Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Токарева Станислава Валерьевна
Должность: Заведующий кафедрой
Дата подписания: 23.10.2026 12:56:36
Уникальный программный ключ:
0f750f0f73c2d338bfb48e3536ec0dd17c384397

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Юго-Западный государственный университет

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
физического воспитания ЮЗГУ
(наименование кафедры)
_____ С.В. Токарева
(подпись, инициалы, фамилия)
« 06 » июля 2026 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА
для текущего контроля успеваемости
и промежуточной аттестации обучающихся
по дисциплине

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту:
Адаптивная физическая культура
(наименование дисциплины)

ОПОП ВО 41.03.05 Международные отношения
(код и наименование ОПОП ВО)

Курск-2026

1 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

1.1 ВОПРОСЫ ДЛЯ СОБЕСЕДОВАНИЯ во 2 семестре

Тема №1. **Основы техники безопасности на занятиях физической культурой**

1 Требования безопасности и гигиены к месту проведения занятий по физической культуре с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья и/или инвалидностью.

2 Требования безопасности и гигиены к спортивному оборудованию.

3 Требования безопасности и гигиены к спортивному инвентарю.

Тема №2. **Коррекция техники основных движений**

1. Коррекция техники основных движений: ходьбы, бега, плавания, прыжков, лазания, перелезания, метания, мелкой моторики, симметричных и асимметричных движений, упражнения с предметами и др.

Тема №3. **Коррекция и развитие координационных способностей**

1 Коррекция и развитие координационных способностей.

2 Согласованность движений отдельных звеньев тела при выполнении физических упражнений.

Тема №4. **Компенсация утраченных или нарушенных функций**

1. Компенсация утраченных или нарушенных функций.
2. Формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции.

Тема №5. **Профилактика и коррекция соматических нарушений**

1. Профилактика и коррекция соматических нарушений – осанки, сколиоза, плоскостопия, телосложения, дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
2. Профилактика простудных и инфекционных заболеваний.

Тема №6. **Коррекция и развитие сенсорных систем**

1. Коррекция и развитие сенсорных систем:

– дифференцировка зрительных и звуковых сигналов по силе, расстоянию, направлению;

– развитие зрительной и слуховой памяти.

Тема №7. **Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности**

1. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-предметного восприятия.
2. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-пространственного восприятия.
3. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – наглядно-образного мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.
4. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.

Тема №8. **Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений**

1. Обучение методам снятия психоэмоционального напряжения (общее расслабление под музыку, аутотренинг).

Тема №9. **Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля**

1. Оценка телосложения, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния.
2. Основные принципы контроля своего самочувствия и общего состояния здоровья.
3. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма.
4. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.
5. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.
6. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.

Тема №10. **Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта**

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.
2. Организационно-правовые основы адаптивной физической культуры и параолимпийского спорта.
3. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.
4. Адаптивная физическая культура обучающегося в системе высшего образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе высшего образования.

1.2 ВОПРОСЫ ДЛЯ СОБЕСЕДОВАНИЯ в 3 семестре

Тема №1. **Основы техники безопасности на занятиях физической культурой**

1. Спортивный травматизм. Характеристика, причины и меры его предупреждения.
2. Профилактика травматизма как основное направление техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом и меры его предупреждения.

Тема №2. **Коррекция техники основных движений**

1. Оздоровительная и корригирующая гимнастика.
2. Упражнения на формирование правильной осанки (без предметов и с предметами), локальное развитие мышц туловища, профилактика плоскостопия.

Тема №3. **Коррекция и развитие координационных способностей**

1. Согласованность движений отдельных звеньев тела при ориентировке в пространстве.
2. Согласованность движений отдельных звеньев тела при дифференцировке усилий.

Тема №4. **Компенсация утраченных или нарушенных функций**

1. Компенсация утраченных или нарушенных функций.
2. Формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции.
3. Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера).

Тема №5. **Профилактика и коррекция соматических нарушений**

1. Профилактика и коррекция соматических нарушений – осанки, сколиоза, плоскостопия, телосложения, дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

2. Профилактика простудных и инфекционных заболеваний.
3. Профилактика травматизма, микротравм.

Тема №6. **Коррекция и развитие сенсорных систем**

1. Коррекция и развитие сенсорных систем:
   – дифференцировка зрительных и звуковых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
   – развитие зрительной и слуховой памяти;
2. Развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям.

Тема №7. **Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности**

1. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-предметного восприятия.
2. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-пространственного восприятия.
3. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – наглядно-образного мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.
4. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.

Тема №8. **Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений**

1. Обучение методам снятия психоэмоционального напряжения (общее расслабление под музыку, аутотренинг).
2. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик.

Тема №9. **Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.**

1. Оценка телосложения, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния.
2. Основные принципы контроля своего самочувствия и общего состояния здоровья.
3. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма.
4. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.
5. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.
6. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.

Тема №10. **Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта.**

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.
2. Организационно-правовые основы адаптивной физической культуры и параолимпийского спорта.
3. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.
4. Адаптивная физическая культура обучающегося в системе высшего образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе высшего образования.

1.3 Вопросы для устного опроса по разделам дисциплины в 4 семестре

Тема № **1. Основы техники безопасности на занятиях физической культурой**

1. Виды травм в результате несоблюдения техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом.
2. Оказание первой доврачебной помощи при различных видах травм, в результате несоблюдения техники безопасности в время занятий физкультурой и спортом.

Тема №2. **Коррекция техники основных движений.**

1. Упражнения с различным типом дыхания (грудной, брюшной и смешанный типы), выполняемые сидя, стоя на месте и в движении
2. Упражнения на чередование напряжения и расслабление мышц.

Тема №3. **Коррекция и развитие координационных способностей.**

1. Согласованность движений отдельных звеньев тела во времени и пространстве.
2. Согласованность движений отдельных звеньев тела при расслаблении.

Тема №4. **Компенсация утраченных или нарушенных функций.**

1. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи).
2. Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.

Тема №5. **Профилактика и коррекция соматических нарушений.**

1. Профилактика травматизма, микротравм.
2. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию.

Тема №6. **Коррекция и развитие сенсорных систем**

1. Развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям.
2. Дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т.д.

Тема **№7. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности**

1. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-предметного восприятия.
2. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-пространственного восприятия.
3. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – наглядно-образного мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.
4. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.

Тема №8. **Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений.**

1. Обучение методам снятия психоэмоционального напряжения (общее расслабление под музыку, аутотренинг).

2. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик.
3. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья.

Тема №9. **Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.**

1. Оценка телосложения, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния.
2. Основные принципы контроля своего самочувствия и общего состояния здоровья.
3. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма.
4. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.
5. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.
6. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.

Тема №10. **Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта.**

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.
2. Организационно-правовые основы адаптивной физической культуры и параолимпийского спорта.
3. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.
4. Адаптивная физическая культура обучающегося в системе высшего образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе высшего образования.

1.4 Вопросы для собеседований по разделам дисциплины в 5 семестре

Тема №1. **Основы техники безопасности на занятиях физической культурой.**

1 Нормативно-правовые акты, документы регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом.

2 Причины возникновения опасных ситуаций на занятиях физической культурой и спортом.

Тема №2. **Коррекция техники основных движений.**

1. Упражнения на профилактику нарушений зрения.

Тема №3. **Коррекция и развитие координационных способностей.**

1. Согласованность движений отдельных звеньев тела при зрительно-моторной координации.

Тема №4. **Компенсация утраченных или нарушенных функций.**

1 Компенсация утраченных или нарушенных функций.

2 Формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции.

3 Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных игр, гимнастических упражнений.

4 Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.

Тема №5. **Профилактика и коррекция соматических нарушений.**

1. Профилактика и коррекция соматических нарушений – осанки, сколиоза, плоскостопия, телосложения, дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
2. Профилактика простудных и инфекционных заболеваний.
3. Профилактика травматизма, микротравм.
4. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию.
5. Методики закаливания воздухом, солнцем, водой.

Тема №6. **Коррекция и развитие сенсорных систем.**

1 Коррекция и развитие сенсорных систем:

– дифференцировка зрительных и звуковых сигналов по силе, расстоянию, направлению;

– развитие зрительной и слуховой памяти;

2 Развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям;

3 Дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т.д.

4 Классическая аэробика с элементами шейпинга: общеразвивающие упражнения в сочетании с танцевальными движениями, меняя ритм и направление движений, под музыкальное сопровождение.

Тема №7. **Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности.**

1. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-предметного восприятия.
2. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-пространственного восприятия.
3. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – наглядно-образного мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.
4. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.

Тема №8. **Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений.**

1. Обучение методам снятия психоэмоционального напряжения (общее расслабление под музыку, аутотренинг).
2. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик.
3. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья.
4. Стретчинг: основы методики развития гибкости. Разучивание и совершенствование упражнений из различных видов стретчинга: пассивного и активного статического; пассивного и активного динамического.

Тема №9. **Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.**

1. Оценка телосложения, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния.
2. Основные принципы контроля своего самочувствия и общего состояния здоровья.

3. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма.
4. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.
5. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.
6. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.

Тема №10. **Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта.**

1 Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.

2 Организационно-правовые основы адаптивной физической культуры и параолимпийского спорта.

3 Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.

4 Адаптивная физическая культура обучающегося в системе высшего образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе высшего образования.

1.5 Вопросы для собеседований по разделам дисциплины в 6 семестре

Тема №1. **Основы техники безопасности на занятиях физической культурой.**

1. Техника безопасности на занятиях по различным видам спорта.
2. Техника безопасности при проведении прогулок и в туристических походах.
3. Первая помощь при несчастных случаях в туристических походах.

Тема №2. **Коррекция техники основных движений.**

1. Упражнения с мелким спортивным инвентарем (мячами, гимнастическими палками, скакалками).

Тема №3. **Коррекция и развитие координационных способностей.**

1. Согласованность движений отдельных звеньев тела при быстроте реагирования на изменяющиеся условия.

Тема №4. **Компенсация утраченных или нарушенных функций.**

1. Компенсация утраченных или нарушенных функций.
2. Формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции.
3. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.
4. Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.

Тема №5. **Профилактика и коррекция соматических нарушений.**

1. Профилактика и коррекция соматических нарушений – осанки, сколиоза, плоскостопия, телосложения, дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
2. Профилактика простудных и инфекционных заболеваний.
3. Профилактика травматизма, микротравм.
4. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию.
5. Методики закаливания воздухом, солнцем, водой.
6. Использование на занятиях элементов оздоровительных систем.

Тема №6. **Коррекция и развитие сенсорных систем.**

1. Коррекция и развитие сенсорных систем:

– дифференцировка зрительных и звуковых сигналов по силе, расстоянию, направлению;

– развитие зрительной и слуховой памяти;

5 Развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям.

6 Дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т.д.

7 Классическая аэробика с элементами шейпинга: общеразвивающие упражнения в сочетании с танцевальными движениями, меняя ритм и направление движений, под музыкальное сопровождение.

8 Фитбол-аэробика: упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения с максимальным мышечным напряжением (5-30 с) из различных исходных положений.

Тема №7. **Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности.**

1. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-предметного восприятия.
2. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – зрительно-пространственного восприятия.
3. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – наглядно-образного мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.
4. Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности – вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.д.

Тема №8. **Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений.**

1. Обучение методам снятия психоэмоционального напряжения (общее расслабление под музыку, аутотренинг).
2. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик.
3. Овладение методикой составления индивидуальных оздоровительных программ, с учетом отклонений в состоянии здоровья.
4. Стретчинг: основы методики развития гибкости. Разучивание и совершенствование упражнений из различных видов стретчинга: пассивного и активного статического; пассивного и активного динамического.
5. Обучение методам проведения анализа психоэмоционального состояния организма с применением релаксационных методик.
6. Обучение дыхательным упражнениям (по методике А. Стрельниковой, к. Бутейко и др.), направленным на активизацию дыхательной и сердечно-сосудистой системы.

Тема №9. **Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля.**

1. Оценка телосложения, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния.
2. Основные принципы контроля своего самочувствия и общего состояния здоровья.
3. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма.

4. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.

5. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.

6. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.

Тема №10. **Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта.**

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.

2. Организационно-правовые основы адаптивной физической культуры и параолимпийского спорта.

3. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.

4. Адаптивная физическая культура обучающегося в системе высшего образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе высшего образования.

Шкала оценивания: *4-б*алльная.

Критерии оценивания:

4 балла выставляется обучающемуся, если он принимает активное участие в беседе по большинству обсуждаемых вопросов (в том числе самых сложных); демонстрирует сформированную способность к диалогическому мышлению, проявляет уважение и интерес к иным мнениям; владеет глубокими (в том числе дополнительными) знаниями по существу обсуждаемых вопросов, ораторскими способностями и правилами ведения полемики; строит логичные, аргументированные, точные и лаконичные высказывания, сопровождаемые яркими примерами; легко и заинтересованно откликается на неожиданные ракурсы беседы; не нуждается в уточняющих и (или) дополнительных вопросах преподавателя.

3 балла выставляется обучающемуся, если он принимает участие в обсуждении не менее 50% дискуссионных вопросов; проявляет уважение и интерес к иным мнениям, доказательно и корректно защищает свое мнение; владеет хорошими знаниями вопросов, в обсуждении которых принимает участие; умеет не столько вести полемику, сколько участвовать в ней; строит логичные, аргументированные высказывания, сопровождаемые подходящими примерами; не всегда откликается на неожиданные ракурсы беседы; не нуждается в уточняющих и (или) дополнительных вопросах преподавателя.

2 балла выставляется обучающемуся, если он принимает участие в беседе по одному-двум наиболее простым обсуждаемым вопросам; корректно выслушивает иные мнения; неуверенно ориентируется в содержании обсуждаемых вопросов, порой допуская ошибки; в полемике предпочитает занимать позицию заинтересованного слушателя; строит краткие, но в целом логичные высказывания, сопровождаемые наиболее очевидными примерами; теряется при возникновении неожиданных ракурсов беседы и в этом случае нуждается в уточняющих и (или) дополнительных вопросах преподавателя.

1.2. ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

Тема №1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры.

Тема №2. Организационно-правовые основы адаптивной физической культуры и параолимпийского спорта.

Тема №3. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина высшего образования.

Тема №4. Адаптивная физическая культура обучающегося в системе высшего образования. Организация адаптивного физического воспитания в системе высшего образования.

Тема №5. Компоненты адаптивной физической культуры.

Шкала оценивания: 5 балльная.

Критерии оценивания:

5 баллов (или оценка **«отлично»)** выставляется обучающемуся, если тема реферата раскрыта полно и глубоко, при этом убедительно и аргументированно изложена собственная позиция автора по рассматриваемому вопросу; структура реферата логична; изучено большое количество актуальных источников, грамотно сделаны ссылки на источники; самостоятельно подобран яркий иллюстративный материал; сделан обоснованный убедительный вывод; отсутствуют замечания по оформлению реферата.

4 балла (или оценка **«хорошо»)** выставляется обучающемуся, если тема реферата раскрыта полно и глубоко, сделана попытка самостоятельного осмысления темы; структура реферата логична; изучено достаточное количество источников, имеются ссылки на источники; приведены уместные примеры; сделан обоснованный вывод; имеют место незначительные недочеты в содержании и (или) оформлении реферата.

3 балла (или оценка **«удовлетворительно»)** выставляется обучающемуся, если тема реферата раскрыта неполно и (или) в изложении темы имеются недочеты и ошибки; структура реферата логична; количество изученных источников менее рекомендуемого, сделаны ссылки на источники; приведены общие примеры; вывод сделан, но имеет признаки неполноты и неточности; имеются замечания к содержанию и (или) оформлению реферата.

2 балла (или оценка **«неудовлетворительно»)** выставляется обучающемуся, если содержание реферата имеет явные признаки плагиата и (или) тема реферата не раскрыта и (или) в изложении темы имеются грубые ошибки; материал не структурирован, излагается непоследовательно и сбивчиво; количество изученных источников значительно менее рекомендуемого, неправильно сделаны ссылки на источники или они отсутствуют; не приведены примеры или приведены неверные примеры; отсутствует вывод или вывод расплывчат и неконкретен; оформление реферата не соответствует требованиям.

1.3. ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ НОРМАТИВ

Ин № п/п	Содержание
2 семестр	
1	Упражнения для развития координации «Ласточка»
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа/ в упоре лежа на коленях (девушки)/ от стены из и.п. стоя на вытянутые руки
3	Ортостатическая функциональная проба
4	Наклон вперед из положения сидя на полу (расстояние в см от кончиков пальцев до поверхности опоры (гибкость))
3 семестр	
1	Упражнения для развития координации «Ласточка»
2	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой/ скрещены на груди, ноги закреплены
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа/ в упоре лежа на коленях (девушки)/ от стены из и.п. стоя на вытянутые руки
4	Ортостатическая функциональная проба

5	Наклон вперед из положения сидя на полу (расстояние в см от кончиков пальцев до поверхности опоры (гибкость))
6	Проба Штанге, проба Генчи Оценка
4 семестр	
1	Упражнения для развития координации «Ласточка»
2	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой/ скрещены на груди, ноги закреплены
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа/ в упоре лежа на коленях (девушки)/ от стены из и.п. стоя на вытянутые руки
4	Ортостатическая функциональная проба
5	Наклон вперед из положения сидя на полу (расстояние в см от кончиков пальцев до поверхности опоры (гибкость))
6	Проба Штанге, проба Генчи Оценка
5 семестр	
1	Упражнения для развития координации «Ласточка»
2	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой/ скрещены на груди, ноги закреплены
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа/ в упоре лежа на коленях (девушки)/ от стены из и.п. стоя на вытянутые руки
4	Ортостатическая функциональная проба
5	Наклон вперед из положения сидя на полу (расстояние в см от кончиков пальцев до поверхности опоры (гибкость))
6	Проба Штанге, проба Генчи Оценка
6 семестр	
1	Упражнения для развития координации «Ласточка»
2	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой/ скрещены на груди, ноги закреплены
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа/ в упоре лежа на коленях (девушки)/ от стены из и.п. стоя на вытянутые руки
4	Ортостатическая функциональная проба
5	Наклон вперед из положения сидя на полу (расстояние в см от кончиков пальцев до поверхности опоры (гибкость))
6	Проба Штанге, проба Генчи Оценка

Шкала оценивания: 3 балльная.

Критерии оценивания:

3 балла выставляется обучающемуся, если при выполнении тестовых заданий прослеживается положительная динамика, соблюдены все нормы безопасности и технические характеристики упражнения.

2 балла выставляется обучающемуся, если при выполнении тестовых заданий не прослеживается/фрагментарно прослеживается положительная динамика, частично потерян контроль по соблюдению техники безопасности во время выполнения задания; при выполнении норматива допущены ошибки со стороны техники выполнения упражнения.

2 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

2.1 КОНТРОЛЬНО-ЗАЧЕТНЫЕ ТЕСТИРОВАНИЯ ДЛЯ ОЦЕНКИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Контрольно-зачетные нормативы и требования выполняют только обучающиеся, не имеющие противопоказаний к выполнению движений и упражнений данного вида. У обучающихся, не имеющих противопоказаний, отслеживается динамика результатов по семестрам.

Контрольно-зачетные нормативы представлены шестью заданиями, каждое задание оценивается максимально в 6 баллов. Максимальное количество баллов за выполнение заданий – 36 баллов.

Для допуска к зачету по дисциплине обучающийся должен набрать не менее 24 баллов, выполняя программу в течении семестра, а именно:

- освоить обязательные задания программы;
- выполнить упражнения по определению функциональной и физической подготовленности с учетом имеющегося заболевания по рекомендации врача.

№ п/п	Содержание
1	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на коленях (девушки) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (юноши)
2	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены
3	Наклон вперед из положения сидя на полу (расстояние в см от кончиков пальцев до поверхности опоры (гибкость))
4	Ортостатическая функциональная проба
5	Проба Штанге, проба Генчи
6	Упражнения для развития координации «Ласточка»

Шкала оценивания результатов тестирования: в соответствии с действующей в университете балльно-рейтинговой системой оценивание результатов промежуточной аттестации обучающихся осуществляется в рамках 100-балльной шкалы, при этом максимальный балл по промежуточной аттестации обучающихся по очной форме обучения составляет 36 баллов, по очно-заочной и заочной формам обучения – 60 баллов (установлено положением П 02.016).

Максимальный балл за тестирование представляет собой разность двух чисел: максимального балла по промежуточной аттестации для данной формы обучения (36 или 60).

Шкала оценивания: 6 балльная.

Критерии оценивания:

6 баллов (или оценка **«отлично»)** выставляется обучающемуся, если тема реферата раскрыта полно и глубоко, при этом убедительно и аргументированно изложена собственная позиция автора по рассматриваемому вопросу; структура реферата логична; изучено большое количество актуальных источников, грамотно сделаны ссылки на источники; самостоятельно подобран яркий иллюстративный материал; сделан обоснованный убедительный вывод; отсутствуют замечания по оформлению реферата.

5 балла (или оценка **«хорошо»)** выставляется обучающемуся, если тема реферата раскрыта полно и глубоко, сделана попытка самостоятельного осмысления темы; структура

реферата логична; изучено достаточное количество источников, имеются ссылки на источники; приведены уместные примеры; сделан обоснованный вывод; имеют место незначительные недочеты в содержании и (или) оформлении реферата.

4 балла (или оценка **«удовлетворительно»)** выставляется обучающемуся, если тема реферата раскрыта неполно и (или) в изложении темы имеются недочеты и ошибки; структура реферата логична; количество изученных источников менее рекомендуемого, сделаны ссылки на источники; приведены общие примеры; вывод сделан, но имеет признаки неполноты и неточности; имеются замечания к содержанию и (или) оформлению реферата.

3 балла (или оценка **«неудовлетворительно»)** выставляется обучающемуся, если содержание реферата имеет явные признаки плагиата и (или) тема реферата не раскрыта и (или) в изложении темы имеются грубые ошибки; материал не структурирован, излагается непоследовательно и сбивчиво; количество изученных источников значительно менее рекомендуемого, неправильно сделаны ссылки на источники или они отсутствуют; не приведены примеры или приведены неверные примеры; отсутствует вывод или вывод расплывчат и неконкретен; оформление реферата не соответствует требованиям.

Общий балл по промежуточной аттестации суммируется с баллами, полученными обучающимся по результатам текущего контроля успеваемости в течение семестра.

Обучающиеся выполняют разделы программы, контрольно-зачетные тестирования и требования, в соответствии с учебной программой. Итоговая отметка по элективным дисциплинам по физической культуре и спорту в группах по адаптивной физической культуре выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и посещаемости занятий.

Таблица 1 - Порядок начисления баллов в рамках БРС

Форма контроля	Минимальный балл		Максимальный балл	
	балл	примечание	балл	примечание
Собеседование по теме «Основы техники безопасности на занятиях физической культурой»	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Коррекция техники основных движений»	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Коррекция и развитие координационных способностей»	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Компенсация утраченных или нарушенных функций».	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Профилактика и коррекция соматических нарушений»	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Коррекция и развитие сенсорных систем»	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования

Собеседование по теме «Коррекция психических нарушений в процессе двигательной деятельности»	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Освоение методов мышечной релаксации. Основы дыхательных упражнений».	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме «Диагностика и самодиагностика состояния организма человека. Методы доступного самоконтроля».	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования
Собеседование по теме по теме «Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта».	2	Дан неполный ответ по теме собеседования	4	Дан развернутый ответ по теме собеседования.
Реферат по теме «Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта»	2	Материал подготовлен, содержание соответствует теме	5	Материал подготовлен, содержание соответствует теме, обучающийся излагает и обобщает свои мысли, аргументировано отвечает на вопросы
Индивидуальный норматив	2	Динамика прироста результатов относительно первоначальных не прослеживается	3	Динамика прироста результатов относительно первоначальных прослеживается
Итого	24		48	
Посещаемость	0		16	
Зачет	0		36	
Итого	24		100	