

Министерство образования Республики Башкортостан
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Стерлитамакский
колледж физической культуры,
управления и сервиса

Примерные тестовые задания Республиканской олимпиады профессионального мастерства
обучающихся по специальности среднего профессионального образования
49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

2017 год

Физиология с основами биохимии

1. Физиология это -

- А. наука о строении, форме человеческого организма, его органов и образующих их тканей;
- Б. учение о причинах и условиях возникновения болезни;
- +В. наука о процессах жизнедеятельности и механизмах их регулирования в клетках, тканях, органах, системах органов и в организме в целом;
- Г. наука, изучающая изменения структур человека под влиянием направленных тренировочных нагрузок

2. Функциональная система - это

- А. проявление жизнедеятельности организма и его частей, имеющее приспособительное значение и направленное на достижение полезного результата
- +Б. динамически складывающийся саморегулирующийся комплекс центральных и периферических образований, обеспечивающих достижение полезных приспособительных результатов
- В. способность клеток и тканей переходить из состояния покоя в деятельное состояние
- Г. усвоение поступающих в организм веществ и переработка их в химические соединения, свойственные различным клеткам данного организма

3. Для свертывания крови необходимо присутствие

- А. железа
- Б. йода
- +В. кальция
- Г. калия

4. Адаптация – это

- А. приспособление организма к изменению температуры окружающей среды
- Б. совокупность химических процессов в живом организме, направленных на образование и обновление структурных частей клеток и тканей
- В. поддержание относительного постоянства внутренней среды организма
- +Г. приспособление систем организма к условиям меняющейся внешней и внутренней среды

5. Диссимиляция - это

- А. совокупность процессов анаболизма (биосинтеза) в живом организме, в ходе которых различные простые вещества объединяются в более сложные
- Б. распространение процесса возбуждения или торможения в центральной нервной системе
- +В. сторона обмена веществ, заключающаяся в разрушении органических соединений
- Г. это сложный процесс, который предотвращает или останавливает истечение крови из просвета сосуда

6. Наиболее легко расщепляются в организме

- А. белки
- Б. жиры
- +В. углеводы
- Г. нуклеиновые кислоты

7. Соматическая нервная система управляет функциями:

- +А. скелетной мускулатурой;
- Б. сердца;
- В. желудка;
- Г. печени;

8. Куда передают импульсы двигательные нейроны

- А. в мозг
- +Б. от мозга к органам
- В. в кости
- Г. в сердце

9. Где располагается центральный отдел эндокринной системы

- А. щитовидная железа
- Б. тимус
- В. поджелудочная железа
- +Г. головной мозг

10. Функции спинного мозга

- +А. рефлекторная и проводниковая
- Б. защитная и дыхательная
- В. терморегуляторная
- Г. выделительная

11. Как называется внутриутробный этап онтогенеза

- А. Постнатальный
- +Б. Пренатальный
- В. Перинатальный
- Г. Донатальный

12. Возрастная периодизация: подростковый возраст

- А. 8-11 лет
- +Б. 12-15 лет
- В. 16-20 лет
- Г. 17-21 год

13. Сколько коренных зубов в норме у среднестатистического здорового человека

- А. 20
- Б. 26
- +В. 32
- Г. 36

14. Рост – это

- А. уменьшение количественных показателей
- +Б. увеличение количественных показателей
- В. качественные изменения, появление новых и совершенствование имеющихся качеств
- Г. качественные изменения, связанные с процессами диссимиляции

15. В каком возрасте у ребенка процессы роста преобладают над процессами развития

- +А. до 1 года
- Б. с 1 года до 3 лет
- В. с 3 до 5 лет
- Г. с 5 до 7 лет

16. Утомление мышц связано

- А. с прекращением поступления Са в мышцы
- Б. с накоплением молочной кислоты
- В. с уменьшением количества АТФ
- +Г. с накоплением продуктов обмена и истощением энергетических запасов

17. Физиологические причины перетренированности:

- А. питание спортсмена
- Б. эмоциональное напряжение
- +В. нарушение функциональных возможностей организма спортсмена
- Г. инфекция

18. Зависимость скорости нарастания силы во времени

- А. чем меньше длительность нарастания силы до ее максимального значения, тем ниже скоростно-силовые возможности
- +Б. чем меньше длительность нарастания силы до ее максимального значения, тем выше скоростно-силовые возможности
- В. длительность нарастания силы и скоростно-силовые качества не взаимосвязаны
- Г. нет правильного варианта ответа

19. Активирует работу пищеварительных ферментов в желудке:

- А. серная кислота;
- Б. витамины;
- В. гормоны;
- +Г. соляная кислота;

20. Белки распадаются в тонкой кишке до:

- А. глицерина и жирных кислот;
- Б. глюкозы;
- В. АТФ;

+Г. аминокислот

Анатомия

1. Ткани - это

- А. совокупность клеток, формирующих систему органов
- Б. совокупность клеточных элементов имеющих различное строение и функции
- В. совокупность клеток и межклеточного вещества, характеризующиеся общностью развития, строения и функционирования
- Г. совокупность клеток и межклеточного вещества, характеризующиеся разобщенностью развития, строения и функционирования

2. Эпителиальная ткань подразделяется на:

- А. железистый и покровный эпителий
- Б. железистый и неороговевающий эпителий
- В. покровный и кубический эпителий
- Г. плоский и переходный эпителий

3. Анатомия - это

- А. наука о строении, форме человеческого организма, его органов и образующих их тканей;
- Б. учение о причинах и условиях возникновения болезни;
- В. наука о процессах жизнедеятельности и механизмах их регулирования в клетках, тканях, органах, системах органов и в организме в целом;
- Г. наука изучающая изменения структур человека под влиянием направленных тренировочных нагрузок

4. Физиология - это

- А. наука о строении, форме человеческого организма, его органов и образующих их тканей;
- Б. учение о причинах и условиях возникновения болезни;
- В. наука о процессах жизнедеятельности и механизмах их регулирования в клетках, тканях, органах, системах органов и в организме в целом;
- Г. наука изучающая изменения структур человека под влиянием направленных тренировочных нагрузок

5. Морфология - это

- А. наука о строении, форме человеческого организма, его органов и образующих их тканей;
- Б. учение о причинах и условиях возникновения болезни;
- В. наука о процессах жизнедеятельности и механизмах их регулирования в клетках, тканях, органах, системах органов и в организме в целом;
- Г. наука изучающая изменения структур человека под влиянием направленных тренировочных нагрузок

6. Сколько длится зародышевый период

- А. от момента зачатия до имплантации
- Б. от момента имплантации до образования плаценты
- В. от образования плаценты до 3 месяцев
- Г. от момента образования плаценты до родов

7. Наука, изучающая топографию и строение костей

- А. морфология
- Б. анатомия
- В. миология
- Г. остеология

8. По форме суставных поверхностей суставы бывают

- А. цилиндрический
- Б. одноосный
- В. сложный
- Г. синастоз

9. Тело кости называется

- А. эпифиз
- Б. метафиз
- В. диафиз
- Г. апофиз

10. Какой из позвонков имеет зубовидный отросток

- А. I – шейный (атлант)
- Б. II – шейный (осевой)
- В. VII - шейный
- Г. копчиковые

11. Из сколько позвонков состоит позвоночный столб

- А. 24-26
- Б. 26-28
- В. 33-34
- Г. 35-38

12. Какая из костей имеет мечевидный отросток

- А. грудина
- Б. ребро
- В. ключица
- Г. таз

13. Скелет свободной верхней конечности включает в себя:

- А. лопатку и ключицу
- Б. лопатку и плечевую кость
- В. плечо, предплечье, кисть
- Г. ключицу, кисть

14. Какая из костей черепа имеет форму бабочки

- А. лобная
- Б. теменная
- В. височная
- Г. клиновидная

15. Как называется единица строения мышечного волокна

- А. актомиозин
- Б. саркомер
- В. лимфоцит
- Г. миоглобин

16. Мышцы, выполняющие противоположные виды действия называются

- А. синергисты
- Б. ротаторы
- В. антагонисты
- Г. аддукторы

17. Каков объем крови у среднестатистического здорового человека

- А. 2-3 литра
- Б. 4-6 литров
- В. 5-7 литров
- Г. 7-8 литров

18. Сколько процентов от всего состава крови составляют форменные элементы

- А. 55-60%
- Б. 80-90%
- В. 40-45%
- Г. 25-30%

19. Красные клетки крови, правильной округлой формы, сплюснутые в центре, безъядерные, высокоспециализированные - это

- А. тромбоциты
- Б. лейкоциты
- В. лимфоциты
- Г. эритроциты

20. Количество лейкоцитов у среднестатистического здорового человека

- А. $6-8 \cdot 10^9 / \text{л}$
- Б. $4,8-5,6 \cdot 10^{12} / \text{л}$
- В. 130-140 г/л
- Г. $180-320 \cdot 10^9 / \text{л}$

21. Сколько отделов включает в себя ротовая полость

- А. 2
- Б. 3
- В. 4
- Г. 5

22. Пищеварительный канал состоит из

- А. ротовая полость, глотка, трахея, пищевод, желудок, тонкий и толстый кишечник
- Б. ротовая полость, пищевод, желудок, тонкий и толстый кишечник, печень, поджелудочная железа
- В. ротовая полость, глотка, пищевод, желудок, тонкий и толстый кишечник
- Г. ротовая полость, трахея, пищевод, желудок, печень

23. К воздухоносным путям относят

- А. полость носа, гортань, трахея, бронхи
- Б. легкие, бронхи, желудок
- В. полость носа, легкие, альвеолы
- Г. полость носа, бронхи, пищевод

24. Сколько долей имеет правое легкое

- А. 2
- Б. 3
- В. 4
- Г. 5

25. Какие слои выделяют в строении кожи

- А. эпидермис и дерма
- Б. собственно кожа и подкожно-жировая клетчатка
- В. эпидермис и подкожно-жировая клетчатка
- Г. эпидермис, дерма, подкожно-жировая клетчатка

26. Какой из слоев кожи выполняет дыхательную функцию

- А. эпидермис
- Б. дерма
- В. подкожно-жировая клетчатка
- Г. надкожица

27. К органам выделения относят

- А. почки и мочевые пути
- Б. желудочно-кишечный тракт, почки, сердце
- В. желудочно-кишечный тракт, почки, легкие, кожа
- Г. желудочно-кишечный тракт, печень, легкие

28. Анатомо-функциональной единицей почек является

- А. миофибрилла
- Б. нефрон
- В. гепатоцит
- Г. саркомер

29. К внутренним женским половым органам относят:

- А. яичники, большие половые губы, матка, клитор
- Б. малые половые губы, матка, преддверие влагалища
- В. яичники, маточные трубы, матка, влагалище
- Г. матка, половая щель, предстательная железа

30. К внутренним мужским половым органам относят:

- А. яичко, придаток яичка, семявыносящий проток, семенной канатик, предстательная железа
- Б. яичко, придаток яичка, семявыносящий проток, клитор
- В. яичко, придаток яичка, семявыносящий проток, семенной канатик, мошонка
- Г. мошонка, половой член и предстательная железа

31. Где (топографически) располагается гипофиз

- А. за щитовидным хрящом
- Б. в затылочной области
- В. в области грудины
- Г. в области турецкого седла

32. Какие гормоны вырабатывает гипоталамус

- А. ТТГ, СТГ, ФСГ, ЛГ, АКТГ, инсулин
- Б. мелатонин, сератонин, гломерулотропин, тироксин
- В. либерины и статины
- Г. кортизон, гидрокортизон, кортикостерон, АТФ

33. Анатомо-функциональной единицей нервной ткани является

- А. нейрон
- Б. миофибрилла
- В. гепатоцит
- Г. саркомер

34. Скопление тел нейронов - это

- А. белое вещество
- Б. серое вещество
- В. нерв
- Г. ганглии

35. Сколько отделов имеет головной мозг

- А. 3
- Б. 4
- В. 5
- Г. 6

36. Где располагается центральный отдел зрительного анализатора

- А. затылочная доля
- Б. теменная доля
- В. медиальное коленчатое тело
- Г. латеральное коленчатое тело

37. Гетерохронность - это

- А. рост и развитие отдельных органов, их систем и всего организма происходит равномерно и одновременно
- Б. ускорение физического развития детей и подростков
- В. постепенность развития различных органов и систем
- Г. рост и развитие отдельных органов, их систем и всего организма происходят неравномерно и неодновременно

38. Акселерация - это

- А. рост и развитие отдельных органов, их систем и всего организма происходит равномерно и одновременно
- Б. ускорение физического развития детей и подростков
- В. постепенность развития различных органов и систем
- Г. рост и развитие отдельных органов, их систем и всего организма происходят неравномерно и неодновременно

39. В каком возрасте у ребенка процессы роста преобладают над процессами развития

- А. до 1 года
- Б. с 1 года до 3 лет
- В. с 3 до 5 лет
- Г. с 5 до 7 лет

40. С какого возраста замедляется рост и ускоряется развитие

- А. с 5 до 7 лет
- Б. с 7 до 11 лет
- В. с 11 до 12 лет
- Г. с 15 до 18 лет

41. Какой вес и рост ребенка при рождении считается нормальным

- А. 2800-3100 г, 36-38 см
- Б. 2500-2600 г, 52-54 см
- В. 4200-4400 г, 46-48 см
- Г. 3200-3400 г, 52-54 см

42. Возрастная периодизация: дошкольный возраст

- А. 1-3 года

- Б. 3-7 лет
- В. 2-5 лет
- Г. 1-7 лет

43. Адаптация - это

- А. приспособление организма к изменению температуры окружающей среды
- Б. совокупность химических процессов в живом организме, направленных на образование и обновление структурных частей клеток и тканей
- В. неспецифическая, приспособительная реакция организма на действие сверхпорогового раздражителя
- Г. приспособление систем организма к условиям меняющейся внешней и внутренней среды

44. Стресс - это

- А. приспособление организма к изменению температуры окружающей среды
- Б. совокупность химических процессов в живом организме, направленных на образование и обновление структурных частей клеток и тканей
- В. неспецифическая, приспособительная реакция организма на действие сверхпорогового раздражителя
- Г. приспособление систем организма к условиям меняющейся внешней и внутренней среды

45. Процесс адаптации по механизмам развития разделяется на

- А. истощение и резистентность
- Б. срочную и долговременную адаптации
- В. функциональную и морфофункциональную
- Г. общую и частную

46. Фенотипическая адаптация - это

- А. процесс приспособления к условиям внешней среды популяций (совокупности особей одного вида) с помощью наследственных изменений и природного отбора и происходит на протяжении нескольких поколений.
- Б. процесс срочного функционального приспособления организма к совершаемой им работе
- В. это процесс структурных перестроек в организме, которые происходят в результате накопления в нем эффектов многократно повторенной срочной адаптации
- Г. приспособительский процесс, который развивается у отдельной особи на протяжении жизни в ответ на действие различных факторов внешней среды

47. Генотипическая адаптация - это

- А. процесс приспособления к условиям внешней среды популяций (совокупности особей одного вида) с помощью наследственных изменений и природного отбора и происходит на протяжении нескольких поколений.
- Б. процесс срочного функционального приспособления организма к совершаемой им работе
- В. это процесс структурных перестроек в организме, которые происходят в результате накопления в нем эффектов многократно повторенной срочной адаптации
- Г. приспособительский процесс, который развивается у отдельной особи на протяжении жизни в ответ на действие различных факторов внешней среды

48. Основным механизмом адаптации организма является

- А. условия внешней среды
- Б. стресс
- В. условия внутренней среды
- Г. иммунитет

49. Какие разделы входят в функциональную анатомию

- А. синдесмология, миология, неврология, кинезиология
- Б. миология, остеология, кардиология, спланхнология
- В. остеология, кинезиология, кардиология, нефрология
- Г. синдесмология, остеология, нефрология, андрология

50. Синдесмология - это

- А. наука о нервной системе
- Б. наука о соединениях костей
- В. наука о костях
- Г. наука о мышцах

51. Во время тренировки мышцы

- А. увеличивают свой объем, силу и выносливость
- Б. уменьшают свой объем, силу и выносливость
- В. не изменяют свой объем, силу и выносливость
- Г. увеличивают свою растяжимость и сократимость

52. Утомление мышц связано

- А. с прекращением поступления С1 в мышцы
- Б. с накоплением соляной кислоты
- В. с уменьшением количества эритроцитов
- Г. с накоплением продуктов обмена и истощением энергетических запасов

53. Зависимость скорости нарастания силы во времени

- А. чем меньше длительность нарастания силы до ее максимального значения, тем ниже скоростно-силовые возможности
- Б. чем меньше длительность нарастания силы до ее максимального значения, тем выше скоростно-силовые возможности
- В. длительность нарастания силы и скоростно-силовые качества не взаимосвязаны
- Г. нет правильного варианта ответа

54. Гиподинамия - это

- А. ограничение двигательной активности, обусловленное особенностями образа жизни, профессиональной деятельности.
- Б. повышение двигательной активности, обусловленное особенностями образа жизни, профессиональной деятельности.
- В. утрата органом какой-либо функции или прекращение его деятельности
- Г. потеря произвольных движений вследствие нарушения иннервации

55. Основной способ коррекции нарушений свода стопы

- А. оперативное лечение
- Б. ЛФК и массаж
- В. медикаментозное лечение
- Г. лечение положением

56. К способу коррекции нарушения осанки относят

- А. ношение ортопедической обуви
- Б. ношение корсета
- В. постельный режим
- Г. медикаментозное лечение

57. Фактор, влияющий на появление функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата

- А. ожирение
- Б. неправильная посадка за столом
- В. ношение неправильной обуви
- Г. все ответы верны

58. Одним из основных способов коррекции зрения является

- А. ношение очков и контактных линз
- Б. хирургическое лечение
- В. витаминотерапия
- Г. лечебная физкультура

59. Одним из способов коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата при детском церебральном параличе является

- А. лечение положением, ношение костюма «Гравистат»
- Б. медикаментозная терапия
- В. ампутации
- Г. операция на головном мозге

60. Инновационный способ коррекции нарушения слуха

- А. удаление слухового нерва
- Б. ношение слухового аппарата
- В. иппотерапия
- Г. кохлеарная имплантация

Теория и организация АФК

1. *Какие обстоятельства вынудили руководство олимпийским движением Советского Союза обратить внимание на развитие спорта инвалидов?*

а. Генеральная Ассамблея ООН объявила 1981 год Международным годом инвалидов под лозунгом «Спорт для всех!»;

б. Учреждение в 1982 году Международного координационного комитета по спорту инвалидов в мире;

в. Хуан Антонио Самаранч, поддержав идею Паралимпийских игр, объявил об их курировании Международным олимпийским комитетом;

г. Решение МОК о допуске к будущей Олимпиаде только тех стран, которые принимают участие в паралимпийском движении.

2. *Адаптивное физическое воспитание (образование), как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в:*

а. самоактуализации, максимально возможной реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в социализации.

б. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности;

в. формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре. в. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

г. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

3. *Адаптивный спорт, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности личности в:*

а. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства.

б. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

в. самоактуализации, максимально возможной реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в социализации и коммуникативной деятельности.

г. подготовке ее к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

4. *Адаптивная двигательная рекреация, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в:*

а. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

б. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

в. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

г. реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации.

5. *Адаптивная физическая реабилитация, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в:*

а. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

б. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

в. лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда, в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности).

г. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

б. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяют потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в:

а. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства.

б. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

в. восстановлении временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности).

г. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

7. Экстремальные виды двигательной активности, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяют потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в:

а. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

б. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

в. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

г. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства.

8. Автором большинства глав и общим редактором первого учебника по теории и организации адаптивной физической культуры является профессор:

а. Евсеев С. П.

б. Бирюков А. А.

в. Лубышева Л. И.

г. Чесноков Н. Н.

9. Какая ценностная (аксиологическая) концепция отношения общества к инвалидам выдвигает положение о том, что здоровые люди должны контролировать ресурсы и жизнь людей с ограниченными возможностями?

а. «Я-Концепция».

б. Концепция социальной полезности лиц с ограниченными возможностями.

в. Личностно-ориентированная концепция.

г. Концепция инвалидизма.

10. Согласно какой ценностной (аксиологической) концепции отношения общества к инвалидам, ограниченные возможности расцениваются как существенный недостаток человека?

а. Концепции социальной полезности лиц с ограниченными возможностями.

б. Концепции инвалидизма.

в. Личностно-ориентированной концепции.

г. «Я-Концепции».

11. Какая ценностная концепция отношения общества к лицам с ограниченными возможностями, является «смягченным» вариантом концепции инвалидизма?

А. «Я-Концепция».

Б. Концепции социальной полезности лиц с ограниченными возможностями.

В. Личностно-ориентированная концепция.

Г. Гуманистическая концепция.

12. В какой аксиологической концепции поведения общества по отношению к лицам с ограниченными возможностями, инвалиды рассматриваются как источник дешевой рабочей силы?

а. Концепции социальной полезности лиц с ограниченными возможностями.

б. Концепции инвалидизма.

в. Личностно-ориентированной концепции.

г. «Я-Концепции».

13. Какая ценностная (аксиологическая) концепция поведения общества по отношению к лицам с ограниченными возможностями фактически выражает социальное притеснение и дискриминацию таких людей?

а. «Я-Концепция».

б. Концепции социальной полезности лиц с ограниченными возможностями.

в. Личностно-ориентированная концепция.

г. Концепции инвалидизма.

14. Какие идеи заложены в основе личностно-ориентированной концепции отношения общества к лицам с ограниченными возможностями?

а. Формирование всесторонне развитых полезных членов общества.

б. Подготовка лиц с отклонениями в развитии к жизни, полезной для общества.

в. Признание самоценности личности человека с ограниченными возможностями.

г. Специальное обучение и воспитание лиц с умственными и физическими ограничениями в специализированных образовательных учреждениях.

15. *Цель адаптивной физической культуры как вида физической культуры может быть определена так:*

а. максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего стойкое отклонение в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

б. целенаправленное решение коррекционных, компенсаторных, профилактических образовательных, воспитательных и оздоровительно-развивающих задач в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность, в процессе их комплексной реабилитации, а также осуществление типичного для конкретных исторических условий образа жизни, достижение соответствующего уровня ее качества.

в. удовлетворение потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

г. удовлетворение потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства.

16. *Предметом профессиональной деятельности в АФК как педагога, так и занимающихся является:*

а. максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего стойкое отклонение в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

б. целенаправленное решение коррекционных, компенсаторных, профилактических образовательных, воспитательных и оздоровительно-развивающих задач в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность, в процессе их комплексной реабилитации, а также осуществление типичного для конкретных исторических условий образа жизни, достижение соответствующего уровня ее качества.

в. удовлетворение потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

г. удовлетворение потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства.

17. *На какое время приходится развитие реабилитационного спорта в мире?*

а. 1948-1959 г.г.

б. 1568-1590 г.г.

в. 1240-1242 г.г.

г. 1996-1998 г.г.

18. *Когда прошли первые Олимпийские игры для инвалидов с поражением органов опоры и движения?*

а. 1860 г.

б. 1960 г.

в. 1641 г.

г. 1745 г.

19. Перечислите 3 ценностных (аксиологических) концепции отношения общества к инвалидам:

а. Воспитательные. Оздоровительные. Развивающие.

б. Инвалидизма. Социальной полезности лиц с ограниченными возможностями. Личностно-ориентированная.

в. Коррекционные. Компенсаторные. Профилактические.

г. Интегративные. Социальные. Инвалидные.

20. Что стало первым этапом развития реабилитационного спорта?

а. Олимпийские игры.

б. Паралимпийские игры.

в. ЛФК.

г. Физическая культура.

21. Когда и кем было представлено первое документированное свидетельство успешного индивидуального обучения глухих детей (Испания)?

а. 1578 г. Педро Понсе де Леон

б. 1550-1575 гг. Дж. Кардано

в. 1486 г. Я. Шпренгер, Г. Крамер

г. 1967 г. Г. Поттер

б. Объектом профессиональной деятельности специалиста по АФК являются:

а. Любое государственное учреждение

б. Любое негосударственное учреждение

в. Государственные учреждения и организации различной ведомственной подчиненности, а также негосударственные предприятия и структуры

г. Государственные учреждения и организации различной ведомственной подчиненности, а также негосударственные предприятия и структуры, в которых проживают, обучаются, трудятся, лечатся, отдыхают, тренируются, соревнуются лица с отклонениями в состоянии здоровья

22. Основоположниками АФК и спорта для лиц с умственной отсталостью в нашей стране являются:

а. Жозеф Тисо, Генрик Линк, Терренкур

б. В.В. Гориневский, И.М. Саркизов-Сиразини, И.А. Богашов

в. Рей Мак-Кензи, Людвиг Гутма, Мальвитц

г. Д.И. Азбукин, А.Н. Граборов, Г.М. Дульнев

23. Основоположниками АФК и спорта для лиц с умственной отсталостью за рубежом являются:

а. В.В. Гориневский, И.М. Саркизов-Сиразини, И.А. Богашов

б. Рей Мак-Кензи, Людвиг Гутма, Мальвитц

в. Юнис Кеннеди Шрайвер

г. Д.И. Азбукин, А.Н. Граборов, Г.М. Дульнев

24. Кто изобрел шрифт для слепых?

а. Л. Брайль

б. Мальвитц

в. Генрик Линк

г. Жозеф Тисо

25. Где и когда был принят Закон о специальном образовании, предусматривающий взаимодействие между общеобразовательной и специальной школами?

а. 1990 г. Россия

б. 1941 г. Германия

в. 1968 г. Италия

г. 1970 г. Бельгия

26. Сколько этапов развития адаптивного спорта инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата было в России?

а. 2

б. 4

в. 6

г. 3

27. Доминирующими в АФК и всех ее видах являются следующие виды задач:

- а. коррекционно-развивающие и оздоровительные;
- б. образовательные и воспитательные;
- в. компенсаторные и профилактические;
- г. образовательные и развивающие.

28. *Какие обстоятельства вынудили руководство олимпийским движением Советского Союза обратить внимание на развитие спорта инвалидов в стране?*

- а. объявление генеральной ассамблеей оон 1981 года — международным годом инвалидов под лозунгом «спорт для всех!».
- б. учреждение в 1982 году международного координационного комитета по спорту инвалидов в мире.
- в. поддержка президентом мексика хуан антонио самаранчем идеи паралимпийских игр, и объявление об их курировании международным олимпийским комитетом.
- г. решение мексика о допуске к будущей олимпиаде только тех стран, которые принимают участие в паралимпийском движении.

Медицинские основы адаптивной физической культуры и спорта

1. Патология изучает:

- А. морфологию органов и систем;
- Б. функции органов и систем;
- В. физиологическое обоснование физической культуре;
- Г. наиболее общие причины, закономерности и механизмы развития болезней.

2. Патофизиологические опыты на животных:

- +А. позволяют моделировать болезни;
- Б. удовлетворяют потребности экспериментатора;
- В. служат самоцелью для исследователя;
- Г. противоречат гуманизму.

3. Здоровье – это:

- А. отсутствие болезней или дефектов;
- Б. состояние спортивной тренированности;
- В. форма особой жизнедеятельности организма;
- Г. состояние полного физического, психического и социального благополучия.

4. Патогенез:

- А. состояние организма;
- Б. учение о причинах и условиях возникновения болезни;
- В. учение о механизмах развития и исхода болезни;
- Г. состояние детренированности организма.

5. Этиология:

- А. состояние организма;
- Б. учение о причинах и условиях возникновения болезни;
- В. учение о механизмах развития и исхода болезни;
- Г. воспалительный процесс.

6. Какая группа лиц наиболее часто страдают бронхо-легочными заболеваниями

- А. гиперстеники
- Б. астеники
- В. нормостеники
- Г. заболеваемость не зависит от типа конституции

7. Саногенез:

- А. учение о восстановлении здоровья;
- Б. учение о причинах и условиях возникновения болезни;
- В. учение о механизмах развития и исхода болезни;
- Г. состояние тренированности организма.

8. Дистрофия – это:

- А. уменьшение массы тела;
- Б. уменьшение массы органа;
- В. нарушение обмена веществ в клетках и тканях;
- Г. состояние физической детренированности.

9. Проллиферация – это:

- А. разрастание ткани путем деления клеток
- Б. повреждение клеток и тканей;
- В. нарушение кровообращения;
- Г. заболевание почек.

10. Кома - это

- А. патологическое состояние организма, вызванное подавлением функции ЦНС, проявляющаяся утратой реакции на внешние раздражители, нарушением дыхания, кровообращения
- Б. быстро возникающее резкое ослабление всех жизненных функций организма, вследствие резкого снижения артериального давления
- В. острая генерализованная реакция организма в ответ на действие чрезвычайных раздражителей, обусловленная быстрым и сильным внешним раздражением нервной системы
- Г. кратковременная потеря сознания с резкой бледностью, ослаблением кровообращения и дыхания, гипоксией головного мозга

11. Шок - это

- А. патологическое состояние организма, вызванное подавлением функции ЦНС, проявляющаяся утратой реакции на внешние раздражители, нарушением дыхания, кровообращения
- Б. быстро возникающее резкое ослабление всех жизненных функций организма, вследствие резкого снижения артериального давления
- В. острая генерализованная реакция организма в ответ на действие чрезвычайных раздражителей, обусловленная быстрым и сильным внешним раздражением нервной системы
- Г. кратковременная потеря сознания с резкой бледностью, ослаблением кровообращения и дыхания, гипоксией головного мозга

12. Обморок - это

- А. патологическое состояние организма, вызванное подавлением функции ЦНС, проявляющаяся утратой реакции на внешние раздражители, нарушением дыхания, кровообращения
- Б. быстро возникающее резкое ослабление всех жизненных функций организма, вследствие резкого снижения артериального давления
- В. острая генерализованная реакция организма в ответ на действие чрезвычайных раздражителей, обусловленная быстрым и сильным внешним раздражением нервной системы
- Г. кратковременная потеря сознания с резкой бледностью, ослаблением кровообращения и дыхания, гипоксией головного мозга

13. Коллапс - это

- А. патологическое состояние организма, вызванное подавлением функции ЦНС, проявляющаяся утратой реакции на внешние раздражители, нарушением дыхания, кровообращения
- Б. быстро возникающее резкое ослабление всех жизненных функций организма, вследствие резкого снижения артериального давления
- В. острая генерализованная реакция организма в ответ на действие чрезвычайных раздражителей, обусловленная быстрым и сильным внешним раздражением нервной системы
- Г. кратковременная потеря сознания с резкой бледностью, ослаблением кровообращения и дыхания, гипоксией головного мозга

14. Аллергия - это

- А. совокупность химических процессов в живом организме, направленных на образование и обновление структурных частей клеток и тканей
- Б. самопереваривание тканей или их частей под действием собственных ферментов
- В. патологическая реакция организма в ответ на попадание во внутреннюю среду каких-либо веществ из внешней среды
- Г. состояние, характеризующееся необратимыми процессами в коре головного мозга вследствие прекращения обмена веществ

15. Кахексия

- А. резкое истощение
- Б. патологическое разрастание соединительной ткани
- В. произвольное чередование мышечных сокращений с последующим их расслаблением
- Г. отложение солей кальция в тканях и патологических очагах

16. Канцерогенез – это

- А. процесс формирования организма
- Б. процесс повышения температуры
- В. процесс развития опухолей любого типа
- Г. заболевание легочной ткани

17. Стресс – это

- А. реакция организма на патологические микроорганизмы
- Б. состояние, характеризующееся головной болью
- В. неспецифическая реакция организма на действия любых чрезвычайно сильных или патогенных раздражителей, проявляющаяся общим адаптационным синдромом
- Г. состояние, характеризующееся резким падением артериального давления

18. Что является аллергической реакцией

- А. анафилактический шок
- Б. коллапс
- В. дизентерия
- Г. стресс

19. Клетки крови, отвечающие за иммунитет

- А. эритроциты
- Б. тромбоциты
- В. лейкоциты
- Г. остециты

20. Анемия – это

- А. заболевание, характеризующееся недостатком кальция
- Б. заболевание, характеризующееся недостатком калия
- В. заболевание, характеризующееся недостатком йода
- Г. заболевание, характеризующееся недостатком железа

ПМ.01 «Организация адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях»

1. Основная цель адаптивной физической культуры

+А. максимально возможное развитие жизнеспособности человека с ограниченными возможностями здоровья

Б. адаптация к условиям среды

В. самораскрытие и самореализация

Г. достижение физического совершенства

2. Сколько видов специальных коррекционных образовательных учреждений выделяют

А. VI

Б. VII

+В. VIII

Г. IX

3. В обучении детей с нарушениями в развитии применяются методы:

А. наглядные

Б. словесные

В. практические

+Г. все ответы верны

4. Мозговое поражение на ранней стадии внутриутробного развития при детском церебральном параличе приводит к:

+А. недоразвитию интеллекта ребенка

Б. неравномерному характеру психического развития

В. общему недоразвитию речи

Г. ни одного из вышеперечисленных

5. Умственная отсталость – это:

А. психическое заболевание, проявляющееся изменением личности в виде шизофренического дефекта

+Б. стойкое нарушение познавательной деятельности вследствие органического поражения коры головного мозга

В. нервно-психическое возбуждение, характеризующееся расстройством эмоционально-волевой сферы

Г. ни одного из вышеперечисленных

6. Особенность задержки психического развития является:

+А. однородность нарушений высших психических функций

Б. мозаичность нарушений высших психических функций

В. постоянство нарушений высших психических функций

Г. ни одного из вышеперечисленных

7. Стойкая потеря слуха, при которой невозможно самостоятельное овладение речью и разборчивое восприятие речи даже на самом близком расстоянии от уха – это:

А. тугоухость

Б. афония

+В. тотальная глухота

Г. дисфония

8. Уроки, направленные на организацию досуга, отдыха, игровой деятельности – это уроки:

А. спортивной направленности

+Б. рекреационной направленности

В. оздоровительной направленности

Г. образовательной направленности

9. Специалисты, работающие с детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

А. оториноларинголог, олигофренопедагог, нарколол

+Б. ортопед, психоневролог, физиотерапевт, инструктор ЛФК, массажист

В. эндокринолог, офтальмолог, психиатр

Г. все ответы верны

10. Составная часть специальной педагогики, представляющая собой систему научных знаний об образовании лиц с нарушениями слуха – это:

А. логопедия

Б. тифлопедагогика

+В. сурдопедагогика

Г. олигофренопедагогика

11. Слабослышащие и позднооглохшие дети могут воспитываться и обучаться в специальных коррекционных образовательных учреждениях:

А. I вида

+Б. II вида

В. V вида

Г. VIII вида

12. Укажите критические периоды в развитии ребенка:

А. 2, 4, 6, 8, 10 лет

Б. 1, 3, 5, 7, 9 лет

+В. 1, 2, 3, 6-7, 12-13 лет

Г. 6 мес., 1, 2, 5-6, 14-15 лет

13. Наиболее тесно адаптивная физическая культура взаимодействует с:

А. медициной

+Б. специальной педагогикой и психологией

В. общей педагогикой

Г. общей психологией

14. Технику безопасного падения начинают с изучения:

А. группировки

Б. кувырков

В. перекатов

+Г. все ответы верны

15. К основным правилам страховки и страховки-помощи относятся:

А. знание техники и понимание особенностей структуры осваиваемого упражнения

Б. правильный выбор места расположения страхующего в соответствии с наиболее трудными и опасными элементами выполнения упражнения, где наиболее вероятен срыв или падение

В. приёмы страховки-помощи применять по мере необходимости на начальных этапах освоения движений или при внесении элементов его усложнения

+Г. все ответы верны

16. Единство коррекционной работы с ребенком и его окружением, прежде всего с родителями – это принцип:

+А. принцип приоритетной роли микросоциума

Б. принцип оптимальности педагогических воздействий

В. принцип адекватности педагогических воздействий

Г. принцип компенсаторной направленности

17. Оборудование, используемое на уроках адаптивной физической культурой:

А. протезные изделия

Б. специальные средства для самообслуживания и ухода

+В. специальное тренажерное, спортивное оборудование и инвентарь

Г. специальные средства для занятий трудовой деятельностью

18. Планирование инструктора по физической культуре, разрабатываемое на длительный период:

+А. календарное

Б. перспективное

В. поурочное

Г. тематическое

19. Основной нормативный документ, регламентирующий права инвалидов в России

А. Конституция РФ

Б. Трудовой кодекс РФ

В. закон «О социальной защите инвалидов»

+Г. все ответы верны

20. Что не является носителем содержания специального образования:

А. учебные планы

Б. учебные программы

В. учебники

+Г. урок

ПМ.02 «Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам»

1. Задачи адаптивного физического воспитания

- А. коррекционные
- Б. профилактические
- В. компенсаторные
- +Г. верно все

2. Физическая культура - это

- А. Это вид физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества.
- Б. Это состояние полного физического, душевного и социального благополучия
- +В. Это органическая часть культуры общества и самого человека; основу ее специфического содержания составляет рациональное использование человеком двигательной деятельности в качестве фактора физической подготовки к жизненной практике, оптимизации своего физического состояния и развития.
- Г. Урок, проводимый в учебных заведениях и направленный на гармоничное развитие личности

3. Особое внимание учитель по физической культуре должен обращать:

- А. на качество выполнения двигательного действия
- +Б. на самочувствие учащегося
- В. на скорость выполнения заданий
- Г. на количество выполненных заданий в единицу времени

4. Критерии оценки здоровья:

- А. Уровень социального благополучия, степень сопротивляемости неблагоприятным воздействиям, уровень физического развития и степень его гармоничности
- Б. Наличие или отсутствие острых заболеваний
- +В. Наличие или отсутствие хронических заболеваний, уровень функционирования основных систем организма, степень сопротивляемости неблагоприятным воздействиям, уровень физического развития и степень его гармоничности
- Г. Наличие или отсутствие хронических заболеваний

5. К первой группе здоровья относят:

- А. Здоровые, с морфофункциональными отклонениями, без хронических заболеваний, но имеющие отклонения в физическом развитии;
- Б. Больные хроническими заболеваниями в стадии субкомпенсации, часто болеющие, со сниженной трудоспособностью;
- +В. Здоровые, не имеющие хронических заболеваний, с соответствующим возрасту физическим развитием. Редко болеют;
- Г. Больные хроническими заболеваниями в стадии компенсации; редко болеют острыми заболеваниями, хорошо себя чувствуют, имеют высокую работоспособность.

6. Переход из специальной медицинской группы в подготовительную возможен

- +А. при условии положительных результатов лечения и успехов при занятиях физкультурой, то есть при наличии положительной динамики
- Б. по желанию учащегося
- В. по желанию учителя
- Г. если учащийся может сдать все контрольные нормативы

7. Этиология:

- А. состояние организма;
- +Б. учение о причинах и условиях возникновения болезни;
- В. учение о механизмах развития и исхода болезни;
- Г. воспалительный процесс.

8. К заболеваниям обмена веществ относят

- А. сахарный диабет, гипотиреоз, артрит
- Б. бронхоэктатическая болезнь, геморрой, стенокардия
- В. остеопороз, миома, гломерулонефрит
- +Г. сахарный диабет, подагра, ожирение

9. К диспепсическим расстройствам относят

- А. запор, понос, дизурия
- Б. рвота, понос, высокая температура
- +В. тошнота, рвота, метеоризм
- Г. головная боль, тошнота, одышка

10. Дренажные упражнения

- А. Упражнения проводимые в условиях водной среды
- +Б. Упражнения, способствующие оттоку отделяемого из бронхов
- В. Ходьба и бег
- Г. Упражнения на тренажерах и специальных аппаратах

11. Реабилитация - это

- +А. завершающий этап общего лечебного процесса
- Б. начальный этап общего лечебного процесса
- В. единственно возможный метод лечения
- Г. промежуточный этап общего лечебного процесса

12. Основное средство физической реабилитации

- А. подвижные игры
- +Б. физические упражнения
- В. закаливание
- Г. массаж

13. Противопоказание к назначению ЛФК

- А. Наличие хронических заболеваний
- Б. Инфаркт миокарда
- В. Варикозное расширение вен нижних конечностей
- +Г. Острый период заболевания

14. К упражнениям большой интенсивности относятся

- А. Упражнения с охватом малых и средних мышечных групп, дыхательные упражнения (статического характера) и упражнения, направленные на расслабление мышц.
- Б. Упражнения с охватом средних и крупных групп мышц и суставов. Используют дыхательные упражнения (динамического характера), упражнения с гимнастическими предметами, малоподвижные игры.
- +В. Упражнения с вовлечением большого количества мышечных групп и суставов, упражнения на гимнастических снарядах, с отягощением и сопротивлением, быстрая ходьба, бег, прыжки, игры и др.
- Г. Упражнения на тренажерах

15. Главное отличие двигательных действий, используемых в АФК, от предметных состоит в том, что

- А. предметные действия предполагают использование какого-либо предмета, в то время как в АФК предметы не используются
- +Б. итоговый результат, по которому судят о качестве действий, наличии ошибок, во втором случае находится вне самих действий (прорезь в доске, деталь, буквы на бумаге), а в первом – выражается их исполнительной (моторной) частью
- В. предметные действия не требуют какой-либо подготовленности, в то время как в АФК нужна специальная подготовка
- Г. при выполнении двигательных действий происходит перемещение в пространстве, в то время как при выполнении предметных действий перемещения не происходит

16. Принципы построения занятий в специальных медицинских группах

- +А. всесторонности, сознательности, постепенности
- Б. активности, целенаправленности, систематичности
- В. постепенности, активности, цикличности
- Г. индивидуальности, сознательности, систематичности

17. Какие физкультурно-оздоровительные мероприятия проводятся в режиме учебного дня в школе

- А. урок физической культуры, спортивно-массовое мероприятие
- Б. уроки физической культуры, физкультпаузы

+В. физкультминутки, физкультпаузы, подвижные игры

Г. физкультминутки, соревнования по видам спорта

18. К основным видам физической помощи относятся:

А. поддержка при выполнении упражнений

Б. нахождение учителя рядом

+В. помощь проводкой, поддержка фиксаций, помощь подталкиванием

Г. подталкивание учащегося для выполнения действия

19. Основная форма взаимодействия с родителями или лицами их заменяющими

+А. беседа

Б. лекции, семинары

В. стенгазеты

Г. приказы

20. Какие двигательные действия можно выполнять на тредмиле на занятиях по оздоровительной физической культуре

А. прыжки

+Б. ходьба, бег

В. подвижные игры

Г. метания

МДК 03.01 «Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя АФК»

1. *Методическая работа - это:*

- а) методическое сопровождение профильного обучения в специальном (коррекционном) учреждении;
- б) основной вид образовательной деятельности, представляющий собой совокупность мероприятий, проводимых администрацией школы, учителями и воспитателями в целях овладения методами и приемами учебно-воспитательной работы, творческого применения их на уроке и во внеклассной работе, поиска новых, наиболее рациональных и эффективных форм и методов организации, проведения и обеспечения образовательного процесса;
- в) изучение запросов и оказание практической помощи молодым специалистам, педагогическим и руководящим работникам в период подготовки их к аттестации;
- г) организация работы методического объединения педагогических работников образовательных учреждений.

2. *Объектом методической деятельности является:*

- а) приемы и методы, способы реализации и регуляции процесса формирования новых знаний и умений с учетом специфики содержания конкретного предмета;
- б) процесс формирования специальных знаний, умений, навыков;
- в) педагог или коллектив педагогов;
- г) методически переработанный, отобранный учебный материал в различных формах представления информации.

3. *Планирование физического воспитания — это:*

- а) предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;
- б) предварительная разработка методического обеспечения процесса адаптивного физического воспитания;
- в) контроль качества выполнения теоретической и практической деятельности, основываясь на изучении основных документов;
- г) анализ и систематизация задач, содержания, теории и методики обучения в процессе физического воспитания методики.

4. *В основе планирования лежит принцип:*

- а) методической обеспеченности;
- б) индивидуального подхода;
- в) педагогической направленности;
- г) целеполагания.

5. *Планирование в адаптивном физическом воспитании НЕ предполагает выполнение следующего пункта:*

- а) выполнение статистической обработки результатов адаптивного физического воспитания за предыдущий период;
- б) вероятностное определение цели;
- в) систему заранее разрабатываемых содержательных и методических мероприятий;
- г) общий порядок построения физического воспитания на соответствующий отрезок времени.

6. *Перспективное планирование – это:*

- а) планирование, которое охватывает этапы работы (например, планирование на учебную четверть);
- б) планирование на длительный срок (например, на несколько лет с распределением программного материала по годам);
- в) планирование, которое осуществляется на ближайшее время (например, на предстоящее занятие);
- г) перспектива стать хорошим педагогом.

7. *Педагогическая инновация — это:*

- а) нововведение в области педагогики, целенаправленное прогрессивное изменение, вносящее в образовательную среду стабильные элементы (новшества), улучшающие характеристики, как отдельных ее компонентов, так и самой образовательной системы в целом;
- б) один из способов индивидуальной оценки знаний обучающегося, который представляет собой

накопительную систему;

в) это дидактическое средство, позволяющее обучать целенаправленной деятельности по нахождению способа решения проблемы путем решения задач, вытекающих из этой проблемы при рассмотрении ее в определенной ситуации;

г) это специальная форма организации познавательной деятельности, при которой практически все учащиеся оказываются вовлеченными в процесс познания, имеют возможность понимать и рефлексировать по поводу того, что они знают и думают;

8. *Интерактивное обучение – это:*

а) один из способов индивидуальной оценки знаний обучающегося, который представляет собой накопительную систему;

б) это дидактическое средство, позволяющее обучать целенаправленной деятельности по нахождению способа решения проблемы путем решения задач, вытекающих из этой проблемы при рассмотрении ее в определенной ситуации;

в) это специальная форма организации познавательной деятельности, при которой практически все учащиеся оказываются вовлеченными в процесс познания, имеют возможность понимать и рефлексировать по поводу того, что они знают и думают;

г) нет правильного ответа.

9. *Сколько этапов существует в работе методом проектов?*

а) 7;

б) 4;

в) 6;

г) 2.

10. *Что из нижеперечисленного не является интерактивной формой обучения?*

а) «мозговой штурм»;

б) «круглый стол»;

в) «аквариум»;

г) «изба».

11. *Укажите одного из авторов программы по физическому воспитанию для специальных образовательных учреждений 8-го вида.*

а) И.И. Иванов;

б) А.Н. Асикритов;

в) П.П. Якин;

г) А.Г. Григорьев

12. *Какой ученый разработал методiku развивающего обучения?*

а) Краудер Д.;

б) Коменский Я.А.;

в) Махмудов М.И.;

г) Давыдов В.В.

13. *Коррекционно-развивающая среда – это:*

а) комплексный, системный, вариативный, инвариантный, пластически меняющийся механизм непрерывной психолого-педагогической помощи ребенку с отклонениями в развитии на пути становления его социальной компетентности в играх, занятиях, общении со сверстниками и взрослыми, формировании мобильности и общественной активности.

б) среда обитания человека;

в) среда, где производится коррекция;

г) кабинет психолога учреждения.

14. *Педагогический опыт – это:*

а) творческое активное освоение и реализация учителем в практике законов и принципов педагогики с учетом конкретных условий, особенностей детей, детского коллектива и собственной личности учителя;

б) деятельность, основанная на научном анализе существующей теории и практики образования, направленная на создание условий для эффективной реализации социально-педагогических инициатив, обеспечивающих разностороннее, свободное и творческое развитие личности;

в) наиболее доступный для детей вид деятельности, способ переработки полученных из окружающего мира впечатлений;

г) совместная учебно - познавательная, творческая или игровая деятельность, имеющая общую

цель, согласованные методы, способы деятельности, направленная на достижение общего результата.

15. *Этапы работы по проблеме педагогического опыта:*

- а) введение, основная часть, заключение;
- б) ассимиляция и диссимиляция;
- в) анализ, синтез, дивергенция;
- г) выявление, изучение, обобщение, распространение.

16. *Что такое конспектирование?*

- а) это обобщенное и сжатое изложение основных положений работы или доклады, называемых тезисами;
- б) это ведение детальных записей, основу которых составляет краткое изложение содержания научной работы, выделение главных идей, возможно дословное выписывание основных положений;
- в) это одна из самых широко распространенных письменных форм извлечения информации, позволяющая при современном огромном потоке информации в кратчайший срок отобрать нужную специалисту информацию;
- г) это критический отзыв о конкретном произведении (статье), вид реферирования, основанный на личностной оценке студентом содержания статьи, сообщения, монографии, учебника с достаточно доказательными аргументами позитивных или негативных высказываний по поводу изложенного в источнике материала.

17. *Что используют для решения конкретных исследовательских задач?*

- а) единственный метод или одну методику;
- б) множество методов исследования;
- в) методы исследования не используются;
- г) важна адекватность метода существу предмета и его продукту.

18. *Опытно-экспериментальная работа осуществляется:*

- а) в индивидуальном порядке;
- б) в творческих группах (секции, лаборатории, творческие мастерские, временные объединения, экспериментальные группы и др.);
- в) верны ответы «а» и «б»;
- г) такая работа не осуществляется.

19. *Прекращение деятельности школьной экспериментальной площадки производится в случае:*

- а) завершения эксперимента;
- б) получения негативных результатов;
- в) верны ответы «а» и «б»;
- г) если один из участников работы заболел или выбыл.

20. *Опытно-экспериментальная работа заключается в:*

- а) выявлении противоречий учебно-воспитательного процесса, ранжирование и исследование проблем в зависимости от практической потребности и готовности школы к их разрешению;
- б) разработке и реализации целевых индивидуальных и авторских программ, концепций, новых методик и технологий, стандартов разноуровневого образования, эталонов оценочной деятельности, разнообразных методов диагностирования, критериев эффективности труда, создание учебно-методического комплекса;
- в) сотрудничестве педагогов, ученых, одаренных учащихся в опытно-экспериментальной работе;
- г) все перечисленное верно.

Безопасность жизнедеятельности

1. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам и защищать от врагов – это:

- а. Патриотизм;
- б. Героизм;
- в. Воинский долг.

2. Руководящий принцип в системе боевой подготовки ВС РФ:

- а. «Учить войска тому, что необходимо на войне»;
- б. «Что бесполезно на войне, то вредно вводить в мирное обучение»;
- в. «Просвещение ума есть важнейшая часть в воспитании каждого военного и невоенного человека.

3. Боевая подготовка личного состава включает:

- а. Строевую, стрелковую, противорадиационную, противохимическую, изучение боевых уставов;
- б. Тактику действий, разведывательно–диверсионные, противопартизанские и антитеррористические действия;
- в. Гуманитарную, огневую, строевую, физическую, техническую, изучение общевойсковых уставов и другие дисциплины.

4. Военнослужащие изучают основы теории боя, организации, вооружения, боевых возможностей, приемов и способов действий в бою войск своих и вероятного противника, овладение навыками по умелому и согласованному выполнению задач в ходе подготовки:

- а. Огневой;
- б. Тактической;
- в. Технической.

5. Воины обучаются применению оружия для поражения противника в бою в ходе подготовки:

- а. Тактической;
- б. Огневой;
- в. Физической.

6. Наиболее важные для каждой специальности физические и волевые качества развиваются в ходе подготовки:

- а. Огневой;
- б. Технической;
- в. Физической.

7. Материальная часть военной техники, правила ее эксплуатации, обслуживания и проведения текущего ремонта изучаются в ходе подготовки:

- а. Технической;
- б. Строевой;
- в. Огневой.

8. Цели воинской деятельности определены:

- а. Федеральным законом РФ «О безопасности»;
- б. Уставом гарнизонной и караульной службы ВС РФ»;
- в. Федеральным законом РФ «Об обороне».

9. Современная воинская деятельность условно может быть разделена на три основных вида:

- а. В мирное время, в военное время, после военных действий;

- б. Боевую, учебно–боевую, повседневную;
- в. Учебную, строевую, боевую.

10. Главные общие требования воинской деятельности к каждому военнослужащему:

- а. Высокий уровень боевого мастерства, дисциплинированности и психологической подготовки;
- б. Умение использовать радиоэлектронные средства, знание организации и вооружения иностранных армий;
- в. Умение выполнять воинские ритуалы и приемы рукопашного боя.

Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности

1. Какие функции выполняет операционная система?

- 1) обеспечение организации и хранения файлов
- 2) подключения устройств ввода/вывода
- 3) организация обмена данными между компьютером и различными периферийными устройствами
- 4) организация диалога с пользователем, управления аппаратурой и ресурсами компьютера

2. Где находится BIOS?

- 1) в оперативно-запоминающем устройстве (ОЗУ)
- 2) на винчестере
- 3) на CD-ROM
- 4) в постоянно-запоминающем устройстве (ПЗУ)
- 5) правильных ответов нет

3. Для обработки текстовой информации на компьютере используются приложения общего назначения

- 1) текстовые редакторы;
- 2) табличные процессоры;
- 3) системы проектирования

4. Программы создающие текстовые файлы без элементов форматирования...

- 1) текстовые редакторы;
- 2) текстовые процессоры;
- 3) издательские системы.

5. Укажите правильный адрес ячейки:

- 1) A12C
- 2) B1256
- 3) 123C
- 4) B1A

6. В электронных таблицах выделена группа ячеек A1:B3. Сколько ячеек входит в этот диапазон?

- 1) 6
- 2) 5
- 3) 4
- 4) 3

7. Результатом вычислений в ячейке C1 будет:

	A	B	C
1	5	=A1*2	=A1+B1

- 1) 5
- 2) 10
- 3) 15
- 4) 20

8. Гипертекст — это:

- 1) структурированный текст, в котором могут осуществляться переходы по выделенным ссылкам
- 2) очень большой текст
- 3) текст, введенный с клавиатуры в память компьютера
- 4) текст, в котором используется очень сложный шифр

9. Системой доменных имён управляет

- 1) ISOC (общество с добровольным членством)
- 2) IAB (совет по архитектуре Internet)
- 3) IETF (оперативный инженерный отряд Internet)
- 4) InterNIC (информационный центр сети)

10. В модели ISO/OSI выше физического уровня расположен

- 1) сетевой уровень
- 2) прикладной уровень
- 3) сеансовый уровень
- 4) аналоговый уровень

Психология общения

1. Ведущим видом деятельности подростка является:

- а) учебная деятельность
- б) учебно-профессиональная деятельность
- в) эмоциональное общение
- г) общение со сверстниками

2. Схема учебного взаимодействия:

- а) субъект - объект
- б) субъект - субъект
- в) объект - объект
- г) субъект - реакция

3. Важным (основным) стимулом к учению в подростковом возрасте является:

- а) притязание на признание среди подростков
- б) похвала родителей
- в) желание получить хорошую оценку
- г) все ответы верны

4. (выберите не менее трех вариантов ответа)

Специфическими особенностями педагогического общения являются:

- а) направленность на нескольких субъектов
- б) ориентированность на субъект
- в) стиль общения
- г) позиция сторон

5. (выберите не менее трех вариантов ответа)

Профессионально-важными личностными качествами педагога являются:

- а) знание психологии ребенка
- б) любовь к детям
- в) чувство юмора
- г) общительность

6. Стиль общения, который отличает стремление уклониться от принятия решений, переложить эту задачу на партнера, называется:

- а) авторитарный
- б) демократический
- в) либеральный
- г) партнерский

7. Преобладающим мотивом учения в юношеском возрасте является:

- а) практический мотив (связь с профессией)
- б) "чтобы быть не хуже других"
- в) мотив получения хорошей оценки
- г) все ответы верны

8. Стиль общения, для которого характерно превосходство одного партнера; деловые, короткие распоряжения; запреты с угрозой, неприветливый тон, возможность быстрого принятия решений о стабилизации общения, называется:

- а) авторитарный
- б) демократический
- в) либеральный
- г) партнерский

9. (выберите не менее трех вариантов ответа)

Структурными компонентами учения являются:

- а) аудиальный компонент
- б) мотивационный компонент
- в) операционный компонент
- г) контрольно-оценочный компонент

10. (выберите один вариант ответа)

Основная линия отношений для социальной ситуации развития подростка:

- а) ребенок - воспитатель
- б) ребенок - учитель

в) ребенок - родители

г) ребенок – сверстники