

**АВТНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.17 Теория и организация адаптивной физической культуры

Специальность

49.02.02 Адаптивная физическая культура

Квалификация

Педагог по адаптивной физической культуре и спорту

Составитель _____

Грозный – 2026г.

ПАСПОРТ

ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОП.17 Теория и организация адаптивной физической культуры

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства	
1.	Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры	ОК 01 ОК 02 ОК 06 ОК 08	Экзамен	1-я текущая аттестация
2.	Обучение, воспитание и развитие физических способностей в адаптивной физической культуре			2-я текущая аттестация
3.	Общая характеристика основных видов адаптивной физической культуры			

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средств в фонде
1.	<i>1-я и 2-я текущая аттестация</i>	Средства контроля усвоения учебного материала в виде тестирования обучающихся	Комплект тестов по вариантам к аттестациям
2.	<i>Экзамен</i>	Итоговая форма оценки знаний	Комплект тестов по вариантам К экзамену

Образец билета к 1-ой текущей аттестации
**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

Тест

по ОП.17 Теория и организация адаптивной физической культуры

I-аттестация
Вариант № ___

ФИО _____ группа _____ Дата _____

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

Вариант №1

1. Основная цель адаптивной физической культуры (АФК):

- А) Развитие физических способностей у людей с ограниченными возможностями
- Б) Проведение массовых спортивных мероприятий
- В) Организация игр для детей
- Г) Только проверка физической подготовки

2. Что учитывается при составлении программы АФК?

- А) Пол, возраст, здоровье, особенности организма
- Б) Любимые виды спорта
- В) Цвет спортивной формы
- Г) Время занятий

3. Какую форму работы применяют в АФК?

- А) Индивидуальные занятия
- Б) Тестирование
- В) Игры без целей
- Г) Контроль дисциплины

4. Кто разрабатывает программы АФК?

- А) Инструктор по адаптивной физической культуре
- Б) Медицинский работник
- В) Учитель математики
- Г) Социальный работник

5. Основная задача АФК:

- А) Сохранение и развитие здоровья, физической активности
- Б) Организация развлечений
- В) Только контроль дисциплины
- Г) Повышение учебной успеваемости

6. Какие методы используют в АФК?

- А) Специальные упражнения, гимнастика, подвижные игры
- Б) Игнорирование ограничений
- В) Тестирование без корректировки
- Г) Принудительные занятия

7. Принцип индивидуализации занятий АФК означает:

- А) Учет особенностей каждого человека
- Б) Общие занятия для всех
- В) Игры без контроля
- Г) Только тестирование

8. Какая цель групповых занятий в АФК?

- А) Развитие коммуникативных и координационных навыков
- Б) Игры без правил
- В) Контроль дисциплины
- Г) Тестирование

9. Как оценивается эффективность АФК?

- А) По улучшению физического состояния и самочувствия
- Б) По количеству занятий
- В) По внешнему виду одежды
- Г) По посещаемости

10. Основной принцип АФК при работе с людьми с инвалидностью:

- А) Безопасность и постепенность нагрузки
- Б) Игнорирование особенностей
- В) Только тестирование
- Г) Максимальная интенсивность

Вариант №2

1. Что такое адаптивная физическая культура?

- А) Физическая культура для людей с ограниченными возможностями
- Б) Только соревнования
- В) Игры для школьников
- Г) Медицинская гимнастика

2. Какие факторы учитываются при выборе упражнений в АФК?

- А) Возраст, состояние здоровья, тип заболевания
- Б) Любимые фильмы
- В) Количество учеников
- Г) Цвет формы

3. Какая основная форма работы применяется в АФК?

- А) Индивидуальные и групповые занятия
- Б) Игры без цели
- В) Контроль дисциплины
- Г) Тестирование

4. Кто контролирует безопасность занятий в АФК?

- А) Инструктор и медицинский работник

- Б) Только преподаватель
- В) Социальный работник
- Г) Родители

5. Основной эффект занятий АФК:

- А) Улучшение физического и психического состояния
- Б) Развлечение
- В) Только проверка дисциплины
- Г) Контроль успеваемости

6. Какие упражнения применяются для развития силы и координации?

- А) Специальные гимнастические комплексы
- Б) Игры без контроля
- В) Тестирование
- Г) Принудительные нагрузки

7. Принцип постепенности нагрузок означает:

- А) Постепенное увеличение интенсивности занятий
- Б) Максимальная нагрузка сразу
- В) Игнорирование особенностей
- Г) Только контроль времени

8. Зачем проводятся групповые занятия АФК?

- А) Развитие координации, взаимодействия и социализации
- Б) Только для развлечения
- В) Контроль дисциплины
- Г) Тестирование

9. Как определяется эффективность АФК?

- А) По улучшению физической формы, самочувствия и функциональных возможностей
- Б) По посещаемости
- В) По внешнему виду одежды
- Г) По количеству тестов

10. Основной принцип АФК при работе с людьми с ограниченными возможностями:

- А) Безопасность, индивидуальный подход и постепенность
- Б) Игнорирование ограничений
- В) Только тестирование
- Г) Максимальная интенсивность

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	А	А
2	А	А
3	А	А
4	А	А
5	Б	В
6	А	А
7	А	А

8	Б	А
9	В	А
10	Г	Г

Вопросы ко 2-ой текущей аттестации

1. Что такое адаптивная физическая культура (АФК)?
2. Какова основная цель АФК?
3. Какие категории людей включаются в занятия АФК?
4. Какие принципы организации занятий АФК вы знаете?
5. Что такое индивидуализация занятий в АФК и почему она важна?
6. Какие формы занятий применяются в АФК (индивидуальные, групповые)?
7. Какие методы используются для развития силы и координации у людей с ограниченными возможностями?
8. Как учитываются возрастные особенности при составлении программы АФК?
9. Как учитываются медицинские показания при организации занятий?
10. Какие виды упражнений применяются для коррекции осанки и мышечного тонуса?
11. Как проводится контроль эффективности занятий АФК?
12. В чем заключается принцип постепенности нагрузки в АФК?
13. Как АФК влияет на психоэмоциональное состояние человека?
14. Как групповые занятия АФК помогают развитию социальных навыков?
15. Какие факторы учитываются при выборе оборудования для занятий АФК?
16. Как оценивается физическая подготовка человека перед началом занятий АФК?
17. Какие виды активности применяются для людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата?
18. Как АФК способствует социальной адаптации людей с ограниченными возможностями?
19. Какие задачи ставятся перед инструктором по АФК?
20. Как сочетать безопасность и эффективность упражнений при организации АФК?

Образец билета ко 2-ой текущей аттестации
**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

Тест
по ОП.17 Теория и организация адаптивной физической культуры
II-аттестация
Вариант №__

ФИО _____ группа _____ Дата _____

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

Вариант №1

1. Основная цель адаптивной физической культуры:

- А) Развитие физических способностей у людей с ограниченными возможностями
- Б) Проведение массовых спортивных мероприятий
- В) Игры для школьников
- Г) Контроль дисциплины

2. Кто разрабатывает программы АФК?

- А) Инструктор по АФК
- Б) Учитель математики
- В) Социальный работник
- Г) Родители

3. Какую форму работы чаще всего используют в АФК?

- А) Индивидуальные занятия
- Б) Игры без цели
- В) Тестирование
- Г) Контроль дисциплины

4. Что учитывается при составлении программы АФК?

- А) Пол, возраст, состояние здоровья
- Б) Любимые фильмы
- В) Цвет одежды
- Г) Время занятий

5. Основной принцип безопасности при АФК:

- А) Максимальная нагрузка сразу
- Б) Постепенное увеличение нагрузки
- В) Игнорирование ограничений
- Г) Только контроль времени

6. Какие методы используют в АФК для развития координации и силы?

- А) Специальные упражнения, гимнастика
- Б) Принудительные занятия

- В) Тестирование без корректировки
- Г) Игры без контроля

7. Принцип индивидуализации занятий АФК означает:

- А) Учет особенностей каждого человека
- Б) Общие занятия для всех
- В) Игры без контроля
- Г) Только тестирование

8. Как оценивается эффективность АФК?

- А) По улучшению физического состояния и самочувствия
- Б) По количеству посещений
- В) По внешнему виду одежды
- Г) По количеству выполненных упражнений

9. Какая цель групповых занятий в АФК?

- А) Развитие коммуникативных и координационных навыков
- Б) Только развлечения
- В) Контроль дисциплины
- Г) Тестирование

10. Кто обеспечивает безопасность на занятиях АФК?

- А) Инструктор и медицинский работник
- Б) Только преподаватель
- В) Социальный работник
- Г) Родители

Вариант №2

1. Какие упражнения применяются для коррекции осанки и тонуса мышц?

- А) Специальные гимнастические комплексы
- Б) Принудительное чтение
- В) Игры без контроля
- Г) Тестирование

2. Как групповые занятия влияют на социальные навыки?

- А) Развивают взаимодействие и командную работу
- Б) Только развлечения
- В) Контроль дисциплины
- Г) Игнорирование

3. Принцип постепенности нагрузок в АФК означает:

- А) Постепенное увеличение интенсивности занятий
- Б) Максимальная нагрузка с первого занятия
- В) Игнорирование ограничений
- Г) Только контроль времени

4. Основной эффект занятий АФК:

- А) Улучшение физического и психического состояния
- Б) Развлечение
- В) Только проверка дисциплины
- Г) Контроль успеваемости

5. Кто оценивает эффективность занятий АФК?

- А) Инструктор и медицинский работник
- Б) Родители
- В) Социальный работник
- Г) Учитель

6. Какие факторы учитываются при выборе оборудования для АФК?

- А) Безопасность и соответствие возможностям человека
- Б) Стоимость
- В) Цвет и дизайн
- Г) Количество учеников

7. Принцип доступности в АФК означает:

- А) Подбор упражнений с учетом возможностей человека
- Б) Игнорирование ограничений
- В) Максимальная нагрузка
- Г) Игровое время

8. Зачем проводятся индивидуальные занятия в АФК?

- А) Для учета особенностей каждого человека
- Б) Для развлечения
- В) Только для тестирования
- Г) Для контроля дисциплины

9. Основная задача инструктора АФК:

- А) Обеспечение безопасности, индивидуальный подход и контроль нагрузки
- Б) Игры без контроля
- В) Только тестирование
- Г) Контроль одежды

10. Как определяется эффективность АФК у людей с ограниченными возможностями?

- А) По улучшению физического состояния и адаптации
- Б) По количеству выполненных упражнений
- В) По посещаемости
- Г) По внешнему виду

Критерии оценивания текущей аттестации:

Количество вопросов	Оценка	
10	5	аттестован
8-9	4	
5-7	3	
0-4	2	не аттестован

Аттестован - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 5-10 вопросов.

Не аттестован - выставляется обучающемуся, который ответил на 4 и менее вопросов.

Отлично - выставляется обучающемуся, ответившему на 10 вопросов.

Хорошо - выставляется обучающемуся, ответившему на 8-9 вопросов.

Удовлетворительно - выставляется обучающемуся, ответившему на 5-7 вопросов.

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	А	В
2	Б	Г
3	В	А
4	Г	Б
5	Б	В
6	А	Г
7	В	А
8	Г	Б
9	А	В
10	Б	Г

Образец билета к Экзамену

**АВТОНОМНАЯ КОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

Тест

по ОП.17 Теория и организация адаптивной физической культуры

Экзамен

Вариант № ___

ФИО _____ группа _____ Дата _____

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										
№ вопроса	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ответ										

Вариант №1

1. Основная цель адаптивной физической культуры:

- А) Развитие физических способностей у людей с ограниченными возможностями
- Б) Проведение массовых спортивных мероприятий
- В) Игры для школьников
- Г) Контроль дисциплины

2. Кто составляет индивидуальные программы АФК?

- А) Инструктор по АФК
- Б) Учитель истории
- В) Социальный работник
- Г) Родители

3. Какая форма занятий наиболее эффективна для коррекции физических навыков?

- А) Индивидуальная

- Б) Массовая
- В) Онлайн
- Г) Теоретическая

4. Что учитывается при подборе упражнений?

- А) Возраст, состояние здоровья и физические возможности
- Б) Любимые игры
- В) Количество друзей
- Г) Цвет формы

5. Принцип постепенности нагрузки означает:

- А) Постепенное увеличение интенсивности
- Б) Максимальная нагрузка с первого занятия
- В) Игнорирование противопоказаний
- Г) Только контроль времени

6. Какие упражнения применяются для развития координации?

- А) Гимнастические комплексы и подвижные игры
- Б) Только силовые нагрузки
- В) Тестирование
- Г) Принудительные занятия

7. Основной эффект АФК:

- А) Улучшение физического состояния и адаптация
- Б) Только развлечение
- В) Контроль дисциплины
- Г) Измерение силы

8. Кто обеспечивает безопасность на занятиях?

- А) Инструктор и медицинский контроль
- Б) Родители
- В) Только наблюдение
- Г) Игнорирование ограничений

9. Принцип индивидуализации занятий означает:

- А) Учет особенностей каждого человека
- Б) Общие занятия для всех
- В) Игры без правил
- Г) Тестирование

10. Как оценивается эффективность занятий?

- А) По физическому развитию и самочувствию
- Б) По количеству занятий
- В) По одежде
- Г) По посещаемости

11. Для чего нужны групповые занятия?

- А) Развитие социальных навыков
- Б) Только для развлечения
- В) Контроль дисциплины
- Г) Игры без правил

12. Какие упражнения применяются для коррекции осанки?

- А) Специальные гимнастические комплексы

- Б) Игры без контроля
- В) Тестирование
- Г) Принудительное чтение

13. Как влияет АФК на психоэмоциональное состояние?

- А) Улучшает настроение и снижает стресс
- Б) Игнорирует эмоции
- В) Только дисциплинирует
- Г) Проверяет знания

14. Принцип доступности занятий означает:

- А) Подбор упражнений под возможности человека
- Б) Максимальная нагрузка
- В) Игнорирование ограничений
- Г) Только игры

15. Кто оценивает физическую подготовку перед началом занятий?

- А) Инструктор и медицинский работник
- Б) Учитель
- В) Социальный работник
- Г) Родители

16. Какие факторы влияют на эффективность занятий?

- А) Индивидуальный подход, регулярность, безопасность
- Б) Цвет формы
- В) Любимые игры
- Г) Количество участников

17. Для чего проводятся индивидуальные занятия?

- А) Для учета индивидуальных особенностей
- Б) Для развлечения
- В) Только для тестирования
- Г) Для контроля дисциплины

18. Зачем нужны разнообразные упражнения в АФК?

- А) Для развития разных физических качеств
- Б) Только для развлечения
- В) Контроль дисциплины
- Г) Игры без правил

19. Основная задача инструктора:

- А) Безопасность, индивидуальный подход, контроль нагрузки
- Б) Игры без контроля
- В) Только тестирование
- Г) Проверка одежды

20. Как оценивается результат занятий у человека с ограниченными возможностями?

- А) По улучшению физического состояния
- Б) По количеству упражнений
- В) По посещаемости
- Г) По одежде

1. Что изучает теория АФК?

- А) Принципы занятий для людей с ограниченными возможностями
- Б) Любимые игры школьников
- В) Контроль дисциплины
- Г) Цвет спортивной формы

2. Основная цель индивидуальных занятий:

- А) Учет индивидуальных особенностей и состояния здоровья
- Б) Игры без цели
- В) Повышение успеваемости
- Г) Контроль дисциплины

3. Какие формы занятий применяются в АФК?

- А) Только групповые
- Б) Индивидуальные и групповые
- В) Тестирование
- Г) Игры без цели

4. Кто контролирует безопасность на занятиях АФК?

- А) Инструктор и медицинский работник
- Б) Родители
- В) Социальный работник
- Г) Учитель

5. Какие упражнения применяются для развития силы?

- А) Специальные гимнастические комплексы
- Б) Игры без контроля
- В) Тестирование
- Г) Принудительные нагрузки

6. Принцип постепенности нагрузки:

- А) Постепенное увеличение интенсивности
- Б) Максимальная нагрузка с первого занятия
- В) Игнорирование противопоказаний
- Г) Только контроль времени

7. Как оценивается эффективность занятий АФК?

- А) По физическому развитию и самочувствию
- Б) По посещаемости
- В) По количеству выполненных упражнений
- Г) По одежде

8. Зачем проводятся групповые занятия?

- А) Социализация и развитие командных навыков
- Б) Только для развлечения
- В) Контроль дисциплины
- Г) Тестирование

9. Основная задача инструктора АФК:

- А) Безопасность и индивидуальный подход
- Б) Игры без контроля
- В) Контроль дисциплины
- Г) Проверка одежды

10. Что учитывается при составлении программы АФК?

- А) Состояние здоровья, возраст, физические возможности
- Б) Любимые игры
- В) Цвет одежды
- Г) Количество участников

11. Как групповые занятия влияют на психоэмоциональное состояние?

- А) Улучшают настроение и снижают стресс
- Б) Игнорируют эмоции
- В) Только дисциплинируют
- Г) Тестируют

12. Какие упражнения используются для коррекции тонуса мышц?

- А) Гимнастические комплексы
- Б) Игры без контроля
- В) Тестирование
- Г) Принудительное чтение

13. Основной эффект занятий АФК:

- А) Развитие физических и психоэмоциональных навыков
- Б) Только развлечение
- В) Контроль дисциплины
- Г) Измерение силы

14. Принцип доступности:

- А) Подбор упражнений с учетом возможностей человека
- Б) Максимальная нагрузка
- В) Игнорирование ограничений
- Г) Только игры

15. Кто оценивает физическую подготовку до начала занятий?

- А) Инструктор и медицинский работник
- Б) Родители
- В) Социальный работник
- Г) Учитель

16. Какие факторы влияют на эффективность занятий АФК?

- А) Индивидуальный подход, регулярность занятий, соблюдение безопасности
- Б) Цвет формы
- В) Любимые игры
- Г) Количество участников

17. Для чего проводятся индивидуальные занятия АФК?

- А) Учет особенностей каждого человека
- Б) Для развлечения
- В) Тестирование
- Г) Контроль дисциплины

18. Почему важна вариативность упражнений в АФК?

- А) Для развития разных физических качеств
- Б) Только для развлечения
- В) Контроль дисциплины
- Г) Игры без правил

19. Основная задача инструктора в АФК:

- А) Безопасность и контроль нагрузки
- Б) Игры без контроля
- В) Тестирование
- Г) Проверка одежды

20. Как оценивается результат занятий АФК?

- А) По улучшению физического состояния
- Б) По количеству выполненных упражнений
- В) По посещаемости
- Г) По одежде

Критерии оценивания экзамена/зачета:

Количество вопросов	Оценка	
18-20	5	зачтено
15-17	4	
10-14	3	
0-9	2	не зачтено

**для зачета*

Зачтено - выставляется обучающемуся, ответившему правильно на 10-20 вопросов.

Не зачтено - выставляется обучающемуся, который ответил на 9 и менее вопросов.

**для экзамена*

Отлично - выставляется обучающемуся, ответившему на 18-20 вопросов.

Хорошо - выставляется обучающемуся, ответившему на 15-17 вопросов.

Удовлетворительно - выставляется обучающемуся, ответившему на 10-14 вопросов.

Ключи к тесту

№ п/п	Вариант № 1	Вариант № 2
1	А	А
2	Б	Б
3	В	Г
4	Г	А
5	А	В
6	Б	Б
7	В	Г
8	Г	А
9	А	Б
10	Б	В
11	В	Г
12	Г	А
13	А	Б
14	Б	В
15	В	Г

16	Г	А
17	А	Б
18	Б	В
19	В	Г
20	Г	А