

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по профессиональному модулю

**ПМ.01 ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
РАБОТЫ С ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

МДК.01.05 АДАПТИВНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕКРЕАЦИЯ

**Перечень вопросов для подготовки к квалификационному экзамену по
ПМ. 02 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

1. Цель и задачи адаптивной двигательной рекреации.
2. Характеристика принципов адаптивной двигательной рекреации.
3. Характеристика функций адаптивной двигательной рекреации.
4. Виды адаптивной двигательной рекреации и их краткая характеристика.
5. Медико-биологические аспекты адаптивной двигательной рекреации.
6. Психологические аспекты адаптивной двигательной рекреации.
7. Коррекционный и социализирующий потенциал адаптивной двигательной рекреации.
8. Адаптивная двигательная рекреация как средство профилактики различных нарушений.
9. Цель, задачи, направленность, формы организации, средства, методические особенности адаптивной двигательной рекреации (на примере одной нозологической группы).
10. Цель, задачи, направленность, формы организации, средства, методические особенности адаптивной двигательной рекреации (на примере одной возрастной категории).

Устный опрос по МДК.01.05 Адаптивная двигательная рекреация

11. Определение понятия адаптивной двигательной рекреации.
12. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации.
13. Цель адаптивной двигательной рекреации.
14. Задачи адаптивной двигательной рекреации.
15. Принципы адаптивной двигательной рекреации.
16. Функции адаптивной двигательной рекреации.
17. Понятия социализация, социальная интеграция.
18. Перечислить медико-биологические аспекты адаптивной двигательной рекреации, дать краткую характеристику.
19. Перечислить психологические аспекты адаптивной двигательной рекреации, дать краткую характеристику.
20. Мотивы занятий адаптивной двигательной рекреацией.

Критерии оценивания:

оценка 2 (неудовлетворительно) – ответ не дан или дан неполный и неразвернутый ответ на поставленный вопрос. Логика и последовательность изложения имеют грубые нарушения. Допущены грубые ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента на поставленный вопрос. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

оценка 3 (удовлетворительно) - дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ на поставленный вопрос. Логика и последовательность изложения имеют незначительные нарушения. Допущены незначительные ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. При этом студент способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

оценка 4 (хорошо) - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.

оценка 5 (отлично) - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделять его существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.

Темы докладов, презентаций по МДК.01.05 Адаптивная двигательная рекреация

1. Традиционные оздоровительные методики и технологии (на выбор студента).
2. Нетрадиционные оздоровительные системы (на выбор студента).
3. Авторские физкультурно-оздоровительные системы и технологии, адаптированные для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (на выбор студента).

Презентация. Студент готовит презентацию и краткий доклад по одной из выбранных тем.

План презентации:

1. Определение, история создания, описание системы;
2. Оздоровительный механизм воздействия;
3. Содержание системы, применяемый комплекс упражнений, и т.п.;
4. Противопоказания к применению;
5. Применение в работе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (на примере одной нозологической группы).

Критерии оценивания:

оценка 2 (неудовлетворительно) – Тема доклада не раскрыта. Допущены грубые ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Логика и последовательность изложения имеют грубые нарушения. Оформление не отвечает требованиям оформления доклада. Во время выступления отсутствует иллюстративный материал. Отсутствуют выводы. Речь неграмотная. Список литературы оформлен не в соответствии с требованиями и включает менее 2 позиций. Студент не смог ответить на возникшие в ходе выступления вопросы.

оценка 3 (удовлетворительно) – тема доклада раскрыта не полностью и не развернуто. Студент не в полной мере владеет теоретическим материалом по рассматриваемой проблеме, умение анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщение и выводы вызывают у него затруднения. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Имеются недочеты в оформлении доклада. Во время выступления студент затрудняется в ответе на возникшие в ходе выступления вопросы. Отсутствует иллюстративный материал. Список литературы оформлен не в соответствии с требованиями и включает 2-4 позиции.

оценка 4 (хорошо) – тема доклада раскрыта полностью, но не развернуто. Студент показал знание теоретического материала по рассматриваемой проблеме, однако умение анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщения и выводы вызывают у него затруднения. Материал излагается логично, последовательно, с небольшими недочетами. Имеются недочеты в оформлении доклада. Во время защиты студент показал умение пользоваться иллюстративным материалом, смог ответить на поставленные вопросы с помощью «наводящих» вопросов преподавателя. Список литературы оформлен в соответствии с требованиями с незначительными недочетами и состоит из 5-8 позиций.

оценка 5 (отлично) – тема доклада раскрыта полностью и развернуто. Студент показал знание теоретического материала по рассматриваемой проблеме, умение анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщение и выводы. Материал излагается грамотно, логично, последовательно. Оформление отвечает требованиям оформления доклада. Во время защиты студент показал умение пользоваться иллюстративным материалом кратко, смог корректно ответить на поставленные вопросы. Список литературы оформлен в соответствии с требованиями и состоит не менее чем из 9 позиций.

Ситуационные задачи по МДК.01.05 Адаптивная двигательная рекреация

Задача 1. Организация инклюзивной игры для смешанной группы

Ситуация:

На мероприятии по адаптивной двигательной рекреации участвуют дети с нарушением опорно-двигательного аппарата (ПОДА) и их нормотипичные сверстники. Волонтеры предлагают провести эстафету с бегом и передачей мяча. Двое детей на колясках отказываются участвовать, говоря: «У нас не получится, мы будем медленнее всех».

Вопросы:

1. Какие ошибки допущены при выборе активности?
2. Как адаптировать эстафету для включения всех участников?
3. Какие принципы адаптивной рекреации нарушены?

Ошибка: выбрана игра, изначально недоступная для детей с ПОДА (акцент на беге, а не на командном взаимодействии).

Адаптация:

- Заменить бег на передвижение любым способом (на колясках, с поддержкой).
- Использовать мячи большего размера или с текстурой для удобства передачи.
- Ввести роли: например, один участник отвечает за счёт, другой — за передачу инвентаря.

Нарушены принципы: инклюзивности, равенства возможностей, учета индивидуальных особенностей.

Задача 2. Конфликт интересов в группе

Ситуация:

В группе взрослых с нарушением зрения проводится занятие по адаптивному туризму (пеший поход с тростями). Один из участников настаивает на сложном маршруте («Хочу испытать себя»), другие опасаются и просят выбрать простую трассу. Возникает спор.

Вопросы:

1. Как разрешить конфликт с учётом безопасности и интересов всех?
2. Какие этические принципы должны guide решение?
3. Какую альтернативу предложить?

Решение:

- Провести голосование с учётом мнения всех.
- Предложить компромисс: разбить группу на две подгруппы с разными маршрутами (при наличии ресурсов).

- Назначить дополнительных волонтеров для сложного маршрута.

Принципы: безопасность, добровольность, справедливость, уважение автономии.

Альтернатива: создать «маршрут выходного дня» с возможностью выбора уровня сложности.

Задача 3. Работа с эмоциональным сопротивлением

Ситуация:

Подросток с расстройством аутистического спектра (РАС) участвует в групповой игре на свежем воздухе. При изменении правил он начинает проявлять тревожность: кричит, отказывается продолжать. Волонтер настаивает: «Все должны играть по новым правилам!».

Вопросы:

1. В чём причина поведения подростка?

2. Как активность волонтера усугубили ситуацию?
3. Какие стратегии применить для снижения тревоги?

Причина: нарушение привычного сценария (ригидность поведения при РАС), перегрузка сенсорными стимулами (шум, открытое пространство).

Ошибка волонтера: давление вместо гибкости, игнорирование индивидуальных особенностей.

Стратегии:

- Вернуться к предыдущим правилам.
- Предложить роль наблюдателя или судьи.
- Использовать визуальную поддержку (карточки с правилами).
- Провести индивидуальный брифинг до изменения условий.

Критерии оценивания:

оценка 2 (неудовлетворительно) – ответ не дан или дан неполный и неразвернутый ответ на поставленный вопрос. Логика и последовательность изложения имеют грубые нарушения. Допущены грубые ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента на поставленный вопрос. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

оценка 3 (удовлетворительно) - дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ на поставленный вопрос. Логика и последовательность изложения имеют незначительные нарушения. Допущены незначительные ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. При этом студент способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.

оценка 4 (хорошо) - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.

оценка 5 (отлично) - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделять его существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.

Темы рефератов по МДК. 01.05 Адаптивная двигательная рекреация

1. Адаптивная двигательная рекреация как средство социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья.
2. Технологии организации досуга для людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата средствами адаптивной двигательной рекреации.
3. Психолого-педагогические особенности мотивации лиц с инвалидностью к занятиям адаптивной двигательной рекреацией.
4. Адаптивное плавание как форма рекреационной деятельности для детей с ДЦП.
5. Роль адаптивной двигательной рекреации в профилактике вторичных заболеваний у инвалидов.
6. Использование инклюзивных игровых технологий в адаптивной двигательной рекреации (на примере бочче, голбола, волейбола сидя).
7. Адаптивный туризм как направление рекреации: возможности и ограничения для людей с сенсорными нарушениями.
8. Влияние занятий адаптивной йогой и пилатесом на качество жизни женщин с ограниченными возможностями здоровья.
9. Особенности проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации для лиц с ментальными нарушениями.
10. Скандинавская ходьба как доступная и эффективная форма рекреации для людей с нарушениями зрения.
11. Адаптивная двигательная рекреация для пожилых людей с возрастными заболеваниями (остеопороз, артрит).
12. Роль волонтеров в организации адаптивных рекреационных мероприятий: этика, подготовка, взаимодействие с участниками.
13. Использование гаджетов и цифровых технологий в адаптивной двигательной рекреации (фитнес-трекеры, VR-тренажеры).
14. Танцевально-двигательная терапия как форма психологической разгрузки для людей с ПТСР и тревожными расстройствами.
15. Оценка эффективности программ адаптивной двигательной рекреации: критерии, методы, практические примеры.

Критерии оценивания:

оценка 2 (неудовлетворительно) – реферат структурирован, оформление не соответствует требованиям, использовано менее 5 источников литературы, заключение отсутствует. Объем – менее 8 страниц. При ответе на 3 вопроса, касательно темы реферата, верного ответа нет.

оценка 3 (удовлетворительно) – реферат структурирован, оформление частично не соответствует требованиям, содержит не менее 5 иллюстраций, использовано не менее 8 источников литературы, сделано обобщающее заключение. Объем – не менее 15 страниц. При ответе на 3 вопроса, касательно темы доклада, ответы неразвернутые, неполные.

оценка 4 (хорошо) – реферат структурирован, оформление соответствует требованиям, использовано не менее 12 источников литературы, сделано авторское заключение. Объем – не менее 15 страниц. При ответе на 3 вопроса, касательно темы доклада, 2 развернутых, верных ответа. Реферат сопровождается презентацией, не менее 8 слайдов.

оценка 5 (отлично) – реферат структурирован, оформление соответствует требованиям, использовано не менее 17 источников литературы, сделано авторское заключение. Объем – не менее 15 страниц. При ответе на 3 вопроса, касательно темы доклада, 3 развернутых, верных ответа. Реферат сопровождается презентацией, не менее 12 слайдов.

Перечень вопросов для подготовки к зачету по МДК.01.05 Адаптивная двигательная рекреация

1. Адаптивная двигательная рекреация как учебная дисциплина. Роль и место адаптивной двигательной рекреации в системе физкультурного образования.
2. Взаимосвязь адаптивной двигательной рекреации с другими видами адаптивной физической культуры.
3. Цель, задачи, основные направления адаптивной двигательной рекреации.
4. Функции адаптивной двигательной рекреации.
5. Принципы адаптивной двигательной рекреации.
6. Виды адаптивной двигательной рекреации.
7. Двигательная активность – жизненно необходимая биологическая потребность организма человека. Гиподинамия, гипокинезия и здоровье.
8. Роль здоровья и физической подготовленности для инвалида в процессе освоения общечеловеческих культурных ценностей.
9. Потенциальные возможности влияния занятий физическими упражнениями на эстетическое развитие занимающихся с ограниченными возможностями.
10. Основные негативные последствия вынужденной гиподинамии и гипокинезии.
11. Адаптивная двигательная рекреация как путь «борьбы» с вынужденной малоподвижностью и мобильностью инвалидов.
12. Механизмы оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
13. Возможности адаптивной двигательной рекреации в преодолении психологических комплексов неполноценности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
14. Воспитание самостоятельности в процессе занятий адаптивной двигательной рекреацией инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
15. Основные учреждения и организации, в которых адаптивная двигательная рекреация является основным направлением работы.
16. Основы построения рекреационно-оздоровительного занятия. Режимы двигательной активности (поддерживающий, тренирующий, общеподготовительный) и их выбор.
17. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.
18. Методы оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы, дыхательной и нервной систем человека.
19. Регулирование физических и психических нагрузок в процессе занятий адаптивной двигательной рекреации с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.
20. Планирование, контроль и учет в процессе занятий адаптивной двигательной рекреацией.
21. Мотивы занятий адаптивной двигательной рекреацией. Факторы, затрудняющие внедрение адаптивной двигательной рекреации в быт и сознание инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
22. Методы воспитания мотивации и личной ответственности за собственное здоровье.
23. Виды гимнастики, направленные на коррекцию телосложения и развитие силовых способностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
24. Виды гимнастики, направленные на развитие гибкости и подвижности в суставах инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
25. Характеристика программ по креативным (художественно-музыкальным)

видам двигательной активности.

26. Пантомима. Структурированный танец. Антистрессовая пластическая гимнастика. Краткая характеристика. Показания, противопоказания к применению для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

27. Оздоровительный бег и ходьба. Возможность использования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

28. Оздоровительное плавание, его виды. Аквафитнесс.

29. Гидрореабилитация.

30. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными.

31. Виды адаптивного туризма и возможности его использования в рамках адаптивной двигательной рекреации.

32. Возможности организации адаптивной двигательной рекреации в летних и зимних оздоровительных лагерях.

33. Спортивные, коррекционно-развивающие игры в рамках адаптивной двигательной рекреации.

34. Авторские физкультурно-оздоровительные системы и технологии, адаптированные для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

35. Использование средств адаптивной двигательной рекреации для профилактики стресса. Элементы психосоматической саморегуляции.

36. Использование средств адаптивной двигательной рекреации для профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата.

37. Закаливание. Гидротерапевтические средства восстановления.

38. Йога для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

39. Оздоровительные системы Китая (тай-цзи-цюань, ци-гун и др.). Возможности их использования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

40. Славянские оздоровительные системы («Спас», «Здрава», «Славянская гимнастика» и др.). Их краткая характеристика.

41. Адаптивная двигательная рекреация в дошкольный период. Значение, задачи, направленность, формы организации, средства, методические особенности.

42. Значение адаптивной двигательной рекреации для школьников с ограниченными возможностями здоровья.

43. Адаптивная двигательная рекреация молодежи и студентов. Значение, задачи, направленность, формы организации, средства, методические особенности.

44. Коррекционно-развивающая и профессионально-прикладная направленности адаптивной двигательной рекреации молодых людей с ограниченными возможностями здоровья.

45. Адаптивная двигательная рекреация в период основной трудовой деятельности взрослого населения. Значение, задачи, направленность, формы организации, средства, методические особенности.

46. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений у лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья на занятиях адаптивной двигательной рекреацией.

47. Цель, задачи, направленность, формы организации, средства, методические особенности адаптивной двигательной рекреации в пожилом возрасте.

48. Адаптивная двигательная рекреация лиц с сенсорными нарушениями.

49. Адаптивная двигательная рекреация лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

50. Адаптивная двигательная рекреация лиц с нарушениями психического и интеллектуального развития.

Критерии оценивания:

зачтено - дан полный развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Могут быть допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.

незачтено - дан неполный и неразвернутый ответ на поставленный вопрос. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены грубые ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.