования здорового образа жизни; осуществлять профилактику и контроль состояния организма, формировать личную физическую культуру у лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере различных видов адаптивной физической культуры; - применять знания из области адаптивной физической культуры для обучения технике двигательных действий и развития физических качеств и двигательных способностей у лиц ОВЗ; - применять знания из области адаптивной физической культуры для формирования знаний у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	- выявлять возрастные особенности и индивидуальные образовательные потребности обучающихся; - планировать и осуществлять формы занятий по креативным телесно-ориентированным практикам адаптивной физической культуры; - анализировать и осуществлять отбор физкультурно-оздоровительных технологий, используемых для сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	- проектировать и реализовывать учебную и воспитательную деятельность в сфере адаптивной физической культуры; - применять знания из области креативных телесно-ориентированных практик адаптивной физической культуры в процессе обучения двигательным действиям у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	Практические задания

	Владеть	- методами и приемами обобщения информации о достижениях в сфере адаптивной физической культуры и спорта; - методиками оценки физического развития и физической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - методиками простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности лиц с ОВЗ; - теоретическими знаниями о пользе, значении всех видов адаптивной физической культуры, основах ЗОЖ, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств адаптивной физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима.	- методами выявления психо-физиологического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; - знаниями о креативных телесно-ориентированных практиках адаптивной физической культуры, их влиянии на лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - умениями определять цель и задачи в различных технологиях адаптивной физической культуры; - технологиями проектирования образовательного процесса для класса, группы и/или отдельных контингентов обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья при обучении техники двигательных действий и развития физических качеств и двигательных способностей.	- методами и приемами обобщения информации об особенностях формирования знаний на занятиях традиционными и нетрадиционными физкультурно-оздоровительными технологиями для лиц с ОВЗ; - методиками использования специальных знаний в процессе обучения двигательным действиям и развитии физических качеств в креативных телесно-ориентированных практиках адаптивной физической культуры.	Проект (групповые практико-ориентированные задания)

ОПК-9	Знать	- патологию и тератологию для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - фазы компенсаторных процессов различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - психолого-педагогическую характеристику лиц с нарушением зрения, слуха, умственной отсталости, ДЦА и других нозологических групп; - методику адаптивной физической культуры, коррекционное воздействие физических упражнений на лиц с ОВЗ.	- особенности индивидуализации образования обучающихся с особыми образовательными потребностями; - основы развития внутрисистемной и межсистемной форм компенсации; - особенности формирования компенсаторных возможностей; - методику формирования двигательных навыков у лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре; - методику развития физических качеств средствами адаптивной физической культуры у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	- методы формирования компенсаторных процессов; - особенности компенсаторных процессов в преодолении отрицательных последствий нарушенных функций и нормализации развития лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - методики оценки компенсаторных возможностей функций организма, оставшихся после болезни или травмы; - технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма.	Тестирование (задания с выбором одного правильного ответа из нескольких)
	Уметь	- применять методы формирования компенсаторных процессов в процессе занятий адаптивной физической культурой; - организовывать разные формы проведения занятия с целью компенсации сохранных функций у лиц в ОВЗ; - применять знания из области адаптивной физической культуры для формирования двигательных навыков у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	- анализировать и осуществлять отбор методик для оценки компенсаторных возможностей функций организма, оставшихся после болезни или травмы; - развивать физические качества у лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры.	- подбирать оптимальные образовательные технологии, позволяющие решать задачи индивидуализации обучения в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.	Практические задания

	Владеть	- методами формирования компенсаторных процессов в процессе занятий адаптивной физической культурой; - методами и методиками оказания коррекционного воздействия на компенсаторные возможности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, а также с учетом их психологии и психофизиологии.	- технологиями формирования двигательных навыков у лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры; - методами и методиками развития физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры.	- методиками оценки компенсаторных возможностей функций организма, оставшихся после болезни или травмы.- технологиями формулировки целей и задач развития компенсаторных функций организма в процессе занятий адаптивной физической культурой.	Проект (групповые практико-ориентированные задания)
ОПК-9	Знать	- преподаваемую область научного знания (теория и методика адаптивной физической культуры, теория и методика спортивной тренировки) и профессиональной (педагогической) деятельности (теорию и организацию адаптивной физической культуры); - достижения отечественного и зарубежного опыта, в том числе инновационного (принципы, средства, методы, модели, методики и образовательные технологии), в области реализации основных и дополнительных образовательных программ в сфере ФК и С	- профилактические и оздоровительные физические упражнения для предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).	- методику дозирования и нормирования физических нагрузок на занятиях адаптивной физической культурой и спортом, направленных на предупреждение возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).	Тестирование (задания с выбором одного правильного ответа из нескольких)

	Уметь	- анализировать средства адаптивной физической культуры и спорта для обучения двигательным действиям и развитию физических качеств и способностей; - правильно применять методы адаптивной физической культуры и спорта, используемых в обучении двигательным действиям и развитии физических качеств и двигательных способностей.	- правильно определять дозировку и нормировать физическую нагрузку с целью профилактики и коррекции прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний); - правильно применять методику проведения занятий по адаптивной физической культуре; - анализировать и осуществлять подбор физических упражнений с целью профилактики и коррекции прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом у лиц с ОВЗ.	- составлять и применять комплексы физических упражнений на занятиях адаптивной физической культурой и спортом, направленных на предупреждение возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).	Практические задания
	Владеть	- умениями применять средства адаптивной физической культуры и спорта, используемых в обучении двигательным действиям и развитии физических качеств и двигательных способностей; - методами обучения двигательным действиям, развитию физических качеств и двигательных способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	- методиками проведения занятий адаптивной физической культурой и спортом; - оздоровительными технологиями с направленностью на профилактику прогрессирования основного заболевания у лиц с ОВЗ.	- умениями правильного дозирования и нормирования физических нагрузок на занятиях адаптивной физической культурой и спортом, направленных на предупреждение возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний).	Проект (групповые практико-ориентированные задания)

ОПК-13	Знать	- анатомию, физиологию физических упражнений, методики оценки физического развития лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов; - особенности влияния физических нагрузок на морфофункциональный статус занимающихся; - биомеханику (ОДА, статических положений и различных видов движений), биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - физиологию и физиологические особенности воздействия физических упражнений на все органы и системы человека с отклонениями в состоянии здоровья; - психологию адаптивного физического воспитания и спорта; - психологию людей разного возраста; - особенности организации образовательного (учебного и воспитательного) процесса по адаптивной физической культуре в образовательных организациях общего образования; - специальную терминологию, классификацию физических упражнений в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности и видах адаптивного спорта	- особенности планирования в области адаптивной физической культуры; - методы, технологии, структуру построения занятий, форм и способов планирования для лиц с ОВЗ; - методику проведения основных и дополнительных форм занятий; - технологию планирования физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - преподаваемую область научного знания (теория и методика физической культуры, теория и методика спортивной тренировки), которые определяют методику проведения занятий в области адаптивной физической культуры и спорта с лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.	- особенности организации деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по адаптивной физической культуре и спорту; - способы оценки результатов обучения в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности; - способы оценки результатов тренировочного процесса и подготовленности спортсменов в адаптивном спорте (волейбол радиальный баскетбол, бочче, торбол, голбол); - методику обучения технике двигательных действий и развития физических качеств в учебно-воспитательном процессе по адаптивной сидя, физической культуре и в тренировочном процессе по адаптивным видам спорта.	Тестирование (задания с выбором одного правильного ответа из нескольких)

	Уметь	- анализировать и подбирать величину тренировочной нагрузки, исходя из степени физического развития занимающихся в пределах возрастно-половых групп; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - правильно учитывать возрастные психологические особенности занимающихся адаптивной физической культурой и спортом; - анализировать и планировать образовательный процесс, ориентируясь на общие положения теории и методики физической культуры; - правильно определять цель и задачи, осуществлять подбор средств и методов для проведения занятий по адаптивной физической культуре и спорту; - правильно определять средства и величину физической нагрузки на занятиях по адаптивной физической культуре и спорту в зависимости от поставленных задач.	- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по адаптивной физической культуре и спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; -правильно использовать на занятиях методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей вида адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - правильно использовать методику обучения технике двигательных действий и развития физических качеств в учебно-воспитательном процессе по адаптивной физической культуре; - планировать содержание учебных занятий по адаптивной физической культуре с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся.	- использовать методику обучения технике двигательных действий и развития физических качеств и двигательных способностей в тренировочном процессе по адаптивным видам спорта; - планировать содержание тренировочных занятий по адаптивному спорту с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся.	Практические задания

	Владеть	- умениями проведения анатомического анализа воздействия физических упражнений на организм лиц с ОВЗ; - методиками составления различных комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - умениями подбирать средства и величины физической нагрузки на занятиях по адаптивной физической культуре и спорту в зависимости от поставленных задач; - умениями использования методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств в учебно-воспитательном процессе по адаптивной физической культуре; - методами планирования содержания учебных занятий по адаптивной физической культуре с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся.	- умениями планирования занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре; - умениями определять цель, задачи, осуществлять подбор средств, методов для проведения занятий по адаптивной физической культуре и спорту; - методиками использования на занятиях педагогически обоснованных форм, методов, средств и приемов организации деятельности занимающихся с учетом особенностей вида адаптивной физической культуры и адаптивного спорта; - умениями использования методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств и двигательных способностей в тренировочном процессе по адаптивным видам спорта.	- умениями планирования тренировочных занятий по адаптивному спорту; - методиками решения поставленных задач занятия, подбора методики проведения занятий по адаптивной физической культуре и спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - методиками определения форм, методов и средств оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся и занимающихся при освоении образовательных программ и программ спортивной подготовки; - особенностями планирования содержания тренировочных занятий по адаптивному спорту с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся.	Проект (групповые практико-ориентированные задания)

ПК-1	Знать	- преподаваемую область научного знания (теория и методика физического воспитания, теория и методика адаптивной физической культуры, адаптивного спорта и профессиональной (педагогической) деятельности;	- достижения отечественного и зарубежного опыта, в том числе инновационного (модели, методики и образовательные технологии), в области реализации основных и дополнительных образовательных программ в сфере АФК и АС;	- требования ФГОС общего и профессионального образования, содержание примерных или типовых образовательных программ, учебников, учебных пособий преподаваемого учебного предмета; - электронные образовательные и информационные ресурсы, необходимые для организации учебной, исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся	Тестирование (задания с выбором одного правильного ответа из нескольких)

	Уметь	- проводить сравнение и оценивать преимущества и недостатки существующих подходов при реализации основных и дополнительных образовательных программ в сфере адаптивной физической культуры и спорта.	анализировать примерные программы (при наличии), оценивать и выбирать учебники, учебные и учебно-методические пособия, электронные образовательные ресурсы и иные материалы.	разрабатывать и обновлять рабочие программы, планы занятий, оценочные средства и другие методические материалы по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» и дополнительным занятиям физкультурно-оздоровительной, спортивно-оздоровительной, спортивной направленности с учетом: требований ФГОС среднего общего и / или профессионального образования; развития соответствующей области научного знания (физическая культура адаптивная физическая культура, адаптивный спорт); образовательных потребностей, подготовленности и развития обучающихся; возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся; возможности освоения образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания; роли учебного предмета «Физическая культура» в формировании у лиц с отклонениями в состоянии здоровья компетенций, предусмотренных образовательными стандартами; современного развития технических средств обучения, образовательных технологий.	Практические задания

	Владеть	- возможности освоения образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания по отношению к лицам с отклонениями в состоянии здоровья; - способами управления учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения адаптивной физической культуре, мотивируя их учебно-познавательную, здоровьесозидающую деятельность, физическое совершенствование.	- способами адаптации лучших и результативных инновационных практик в области реализации основных и дополнительных образовательных программ в сфере АФК и АС к условиям деятельности образовательной организации.	- педагогически обоснованными формами, методами и приемами организации деятельности обучающихся, современными методами и технологиями обучения, в том числе техническими средствами обучения, информационно-коммуникационными технологиями, с учетом: специфики образовательных программ, требований ФГОС разного уровня образования; особенностей преподаваемого учебного предмета; вида занятия и его задач; возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, также с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных	Проект (групповые практико-ориентированные задания)
ПК-2	Знать	- современные теоретико-методические аспекты физкультурного образования.	- теоретико-методологические аспекты психологического, медико-биологического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; - основы мониторинга физического развития и физической подготовленности обучающихся с ОВЗ.	- современные технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре; - теоретико-методологические основы комплексного сопровождения образовательного процесса по физической культуре лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Тестирование (задания с выбором одного правильного ответа из нескольких)

	Уметь	- уметь проводить тренировочные занятия с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья по адаптивной физической культуре и спортивной подготовке по избранному виду спорта в различных возрастных групп в соответствии с избранным видом спорта.	- организовать самостоятельную деятельность обучающихся в процессе изучения учебного предмета «Физическая культура», а также в тренировочном процессе по избранному виду спорта.	- использовать педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации контроля и оценки образовательных результатов, предусмотренных ФГОС, применять современные оценочные средства, обеспечивать объективность оценки, корректность интерпретации результатов оценки у лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.	Практические задания
	Владеть	- современными образовательными технологиями профессионального образования в сфере адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.	методиками и технологиями информационного сопровождения профессиональной деятельности педагога в сфере физической культуры и спорта; интерактивными технологиями в сфере физической культуры и спорта.	методиками и технологиями работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, в том числе технологиями тьюторства в инклюзивном образовании; методиками и технологиями работы с одаренными детьми.	Проект (групповые практико-ориентированные задания)

3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	***Критерии оценки***	***Методы оценки***
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
Знать*:* роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для данной профессии; правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности	понимает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; ведёт здоровый образ жизни; понимает условия деятельности и знает зоны риска физического здоровья для данной профессии; проводит индивидуальные занятия физическими упражнениями различной направленности	Устный опрос. Тестирование. Результаты выполнения контрольных нормативов Реферат Оценка результатов выполнения заданий дифференцированного зачёта
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
Уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных	использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	Экспертное наблюдение за ходом выполнения

целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии/ специальности.	применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной профессии/ специальности.	комплекса упражнений.

3.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Тестирование

1. Физическая культура – это:

а) **процесс и результат деятельности человека по преобразованию своей физической (телесной) природы; это совокупность материальных и духовных ценностей общества, создаваемых и используемых им для физического совершенствования людей**

б) укрепление здоровья, выработка правильной осанки, походки, общее развитие и укрепление органов дыхания и работы сердечно-сосудистой системы;

в) формирование положительного отношения к труду, дисциплинированности, воспитание моральных качеств;

г) обогащение занимающихся специальными знаниями в области, формирование гигиенических навыков.

2. Физическое воспитание – это:

а) укрепление здоровья, предупреждение функциональных отклонений в отдельных органах и системах организма;

б) **вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях**;

в) воспитание патриотизма, коллективизма, дисциплинированности;

г) выработка правильной осанки, повышение жизнедеятельности организма вооружение учащихся знаниями, умениями и навыками, необходимыми в быту, трудовой и оборонной деятельности.

3. Система физического воспитания – это

а) совокупность взаимосвязанных элементов;

б) упорядоченное взаимодействие учреждений и организаций;

в) порядок выполнения физических упражнений;

г) **исторически определенный тип социальной практики физического воспитания, т.е., целесообразно упорядоченную совокупность ее исходных основ и форм организации, зависящих от условий конкретной общественной формации.**

4. Физическое образование – это:

а) состояние человека, которое отражает достигнутый уровень работоспособности, сформированных двигательных умений и навыков, способствующих эффективной целевой деятельности;

б) процесс, направленный на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылок успеха в различных видах деятельности;

в) укрепление здоровья, предупреждение функциональных отклонений в отдельных органах и системах организма;

г) процесс формирования у человека двигательных умений и навыков, а также передачи специальных физкультурных знаний.

5. Физическая подготовка - это:

а) процесс, направленный на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылок успеха в различных видах деятельности;
б) ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье, переползание, поднятие и переноска партнеров, снарядов, матов, преодоление полосы препятствий, упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры;
в) состояние человека, которое отражает достигнутый уровень работоспособности, сформированных двигательных умений и навыков, способствующих эффективной целевой деятельности;
г) специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид спорта, профессия и др.).

6. Физическая подготовленность – это:
а) разносторонность воздействия на организм человека, широкое использование различных движений, точное регулирование нагрузки, избирательное воздействие на различные системы, применение упражнений в соответствии поставленным задачам;
б) состояние человека, которое отражает достигнутый уровень работоспособности, сформированных двигательных умений и навыков, способствующих эффективной целевой деятельности;
в) специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности (вид спорта, профессия и др.) разнообразные сочетания движений рук, ног, туловища, головы и всего тела в целом;
г) процесс, направленный на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности как предпосылок успеха в различных видах деятельности.

Реферат

1. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
2. Средства физической культуры и их роль в процессе ее формирования
3. Спорт как явление культурной жизни.
4. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
5. Личная гигиена и закаливание.
6 Гигиенические основы закаливания.
7. Закаливание воздухом, солнцем, водой.
8. Гигиена самостоятельных занятий. Питание, питьевой режим, уход за кожей. Элементы закаливания.

Опрос

1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
2. Функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности.
3. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.
4. Здоровый образ жизни студента.
5. Влияние окружающей среды на здоровье.
6. Наследственность и ее влияние на здоровье.
7. Здоровье в иерархии потребностей и ценностей культурного человека.
8. Направленность поведения человека на обеспечение собственного здоровья.
9. Самооценка собственного здоровья.
10. Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни и их отражение в жизнедеятельности.

3.3. Промежуточная аттестация по дисциплине

Вопросы для дифференцированного зачета:

1. ТФСД в системе высшего, среднего профессионального образования.
2. ТФСД как учебная дисциплина. Цель и задачи дисциплины.
3. Основные виды ТФСД, используемые в АФК.
4. Классификация и характеристика ТФСД.
5. Роль дыхания при проведении занятий по АФК.
6. Использование ТФСД в работе со слепыми и слабовидящими людьми.
7. Использование ТФСД в работе с глухими и слабовидящими людьми.
8. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение интеллекта.
9. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение речи.
10. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющие поражения опорно-двигательного аппарата.
11. Использование ТФСД в работе с детьми, имеющих детский церебральныйпаралич.
12. Использование ТФСД в работе с лицами, имеющими нарушение "психики.
13. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании дошкольников.
14. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании школьников.
15. Применение ТФСД в адаптивном физическом воспитании студентов.