

# МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Якутская государственная сельскохозяйственная академия»

Кафедра Физической культуры и спорта

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Якутская государственная сельскохозяйственная академия» на основании приказа Министерства сельского хозяйства РФ от 10 апреля 2020 года №187 ПЕРЕИМЕНОВАНО  
в Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Арктический государственный агротехнологический университет» (лист записи в ЕГРЮЛ от 06.07.2020)

Per 25-7/44

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по УиВР

 А.Г. Черкашина

21 февраля 2019 г.

## Лечебная физическая культура рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физической культуры и спорта**

Учебный план б090302\_19\_1\_ИСиТ.plx  
09.03.02 Информационные системы и технологии

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328

Виды контроля в семестрах:

в том числе:  
аудиторные занятия 328  
самостоятельная работа 0

зачеты 1, 2, 3, 4, 5, 6

### Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр<br>(<Курс>.<Семестр на<br>курсе>) | 1 (1.1) |        | 2 (1.2) |     | 3 (2.1) |        | 4 (2.2) |     | 5 (3.1) |     | 6 (3.2) |     | Итого |     |
|---|---------|--------|---------|-----|---------|--------|---------|-----|---------|-----|---------|-----|-------|-----|
|   | 15 2/6  | 21 2/6 | 15 1/6  | 19  | 15 5/6  | 18 5/6 |         |     |         |     |         |     |       |     |
| Неделя                                    | уп      | рцд    | уп      | рцд | уп      | рцд    | уп      | рцд | уп      | рцд | уп      | рцд | уп    | рцд |
| Вид занятий                               | уп      | рцд    | уп      | рцд | уп      | рцд    | уп      | рцд | уп      | рцд | уп      | рцд | уп    | рцд |
| Практические                              | 60      | 60     | 72      | 72  | 60      | 60     | 52      | 52  | 30      | 30  | 54      | 54  | 328   | 328 |
| Итого ауд.                                | 60      | 60     | 72      | 72  | 60      | 60     | 52      | 52  | 30      | 30  | 54      | 54  | 328   | 328 |
| Контактная работа                         | 60      | 60     | 72      | 72  | 60      | 60     | 52      | 52  | 30      | 30  | 54      | 54  | 328   | 328 |
| Итого                                     | 60      | 60     | 72      | 72  | 60      | 60     | 52      | 52  | 30      | 30  | 54      | 54  | 328   | 328 |

Рабочая программа дисциплины

**Лечебная физическая культура**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017г. №926)

составлена на основании учебного плана:

09.03.02 Информационные системы и технологии

утвержденного учёным советом вуза от 31.01.2019 протокол № 20.

Разработчик (и) РПД:

Старший преподаватель, Узаров Аркадий Прокопьевич



Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Физической культуры и спорта**

Протокол от 04 февраля 2019 г. № 26

Срок действия программы: уч.г.

Зав. кафедрой Черкашин И.А.

Руководитель направления

Колесников С.Е.

Зав. профилирующей кафедрой

Александров В.В.

Протокол заседания кафедры от 11 февраля 2019 г. № 9/1

Председатель МК факультета

Лавриченко И.И.

Протокол заседания МК факультета от 18 февраля 2019 г. № 6

Председатель УМС ФГБОУ ВО Иркутская ГСХА

Сидорова И.И.

Протокол заседания УМС от 11 февраля 2019 г. № 3

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК факультета Усман | Тюлева И.В.  
«29» 08 2020 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020/21 уч.г.  
на заседании кафедры ИИЗТ ИР протокол от «29» 08 2020 г. № 1.  
Зав. кафедрой Лав | Харбасова Л.А.

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК факультета Усман | Тюлева И.В.  
«30» 08 2021 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021/22 уч.г.  
на заседании кафедры ИИЗТ ИР протокол от «30» 08 2021 г. № 1.  
Зав. кафедрой Лав | Харбасова Л.А.

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК факультета Усман | Пармашев М.А.  
«29» августа 2022 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022/23 уч.г.  
на заседании кафедры ИИЗТ протокол от «29» 08 2022 г. № 1.  
Зав. кафедрой Лав | Харбасова Л.А.

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК факультета Усман | Пармашев М.А.  
«28» августа 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023/24 уч.г.  
на заседании кафедры ИИЗТ протокол от «28» 08 2023 г. № 1.  
Зав. кафедрой Лав | Харбасова Л.А.

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 «Лечебная физическая культура»: подготовка бакалавров путем формирования физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

На основе изложенных требований, данная дисциплина преследует следующие цели:

- формирование основных понятий мотивационно – ценностного отношения к физической культуре;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие;
- развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;
- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности.

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

**УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

УК-7.1: Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.

УК-7.2: Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для

УК-7.3: Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**В результате освоения дисциплины студент должен**

|             |   |
|-------------|---|
| <b>2.1.</b> | <b>Знать</b>  |
| 2.1.1.      | роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;  |
| 2.1.2       | основы физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических |
| 2.1.3       | способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно – технической подготовке);   |
| <b>2.2</b>  | <b>Уметь:</b>   |
| 2.2.1       | - использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;        |
| 2.2.2       | - применять средства физической культуры для профилактики, оздоровления и реабилитации человека;  |
| 2.2.3       | - применять методы первой помощи;   |
| 2.2.4       | - определять физическое состояние здоровья посредством определения артериального давления, пульса, частоты дыхания  |
| <b>2.3</b>  | <b>Владеть:</b>   |
| 2.3.1       | - средствами совершенствования и оздоровления организма;  |
| 2.3.2       | - навыками использования физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты, гибкости;                       |
| 2.3.3       | - ведения дневника самоконтроля.  |

## 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:

Б1.В.ДВ.01.03

### 3.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

3.1.1 Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку в объеме программы средней школы по физической культуре освоения дисциплины «Физическая культура»

### 3.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

3.2.1 Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

**4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр<br>(<Курс>.<Семестр на<br>курсе>) | 1 (1.1) |     | 2 (1.2) |     | 3 (2.1) |     | 4 (2.2) |     | 5 (3.1) |     | 6 (3.2) |     | Итого |     |
|---|---------|-----|---------|-----|---------|-----|---------|-----|---------|-----|---------|-----|-------|-----|
|   | Неделя  |     | 21 2/6  |     | 15 1/6  |     | 19      |     | 15 5/6  |     | 18 5/6  |     |       |     |
| Видзанятий                                | уп      | рпд | уп      | рпд | уп      | рпд | уп      | рпд | уп      | рпд | уп      | рпд | уп    | рпд |
| Практические                              | 60      | 60  | 72      | 72  | 60      | 60  | 52      | 52  | 30      | 30  | 54      | 54  | 328   | 328 |
| Итогоауд.                                 | 60      | 60  | 72      | 72  | 60      | 60  | 52      | 52  | 30      | 30  | 54      | 54  | 328   | 328 |
| Контактнаяработа                          | 60      | 60  | 72      | 72  | 60      | 60  | 52      | 52  | 30      | 30  | 54      | 54  | 328   | 328 |
| Итого                                     | 60      | 60  | 72      | 72  | 60      | 60  | 52      | 52  | 30      | 30  | 54      | 54  | 328   | 328 |

Общая трудоемкость дисциплины (з.е.) **0 ЗЕТ**

**5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

| Кодзанятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/  | Семестр / Курс | Часов | Компетен-ции | Литература                            | Инте ракт. | Примечание |
|------------|--|----------------|-------|--------------|---------------------------------------|------------|------------|
|            | <b>Раздел 1 Лечебная физическая культура.</b>  |                |       | УК-7         |                                       |            |            |
| 1.1        | Понятие о лечебной физической культуре /Пр/  | 1              | 10    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0          |            |
| 1.2        | Понятие о закаливании /Пр/   | 1              | 10    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0          |            |
| 1.3        | Введение. Общие основы ЛФК и массажа /Пр/  | 1              | 10    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0          |            |
| 1.4        | Использование физических упражнений в профилактике и лечении заболеваний, осложнений, в восстановлении работоспособности у больных и травмированных /Пр/   | 1              | 10    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 | 0          |            |
|            | <b>Раздел 2. ЛФК и массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата</b>   |                |       | УК-7         |                                       |            |            |
| 2.1        | Характеристика травм опорно-двигательного аппарата (ОДА) и их основные клинические проявления.   | 1              | 10    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 | 0          |            |
| 2.2        | Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах ОДА /Пр/  | 1              | 10    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0          |            |
| 2.3        | Особенности методики ЛФК и массажа при травмах ОДА Пр/   | 2              | 12    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0          |            |
| 2.4        | Особенности методики ЛФК при повреждении мягких тканей (мышц, связок, сухожилий), при переломах костей (конечностей, таза, позвоночника, повреждениях суставов). Методы лечения: оперативное и консервативное /Пр/ | 2              | 12    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 | 0          |            |
| 2.5        | Понятие об осанке. /Пр/  | 2              | 12    | УК-7         | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0          |            |

|     |  |   |    |      |                                       |   |  |
|-----|--|---|----|------|---------------------------------------|---|--|
| 2.6 | Классификация нарушений осанки. Краткая клиническая характеристика различных дефектов осанки. /Пр/       | 2 | 12 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 | 0 |  |
|     | <b>Раздел 3. ЛФК при ожогах и отморожениях</b>   |   |    | УК-7 |                                       |   |  |
| 3.1 | Ожоги и отморожения, их этиология, патогенез, основные клинические проявления. /Пр/                      | 2 | 12 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 3.2 | Методы лечения. /Пр/   | 2 | 12 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 3.3 | Основные механизмы лечебного действия физических упражнений при ожоговой болезни и отморожении. /Пр/     | 3 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 | 0 |  |
| 3.4 | Особенности методики ЛФК в зависимости от клинического течения ожогов, отморожений и их локализации /Пр/ | 3 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4<br>Э5 | 0 |  |
| 3.5 | Первая помощь при ожоге /Пр/   | 3 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 3.6 | Первая помощь при обморожении /Пр/   | 3 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 3.7 | Комплекс упражнений при ожоговых травмах для разработки мышц и сухожилий /Пр/                            | 3 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
|     | <b>Раздел 4. Спортивные игры</b>   |   |    | УК-7 |                                       |   |  |
| 4.1 | Понятие о спортивных играх /Пр/  | 3 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 4.2 | Волейбол /Пр/  | 4 | 8  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 4.3 | Баскетбол /Пр/   | 4 | 8  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 4.4 | Футбол /Пр/  | 4 | 8  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
|     | <b>Раздел 5. Лыжная подготовка</b>   |   |    | УК-7 |                                       |   |  |
| 5.1 | Обучение попеременному двухшажному ходу /Пр/   | 4 | 4  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 5.2 | Спуск и подъем /Пр/  | 4 | 6  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 5.3 | классический стиль. коньковый стиль /Пр/   | 4 | 6  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 5.4 | Совершенствование попеременного двухшажного хода; одновременного   | 4 | 6  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
| 5.5 | Обучение одновременному одношажному ходу, одновременному бесшажному                                      | 4 | 6  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4       | 0 |  |
|     | <b>Раздел 6. Национальные прыжки</b>   |   |    | УК-7 |                                       |   |  |

|     |                                  |   |    |      |                                 |   |  |
|-----|----------------------------------|---|----|------|---------------------------------|---|--|
| 6.1 | Прыжок "Куобах" /Пр/             | 5 | 6  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 6.2 | Прыжок "Ыстанга" /Пр/            | 5 | 6  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 6.3 | Прыжок "Кылы" /Пр/               | 5 | 6  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 6.4 | Тройной прыжок /Пр/              | 5 | 6  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
|     | <b>Раздел 7. Легкая атлетика</b> |   |    | УК-7 |                                 |   |  |
| 7.1 | Шашки /Пр/                       | 5 | 3  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 7.2 | Шахматы /Пр/                     | 5 | 3  | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 7.3 | Метание ядра /Пр/                | 6 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 7.4 | Метание гранаты /Пр/             | 6 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 7.5 | Многоборье /Пр/                  | 6 | 12 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 7.6 | Спортивная ходьба /Пр/           | 6 | 12 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |
| 7.7 | Кросс /Пр/                       | 6 | 10 | УК-7 | Л1.1Л1.2<br>Л2.1<br>Э1 Э2 Э3 Э4 | 0 |  |

#### **6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

Система контроля за ходом и качеством усвоения студентами содержания данной дисциплины включает следующие виды:

Текущий контроль – проводится систематически с целью установления уровня овладения студентами учебного материала в течение семестра. К формам текущего контроля относятся: опрос, тестирование (Т), контрольной работы (К).

Выполнение этих работ является обязательным для всех студентов, а результаты являются основанием для выставления оценок (баллов) текущего контроля.

Промежуточный контроль – оценка уровня освоения материала по самостоятельным разделам дисциплины. Проводится в заранее определенные сроки. Проводится два промежуточных контроля в семестр. В качестве форм контроля применяют коллоквиумы, контрольные работы, самостоятельное выполнение студентами домашних заданий с отчетом (защитой), тестирование по материалам дисциплины.

Итоговый контроль – оценка уровня освоения дисциплины по окончании ее изучения в форме зачета (экзамена).

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) включает в себя:

- Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- Описание показателей и критериев оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, описание шкал оценивания;
- Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Фонд оценочных средств прилагается к рабочей программе дисциплины как приложение.

Фонд оценочных средств (ФОС) - комплекты методических и оценочных материалов, методик и процедур, предназначенных для определения соответствия или несоответствия уровня достижений обучающихся планируемому результату обучения. ФОС должны соответствовать ФГОС и ООП, целям и задачам обучения, предметной области, быть достижимыми, исполнимыми, включать полноту представления материалов.

При составлении ФОС для каждого результата обучения по дисциплине, модулю, практике необходимо определить этапы формирования компетенций, формы контроля, показатели и критерии оценивания сформированности компетенции на различных этапах ее формирования, шкалы и процедуры оценивания.

**7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)****7.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)****7.1.1. Основная литература**

|       | Авторы, составители               | Заглавие  | Издательство, год       |
|-------|-----------------------------------|---|-------------------------|
| Л1.1  | Мельникова Н. Ю,<br>Трескин А. В. | История физической культуры и спорта, учебник   | «Советский спорт» 2013г |
| Л1.2  | Ильинич В.И                       | Физическая культура студента и спорт, учебник   | Гардарики 2007          |
| Л1.3. | Евсеев С.П                        | Технология физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре, учебник | Советский спорт 2013    |

**7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

|      |  |
|------|--|
| Э 1. | Сайт библиотеки: <a href="http://nlib.ysaa.ru/">http://nlib.ysaa.ru/</a> ;   |
| Э 2. | Электронная - библиотечная системе издательства «Лань»: <a href="http://e.lanbook.com;">http://e.lanbook.com</a> ; |
| Э 3. | Электронный ресурс издательства «ЮРАЙТ»: <a href="https://biblio-online.ru/">https://biblio-online.ru/</a> ;       |
| Э.4. | Научная электронная библиотека Elibrary.ru: <a href="http://Elibrary.ru;">http://Elibrary.ru</a> ;                 |
| Э 5. | ЭОС Moodle: <a href="http://sdo.ysaa.ru/">http://sdo.ysaa.ru/</a>  |

**7.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем****7.3.1 Перечень программного обеспечения**

|      |                               |
|------|-------------------------------|
| П 1. | CalculateLinux<br>LIBREOFFICE |
|------|-------------------------------|

**7.3.2 Перечень информационных справочных систем**

|      |   |
|------|---|
| С 1. | Справочно-правовая система Консультант Плюс, версия Проф: <a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a> ; |
| С 2. | Википедия-свободная энциклопедия: <a href="http://ru.wikipedia.org">ru.wikipedia</a> ;  |
| С 3. | Федеральный портал Российское образование: <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> ;                              |
| С 4. | Федеральный образовательный портал: <a href="http://ecsocman.hse.ru/">http://ecsocman.hse.ru/</a> ;                           |

**8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ****ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

|   |  |  |
|---|--|--|
| <b>Ауд.№6.109</b><br><b>Спортивный зал</b><br>Зал игровой (18м*36м), зал борцовский (12м*12м), мат борцовский (комплект), зал тренажерный (12м*12м), беговая дорожка (5м*80м) (160 м по кругу), | форма баскетбольная (2 шт), ворота футбольные (2 шт), мячи: баскетбольный (20 шт), волейбольный (10 шт), футбольный (10 шт), штанга (3 шт), гантели (2,5 кг – 15кг)(10 шт), гири (16 кг – 24 кг)(3 шт), мячи медицинские (10 шт), обруч гимнастический (10 шт), скакалка (10 шт), стойка волейбольная (комплект с сеткой) (2 шт), компьютер PCIRUCOPP 320*4 5500/4 GB, монитор Philips 200 V4L, принтер лазерный ML-1615, шкаф для документов (2 шт), шкаф - кабинка для одежды металлический (40 шт), стол для настольного тенниса (2 шт), конь гимнастический (1шт), перекладина гимнастическая передвижная (1 шт), станок тренажерный для жима лежа (3 шт). | Бесплатная операционная система CalculateLinux LIBREOFFICE Открытое лицензионное соглашение GNUGeneralPublicLicense  |
| <b>Ауд.№ 2.114</b><br><b>Мультимедийный зал</b><br>научной библиотеки для самостоятельной работы с выходом сеть интернет  | Системный блок Corequad q6600, 4gb ram, 160gb - 1 шт.; Монитор benq g900wa -1 шт. Системный блок Deponeon core2duo e8300, 2gb ram, hdd 160gb - 8 шт.; Монитор lg w1934s - 8 шт., 4 тонких клиента Eltex tc-50 Учебная мебель: рабочее место преподавателя, рабочие места обучающихся.  | Бесплатная операционная система CalculateLinux, LIBREOFFICE Открытое лицензионное соглашение GNUGeneralPublicLicense |

**9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Методические указания к выполнению практических работ определяют общие требования, правила и организацию проведения практических работ с целью оказания помощи обучающимся в правильном их выполнении в объеме определенного курса или его раздела в соответствии с действующими стандартами.



## 10. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ-ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Доступность зданий образовательных организаций и безопасного в них нахождения. На территории Якутской государственной сельскохозяйственной академии обеспечен доступ к зданиям и сооружениям, выделены места для парковки автотранспортных средств инвалидов.

В академии продолжается работа по созданию без барьерной среды и повышению уровня доступности зданий и сооружений потребностям следующих категорий инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

- с нарушением зрения;
- с нарушением слуха;
- с ограничением двигательных функций.

В общем случае в стандартной аудитории места за первыми столами в ряду у окна и в среднем ряду предлагаются студентам с нарушениями зрения и слуха, а для обучаемых, передвигающихся в кресле-коляске, предусмотрены первый стол в ряду у дверного проема с увеличенной шириной проходов между рядами столов, с учетом подъезда и разворота кресла-коляски.

Для обучающихся лиц с нарушением зрения предоставляются: видеоувеличитель-монокуляр для просмотра LevenhukWise 8x25, электронный ручной видеоувеличитель видео оптик “wu-tv”, возможно также использование собственных увеличивающих устройств;

Для обучающихся лиц с нарушением слуха предоставляются: аудитории со звукоусиливающей аппаратурой (колонки, микрофон), компьютерная техника в оборудованных классах, учебные аудитории с мультимедийной системой с проектором, аудиторий с интерактивными досками в аудиториях.

Для обучающихся лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата предоставляются: система дистанционного обучения Moodle, учебные пособия, методические указания в печатной форме, учебные пособия, методические указания в форме электронного документа.

В главном учебном корпусе, главном учебно-лабораторном корпусе и учебно-физкультурном корпусе имеются пандусы с кнопкой вызова в соответствие требованиями мобильности инвалидов и лиц с ОВЗ. Главный учебно-лабораторный корпус оборудован лифтом.

В главном учебном корпусе имеется гусеничный мобильный лестничный подъемник БК С100, облегчающие передвижение и процесс обучения инвалидов и соответствует европейским директивам. По просьбе студентов, собирать, систематизировать, красочно оформлять, хранить и представлять коллекции работ зарегистрированного пользователя (артефакты), но и реализовать при этом возможности социальной сети. Интерактивность веб-портфолио обеспечивается возможностью обмена сообщениями, комментариями между пользователями сети, ведением блогов и записей. Посредством данных ресурсов студент имеет возможность самостоятельно изучать размещенные на сайте академии курсы учебных дисциплин, (лекции, примеры решения задач, задания для практических, контрольных и курсовых работ, образцы выполнения заданий, учебно-методические пособия). Кроме того студент может связаться с преподавателем, чтобы задать вопрос по изучаемой дисциплине или получить консультацию по выполнению того или иного задания.

Комплексное сопровождение образовательного процесса и условия для здоровьесбережения. Комплексное сопровождение образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья привязано к структуре образовательного процесса, определяется его целями, построением, содержанием и методами. В академии осуществляется организационно-педагогическое, медицинско-оздоровительное и социальное сопровождение образовательного процесса.

Организационно-педагогическое сопровождение направлено на контроль учебы студента с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с графиком учебного процесса. Оно включает контроль посещаемости занятий, помощь в организации самостоятельной работы, организацию индивидуальных консультаций для длительно отсутствующих студентов, контроль текущей и промежуточной аттестации, помощь в ликвидации академических задолженностей, коррекцию взаимодействия преподаватель – студент-инвалид. Все эти вопросы решаются совместно с кураторами учебных групп, заместителями деканов по воспитательной и по учебной работе.

Студенты с ограниченными возможностями здоровья имеют возможность работы с удаленными ресурсами электронно-библиотечных систем из любой точки, подключенной к сети Internet:

- Доступ к Электронно-библиотечной системе издательства «Лань» в рамках соглашения о создании «Информационного консорциума библиотек Республики Саха (Якутия)»
- Доступ к электронному ресурсу издательства «ЮРАЙТ» в рамках договора на оказание услуг по предоставлению доступа к ЭБС;
- Доступ к 53 наименованиям журналов на платформе Научной электронной библиотеки Elibrary.ru;
- Доступ к информационным ресурсам СВФУ;
- Доступ к Справочно- правовой системе Консультант Плюс, версия Проф;
- Доступ к тематической электронной библиотеке и базе для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии, лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук «Университетская информационная система РОССИЯ».

В электронной библиотеке академии предусмотрена возможность масштабирования текста и изображений без потери качества.

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ЯКУТСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ»**  
Кафедра «Физического воспитания и спорта»

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**для проведения промежуточной аттестации обучающихся**

Дисциплина (модуль) Б1.В.ДВ.01.03 Лечебная физическая культура

Направление подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии

Направленность (профиль) образовательной программы «Управление аграрными проектами в области информационных технологий»

Квалификация выпускника Бакалавр

Форм обучения очная

Общая трудоемкость /ЗЕТ - **328/2**

Якутск, 2019

Фонд оценочных средств составлен в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии, утвержденный Приказом Министра образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 926, Приказом Минобрнауки России от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры».

Разработчик

Зав.кафедрой разработчика программы  / Герасимов, В.А.  
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания кафедры № 26 от «04» февраля 2019 г.

Зав.профилирующей кафедрой  / Гоголева И.В.  
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания кафедры № 7/1 от «13» февраля 2019 г.

Председатель МК факультета  / Саватеева И.А.  
подпись фамилия, имя, отчество

Протокол заседания МК факультета № 6 от «18» февраля 2019 г.

И.о.декана факультета  / Филатов А.С.  
подпись фамилия, имя, отчество

«18» февраля 2019 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Введение
2. Требования к планируемым результатам освоения образовательной программы, обеспечиваемым дисциплинами (модулями) и практиками обязательной части
  - 2.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы
  - 2.2. Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения
3. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, описание шкал оценивания.
4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.
5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

## 1. Введение

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для проведения промежуточной аттестации обучающихся является приложением к рабочей программе дисциплины *Общая физическая подготовка* представляет собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.), предназначенных для измерения уровня достижения студентом установленных результатов обучения.

Материалы ФОС для проведения промежуточной аттестации успеваемости студентов размещены в ИС Moodle (sdo.ysaa.ru).

## 2. Требования к планируемым результатам освоения образовательной программы, обеспечиваемым дисциплинами (модулями) и практиками обязательной части

### 2.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| Перечень компетенций  | Этапы формирования компетенций в процессе освоения ОП | Характеристика этапов формирования компетенций в соответствии с РПД  |
|---|---|--|
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | I этап формирования                                   | <i>Знать</i> : виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества: научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа жизни и стиля жизни.  |
|   |   | <i>Уметь</i> : применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. |
|   | II этап формирования                                  | <i>Владеть</i> : средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.   |

### 2.2. Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

| <p>Категория универсальных компетенций (УК)</p>                         | <p>Код и наименование универсальных компетенции (УК)</p>   | <p>Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции (УК)</p>   |
|---|--|--|
| <p>Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение).</p> | <p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> | <p>УК-7.1.<br/>Знать: виды физических упражнений; роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни.</p> <p>УК-7.2.<br/>Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.</p> <p>УК-7.3.<br/>Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> |

**3. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, описание шкал оценивания**

| <b>Перечень и описание компетенций</b>  |   |   |
|---|---|---|
| <b>Уровни освоения, показатель оценивания</b>   | <b>Критерии оценивания</b>  | <b>Шкала оценивания</b>                       |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |   |   |
| Не освоены  |   | 0 – 60<br>Неудовлетворительно<br>(не зачтено) |
| <b>Уровень 1 (пороговый)</b>  |   |   |
| <b>Знать:</b>   | виды физических упражнений; роль и значение   | 75 – 61<br>Удовлетворительно<br>(зачтено)     |
| <b>Уметь:</b>   | применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки                            |   |
| <b>Владеть:</b>   | средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.   |   |
| <b>Уровень 2 (продвинутый)</b>  |   |   |
| <b>Знать:</b>   | роль и значение физической культуры в жизни человека и общества:  | 90 – 76<br>Хорошо<br>(зачтено)                |
| <b>Уметь:</b>   | использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. |   |
| <b>Владеть:</b>   | средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.   |   |
| <b>Уровень 3 (высокий)</b>  |   |   |
| <b>Знать:</b>   | научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа жизни и стиля жизни.   | 100 – 91<br>Отлично<br>(зачтено)              |
| <b>Уметь:</b>   | использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. |   |
| <b>Владеть:</b>   | средствами и методами укрепления  |   |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. |  |
|--|--|--|

**4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.**

**Типовые контрольные вопросы  
Оцениваемые компетенции – УК-7**

1. Раскрыть методические основы лечебной физической культуры (ЛФК).
2. Общие клинико-физиологические основы лечебных физических упражнений.
3. Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма.
4. Основные механизмы влияния лечебной физической культуры.
5. Организация занятий по ЛФК в стационаре, поликлинике, санатории.
6. Лечебные виды массажа. Лечебный и спортивный массаж.
7. Гигиенические основы массажа (помещение и инвентарь), требования к массажисту и массируемому, поза массируемого.
8. Показания и противопоказания к массажу.
9. Техника и методика выполнения массажных приемов. Механизм физиологического влияния массажных приемов на организм.
10. Классификация физических упражнений в ЛФК.
11. Двигательные режимы.
12. Методы функциональной и патогенетической терапии.
13. Систематизация физических упражнений по анатомическому признаку и по степени нагрузки и активности.
14. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по ЧСС. Критерии допустимости нагрузок ЛФК.
15. Принципы тренировок в ЛФК: постоянность выполнения упражнений по предписанию врача, постепенность нарастания нагрузки и увеличения амплитуды движений.
16. Понятие о массаже. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия массажа.
17. Особенности влияния массажа на центральную нервную систему, крово и лимфообращение и мышечную деятельность.
18. Массаж при различных заболеваниях и травмах.
19. Виды массажа, показания и противопоказания к его проведению.
20. Гигиенический, лечебный, реабилитационный массаж.
21. Сегментарно-рефлекторный самомассаж, восточный и аппаратный массаж.
22. Использование поглаживания, растирания, разминания, вибрации.
23. Реабилитационный массаж для функционального восстановления после травм, операций, тяжелых заболеваний.
24. ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния детей до 1 года.
25. Улучшение трофики тканей, обмена веществ, формирования опорно-двигательного аппарата, деятельности нервно-мышечной и нервной систем, повышение иммунитета.
26. Механизм лечебного действия физических упражнений и массажа при заболеваниях суставов.
27. Роль ЛФК при повышенных факторах риска заболеваний сердечно-сосудистой системы. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. ЛФК при болезнях сердечно-сосудистой системы. Методика ЛФК для больных при инфаркте миокарда, гипертонии, ишемической болезни сердца.



28. Лечебно-профилактическое действие лечебной физкультуры.
29. Использование ЛФК в лечении и профилактике остеохондроза.
30. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. Этапная реабилитация больных инфарктом миокарда. Лечебная физкультура при гипертонической болезни. Показания и противопоказания.
31. Лечебная физкультура при ревматизме и пороках сердца. Показания и противопоказания. Методика лечебной физкультуры на различных этапах восстановительного лечения.
32. Лечебная физкультура при болезнях органов дыхания. Показания и противопоказания.
33. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ.
34. Методика ЛФК и массажа при ожирении 3-й степени.

**Комплект тестовых вопросов**  
по дисциплине Лечебная физическая культура

Оцениваемые компетенции: **УК-7**

**1. Для лечебной физкультуры характерны все перечисленные черты, исключая:**

- а) активность больного в процессе лечения
- б) метод специфической терапии
- в) метод естественно-биологического содержания
- г) метод патогенетической терапии
- д) метод общетренирующей терапии

**2. Местная физическая нагрузка - это:**

- а) специальная нагрузка направленного действия
- б) нагрузка, охватывающая определенную группу мышц
- в) нагрузка, чередующая с общей нагрузкой и используемая по типу - от здоровых участков к поврежденным
- г) все перечисленное

**3. При назначении ЛФК врач обязан:**

- а) определить диагноз
- б) уточнить лечебные задачи
- в) подобрать средства медикаментозного лечения
- г) провести дополнительные исследования
- д) провести исследования функционального состояния и физической подготовленности больного

**4. Методические принципы применения физических упражнений у больных основаны на всем перечисленном, кроме:**

- а) постепенности возрастания физической нагрузки
- б) системности воздействия
- в) регулярности занятий
- г) применения максимальных физических нагрузок
- д) доступности физических упражнений

**5. К методическим приемам дозирования физических нагрузок в лечебной физкультуре относятся все перечисленные, кроме:**

- а) плотности нагрузки до 80%
- б) длительности процедуры
- в) плотности нагрузки до 100 %
- г) изменения исходных положений
- д) темпа упражнений

**6. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме:**

- а) назначения двигательного режима
- б) элементов психофизической тренировки
- в) занятий лечебной гимнастикой
- г) интенсивных физических тренировок
- д) трудоустройства больного

**7. Характеристика физических упражнений по анатомическому признаку включает:**

- а) упражнения для мелких мышечных групп
- б) упражнения для средних мышечных групп
- в) упражнения для крупных мышечных групп
- г) упражнения для тренировки функции равновесия
- д) правильно а), б), в)

**8. К упражнениям для средних мышечных групп не относятся упражнения:**

- а) для мышц шеи
- б) для мышц предплечья и ягодичных мышц
- в) для мышц голени
- г) для мышц плечевого пояса

**9. Тренирующий двигательный режим назначается отдыхающим санатория, кроме лиц:**

- а) с начальными формами заболевания
- б) физически подготовленных
- в) освоивших щадяще-тренирующий режим
- г) старческого возраста
- д) молодого и среднего возраста с хроническими заболеваниями в удовлетворительном функциональном состоянии

**10. Показаниями к занятиям физическими упражнениями на механоаппаратах локального действия являются все перечисленные, за исключением:**

- а) ишемической болезни сердца
- б) артритов в остром периоде заболевания
- в) деформирующего артроза с выраженным болевым синдромом
- г) переломов трубчатых костей до консолидации отломков
- д) правильно а) и б)

**11. Для усиления мышечной нагрузки при выполнении активных движений используется все перечисленное, кроме:**

- а) движения с амортизатором
- б) сопротивления, оказываемого инструктором
- в) сопротивления, оказываемого самим больным

- г) напряжения мышц сгибаемой или разгибаемой конечности
- д) идеомоторных упражнений

**12. Пассивные упражнения назначают преимущественно:**

- а) для улучшения лимфообращения
- б) для улучшения кровообращения
- в) лечения тугоподвижности в суставах, а также при парезах и параличах
- г) улучшения функционального состояния сердечно-сосудистой системы

**13. Упражнения на равновесие и координацию движений являются специальными у всех перечисленных больных, кроме:**

- а) больных с вертебробазилярной недостаточностью
- б) больных с болезнью Миньера
- в) больных с нарушениями мозгового кровообращения
- г) больных с неврозами и психопатиями
- д) больных с опущением внутренних органов

**14. Основными показаниями к назначению физических упражнений в воде являются все перечисленные, кроме:**

- а) хронических болезней кожи
- б) заболеваний опорно-двигательного аппарата
- в) заболеваний внутренних органов при удовлетворительном функциональном состоянии
- г) заболеваний нервной системы
- д) гипокинезии

**15. Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают:**

- а) клиническое обследование больного и постановку диагноза
- б) специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
- в) определение методики и дозировки физических упражнений, изучение эффективности ЛФК
- г) тестирование физической работоспособности больного
- д) правильно все, кроме а) и г)

**16. Профессиональные обязанности врача ЛФК включают:**

- а) врачебный контроль за проведением процедур
- б) консультации больных по вопросам ЛФК
- в) консультации лечащих врачей и среднего медперсонала по вопросам ЛФК
- г) контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест занятий ЛФК
- д) все перечисленное

**17. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики терапевтическому больному в остром и подостром периоде заболевания и постельном режиме составляет:**

- а) 30 мин.
- б) 20 мин.

- в) 15 мин.
- г) 10 мин.

**18. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения леченой гимнастики терапевтическому больному в периоде выздоровления и хроническом течении составляет:**

- а) 50-45 мин.
- б) 45-40 мин.
- в) 35-25 мин.
- г) 15-20 мин.
- д) 10-15 мин.

**19. Норма нагрузки инструктора ЛФК при физических упражнениях с беременными и роженицами в роддомах и женских консультациях составляет:**

- а) индивидуально -10 мин.
- б) индивидуально -15 мин., групповым методом - 30 мин.
- в) индивидуально -25 мин., групповым методом - 40 мин.

**20. Профессиональные обязанности врача по лечебной физкультуре включают:**

- а) клиническое обследование больного и постановку диагноза
- б) специальное обследование больных, назначенных на ЛФК
- в) определение методики и дозировки физических упражнений, изучение эффективности ЛФК
- г) тестирование физической работоспособности больного по методу
- д) правильно все, кроме а) и г)

**21. Профессиональные обязанности врача ЛФК включают все, кроме:**

- а) определения физической нагрузки, соответствующей функциональному состоянию больного
- б) определения индивидуальной толерантности больного к физической нагрузке
- в) изменения режима больного
- г) проведения процедур лечебной гимнастики с отдельными больными по показаниям
- д) составления схем процедуры лечебной гимнастики

**22. Врач ЛФК врачебно-физкультурного диспансера обязан выполнять все, кроме:**

- а) специальных обследований больных, направленных на ЛФК
- б) контроля работы инструкторов ЛФК и массажистов
- в) тестирования физической работоспособности спортсменов
- г) определения методики физических упражнений для больных
- д) определения методики специальных физических упражнений спортсменам с травмами и заболеваниями

**23. Врач ЛФК санатория должен выполнять следующие обязанности, кроме**

- а) проведения коррекции режима движений больного
- б) определения форм ЛФК и их дозировки
- в) контроля проведения занятий ЛФК инструктором ЛФК

- г) определения методики проведения климатотерапевтических процедур при физических упражнениях
- д) проведения физкультурно-оздоровительных праздников

**24. Врач ЛФК больницы должен выполнять все, кроме:**

- а) обходов больных по отделениям с целью своевременного назначения на ЛФК
- б) уточнения клинического диагноза больного
- в) самостоятельного изменения режима движений больных
- г) проведения обследований больных, назначенных на ЛФК
- д) определения методики и дозировки физической нагрузки в разных формах

**25. Форма нагрузки врача ЛФК на обследование одного больного составляет:**

- а) 60 мин.
- б) 50 мин.
- в) 30 мин.
- г) 20 мин.
- д) 10 мин.

**26. Норма нагрузки инструктора ЛФК для лечебной гимнастики терапевтическому больному в периоде выздоровления и хроническом течении состояния:**

- а) 50-45 мин.
- б) 45-40 мин.
- в) 35-20 мин.
- г) 15-20 мин.
- д) 10-15 мин.

**27. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики травматологическому больному в период иммобилизации составляет:**

- а) 40-30 мин.
- б) 30-35 мин.
- в) 25-10 мин.
- г) 10-15 мин.

**28. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики при травмах позвоночника и таза составляет:**

- а) 10-20 мин.
- б) 20-30 мин.
- в) 30-45 мин.
- г) 45-60 мин.

**29. Норма нагрузки инструктора ЛФК для проведения лечебной гимнастики неврологическим больным составляет:**

- а) 10-20 мин.
- б) 20-30 мин.
- в) 30-45 мин.
- г) 45-60 мин.

**30. Профессиональные обязанности инструктора лечебной физкультуры с высшим образованием включают:**

- а) соблюдение методических принципов построения занятий ЛФК в соответствии с состоянием больного
- б) контроль переносимости больными физических нагрузок
- в) контроль за техническим состоянием спортивного инвентаря в кабинете ЛФК и на спортплощадках
- г) обеспечение санитарно-гигиенических условий занятий ЛФК
- д) все перечисленное

**31. Лечебная физкультура - это:**

- а) лечебный метод
- б) научная дисциплина
- в) медицинская специальность
- г) составная часть реабилитационного процесса
- д) все перечисленное

**32. Общая физическая нагрузка - это:**

- а) нагрузка, обязательно включающая в активную деятельность все мышечные группы
- б) нагрузка, частично охватывающая группы мышц, но с напряженной работой
- в) и то, и другое
- г) ни то, ни другое

**33. Понятию лечебной физкультуры соответствуют термины:**

- а) физическая реабилитация
- б) кинезотерапия
- в) рефлексотерапия
- г) механотерапия
- д) правильно а) и б)

**34. Местная физическая нагрузка - это:**

- а) специальная нагрузка направленного действия
- б) нагрузка, охватывающая определенную группу мышц
- в) нагрузка, чередующая с общей нагрузкой и используемая по типу - от здоровых участков к поврежденным
- г) все перечисленное

**35. Метод лечебной физкультуры - это:**

- а) метод патогенетической терапии
- б) метод профилактики терапии
- в) метод функциональной терапии
- г) все перечисленное

**36. К средствам лечебной физкультуры не относятся:**

- а) режим приема медикаментов
- б) физические упражнения
- в) настольные игры

- г) массаж
- д) гимнастика йогов

**37. При назначении ЛФК врач обязан:**

- а) определить диагноз
- б) уточнить лечебные задачи
- в) подобрать средства медикаментозного лечения
- г) провести дополнительные исследования
- д) провести исследование функционального состояния и физической подготовки больного

**38. Средствами физкультуры решаются все перечисленные задачи, кроме:**

- а) повышения неспецифической сопротивляемости организма
- б) замещения недостающих гормонов
- в) восстановления нарушенного объема движения
- г) компенсации недостаточности дыхания
- д) стимуляции экстракардинальных факторов кровообращения

**39. Преимущественными методами ЛФК в детской клинике являются:**

- а) самостоятельный метод
- б) групповые занятия ЛФК
- в) спортивные соревнования
- г) механотерапия
- д) игровой метод

**40. Методические принципы применения физических упражнений у больных основаны на всем перечисленном, кроме:**

- а) постепенности возрастания физической нагрузки
- б) системности воздействия
- в) регулярности занятий
- г) применения максимальных физических нагрузок
- д) доступности физических упражнений

**41. В клинике внутренних болезней лечебная физкультура используется во всех перечисленных формах, кроме:**

- а) мануальной терапии
- б) утренней гимнастики
- в) лечебной гимнастики
- г) элементов спортивных упражнений
- д) игр

**42. К методическим приемам дозирования физических нагрузок в лечебной физкультуре относятся все перечисленные, кроме:**

- а) плотности нагрузки до 80 %
- б) длительности процедуры
- в) плотности нагрузки до 100 %
- г) изменения исходных положений
- д) темпа упражнений

**43. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме:**

- а) назначение двигательного режима
- б) элементов психофизической тренировки
- в) занятий лечебной гимнастики
- г) интенсивных физических тренировок
- д) трудоустройства больного

**44. Характеристика физических упражнений по анатомическому признаку включает:**

- а) упражнения для мелких мышечных групп
- б) упражнения для средних мышечных групп
- в) упражнения для крупных мышечных групп
- г) упражнения для тренировки функции равновесия
- д) правильно а), б), в)

**45. К двигательным режимам в санатории относятся:**

- а) палатный
- б) щадящий и щадяще-тренирующий
- в) свободный
- г) тренирующий
- д) правильно б) и г)

**46. Щадящий двигательный режим назначается отдыхающим санатория:**

- а) с острыми респираторными инфекциями и обострением ишемической болезни сердца
- б) перенесшим острые заболевания до поступления в санаторий
- в) органическими заболеваниями внутренних органов с выраженной функциональной недостаточностью
- г) органическими заболеваниями нервной системы и опорно-двигательного аппарата с болевым синдромом при движениях

**47. Щадяще-тренирующий двигательный режим предусматривает объем двигательной активности:**

- а) 10-8 ч в сутки
- б) 8-6 ч в сутки
- в) 6-4 ч в сутки
- г) 3-4 ч в сутки
- д) 1-2 ч в сутки

**48. Тренирующий двигательный режим назначается отдыхающим санатория, кроме лиц:**

- а) с начальными факторами заболевания
- б) физически подготовленных
- в) освоивших щадяще-тренирующий режим
- г) старческого возраста
- д) молодого и среднего возраста с хроническими заболеваниями в удовлетворительном функциональном состоянии



**49. Целесообразная протяженность маршрутов ходьбы на шадящем и шадяще-тренирующем двигательных режимах для однократной прогулки:**

- а) 200 м
- б) от 200 до 400 м
- в) от 500 до 3000 м
- г) от 4000 до 5000 м
- д) свыше 5000 м

**50. Дозирование нагрузки на велотренажере у больных осуществляется всем перечисленным, кроме:**

- а) скорости вращения педалей
- б) продолжительности велотренировки
- в) мощности нагрузки в ваттах
- г) энергетических затратах в килокалориях в минуту

**Критерии оценивания:**

$K = \frac{A}{P}$  – коэффициент усвоения, А – число правильных ответов, Р – общее число вопросов в тесте.

5 = 0,91-1

4 = 0,76-0,9

3 = 0,61-0,75

2 = 0,6

**Ключи к правильным ответам**

1.2 2.2 3.2 4.1 5.1 6.2 7.3 8.2 9.1 10.2 11.3 12.3 13.1 14.2 15.1  
16.2 17.3 18.1 19.2 20.2 21.2 22.2 23.3 24.2 25.3 26.3 27.1 28.1 29.2 30.1  
31.2 32.1 33.2 34.2 35.1 36.2 37.2 38.2 39.3 40.1 41.1 42.3 43.1 44.1 45.1  
46.1 47.1 48.1 49.2 50.1

**Критерии оценивания**

$K = \frac{A}{P}$  – коэффициент усвоения, А – число правильных ответов, Р – общее число вопросов в тесте.

5 = 0,91-1

4 = 0,76-0,9

3 = 0,61-0,75

2 = 0,6

**Темы рефератов**

**Оцениваемые компетенции – УК-7**

1. Общая характеристика метода лечебной физкультуры.
2. Обоснование лечебного применения физических упражнений. Противопоказания к применению лечебной физкультуры.
3. Средства, формы и методы лечебной физкультуры.
4. Лечебный массаж и его место в лечебной физкультуре.

5. Оценка эффективности применения лечебной физкультуры.
6. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно – сосудистой системы.
7. Лечебная физкультура при заболевании органов дыхания.
8. Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения.
9. Лечебная физкультура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
10. Лечебная физкультура при сколиозе.
11. Лечебная физкультура при остеохондрозе позвоночника.
12. Лечебная физкультура при гинекологических заболеваниях.
13. Лечебная физкультура при травмах и ушибах.
14. Лечебная физкультура при подготовке к операции и после хирургического вмешательства.
15. Лечебная физкультура при травмах и хирургическом вмешательстве на лице.
16. Лечебная физкультура при нарушении обмена веществ.
17. Дозирование физической нагрузки в оздоровительной тренировке.
18. Гигиенический массаж и самомассаж.
19. Возрастные и половые особенности оздоровительной физической культуры.
20. Физическая тренировка здоровых людей.
21. Современные оздоровительные системы физических упражнений.
22. Современные системы физических упражнений, связанные с регулированием телосложения.
23. Использование форм физической культуры в организации культурного досуга и здорового образа жизни.
24. Современное Олимпийское движение.
25. Паролимпийское движение в мире.

#### Требования к реферату

1. Написание реферата по дисциплине «Физическая культура» является одним из методов организации самостоятельной работы студентов.
2. Реферат должен быть подготовлен согласно теме, предложенной преподавателем. Допускается самостоятельный выбор темы реферата, но по согласованию с преподавателем.
3. Объем реферата - не менее 10 страниц, формата А 4, шрифт № 14, интервал - 1,5.
4. Реферат должен иметь:
  - титульный лист, оформленный согласно требованиям нормоконтроля;
  - содержание (введение, теоретическая часть, практический раздел, заключение, список литературы);
  - текст должен быть разбит на разделы, согласно содержанию;
  - практический раздел должен содержать методические рекомендации или комплекс физических упражнений с описанием и графическим изображением;
  - список литературы должен содержать не менее 5 источников.

| Критерии  | Показатели  |
|---|---|
| 1. Новизна реферированного текста<br>Макс. - 20 баллов      | - актуальность проблемы и темы; новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы;<br>- наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.  |
| 2. Степень раскрытия сущности проблемы<br>Макс. - 30 баллов | - соответствие плана теме реферата;<br>- соответствие содержания теме и плану реферата;<br>- полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;<br>- обоснованность способов и методов работы с материалом;<br>- умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;<br>- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы. |
| 3. Обоснованность выбора источников<br>Макс. - 20 баллов    | - круг, полнота использования литературных источников по проблеме;<br>- привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).  |
| 4. Соблюдение требований к оформлению<br>Макс. - 15 баллов  | - правильное оформление ссылок на используемую литературу;<br>- грамотность и культура изложения;<br>- владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;<br>- соблюдение требований к объему реферата;<br>- культура оформления: выделение абзацев.   |
| 5. Грамотность<br>Макс. - 15 баллов                         | - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;<br>- отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;<br>- литературный стиль.  |

#### Критерии оценки реферата

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, баллы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 91 - 100 баллов - «отлично»;
- 76 - 90 баллов - «хорошо»;
- 61 - 76 баллов - «удовлетворительно».

*Менее 61 баллов – «неудовлетворительно»*

#### **«Определение и оценка физического развития студента».**

1. Дайте общую оценку физического развития по большинству оценок антропометрических показателей.
2. Раскройте тип телосложения и оценку осанки.
3. Укажите конкретные недостатки, выявленные методами соматоскопии, антропометрии.
4. Сформулируйте рекомендации:

- а) по устранению выявленных недостатков средствами и методами основного вида спорта и дополнительными упражнениями;
- б) по выбору средств и способов повышения физического развития применительно к избранному виду спорта.

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Физическое воспитание в вузе.

2. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Краткая характеристика функциональных систем организма (костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной, сенсорных).

3. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности. Утомление при физической и умственной работе. Пути восстановления работоспособности.

4. Физиологические основы занятий физическими упражнениями.

5. Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Факторы, влияющие на здоровье.

6. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье. Здоровый образ жизни студента и его составляющие (режим труда и отдыха, организация сна, режим питания, организация двигательной активности, профилактика вредных привычек и др.).

7. Закаливание как средство укрепления здоровья (механизм закаливания; принципы и правила процесса закаливания; закаливающие факторы)

8. Работоспособность студентов и влияние на нее различных факторов. Средства физической культуры в регулировании работоспособности и профилактике утомления.

9. Принципы физического воспитания (сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, динамичности).

10. Средства и методы физического воспитания.

11. Основы обучения движениям. Этапы обучения.

12. Общая характеристика физических качеств. Взаимосвязь физических качеств.

13. Сила и методика ее развития.

14. Быстрота и методика ее развития.

15. Выносливость и методика ее развития.

16. Ловкость и методика ее развития.

17. Гибкость и методика ее развития.

18. Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП) в системе физического воспитания.

19. Понятие «нагрузка». Оценка и величина нагрузки. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности. Значение мышечной релаксации.

20. Коррекция физического развития, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.

21. Формы и содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями.

22. Утренняя гигиеническая гимнастика и ее физиологическое значение. Методика составления комплекса упражнений утренней гимнастики.

23. Ритмическая гимнастика. Влияние занятий ритмической гимнастикой на организм. Методические особенности занятий.

24. Оздоровительный бег - эффективная форма самостоятельных занятий физическими упражнениями.

25. Атлетическая гимнастика.

26. Коррекция массы тела.

27. Осанка. Дефекты осанки. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки.

28. Пульсовой режим рациональной тренировочной нагрузки. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки.

29. Гигиена самостоятельных занятий физическими упражнениями.

30. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Дневник самоконтроля.
31. Виды травм. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями.
32. Определение понятия «спорт». Массовый спорт. Спорт высших достижений. Единая спортивная классификация (ЕСК). Национальные виды спорта в спортивной классификации.
33. Студенческий спорт и его организационные особенности. Студенческие спортивные соревнования.
34. Обоснование индивидуального выбора видов спорта или систем физических упражнений. Краткая психофизическая характеристика основных групп видов спорта и современных систем физических упражнений.
35. Историческая справка о виде спорта (системе физических упражнений).
36. Подготовка спортсменов как многолетний непрерывный процесс. Перспективное планирование тренировки в избранном виде спорта.
37. Стороны спортивной подготовки (техническая, тактическая, физическая, психическая). Виды и методы контроля за эффективностью спортивных занятий.
38. Спортивная ориентация и отбор в спорте. Модельные характеристики спортсмена высокого класса.
39. Требования спортивной классификации и правила соревнований по избранному виду спорта.
40. Виды, цели и задачи диагностики. Врачебный и педагогический контроль занимающихся физическими упражнениями. Самоконтроль.
41. Определение физического развития, функциональной и физической подготовленности студентов. Методы стандартов, индексов, номограмм, функциональных проб, тестов.

### **Критерии оценивания:**

Оценки "отлично" заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка "отлично" выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Оценки "хорошо" заслуживает студент обнаруживший полное знание учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе. Как правило, оценка "хорошо" выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Оценки "удовлетворительно" заслуживает студент, обнаруживший знания основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка "удовлетворительно" выставляется студентам, допустившим погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Оценка "неудовлетворительно" выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Как правило, оценка "неудовлетворительно" ставится студентам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

**5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

5.1. Процедура оценивания – порядок действий при подготовке и проведении аттестационных испытаний и формировании оценки.

**Справочная таблица процедур оценивания  
(с необходимым комплектом материалов и критериями оценивания)**

| №п/п | Процедуры оценивания | Краткая характеристика   | Необходимое наличие материалов по оценочному средству в фонде | Критерии оценивания (примеры описания <sup>1</sup> )  | Возможность формирования компетенции на каждом этапе |        |        |
|------|----------------------|--|---|---|--|--------|--------|
|      |                      |  |   |   | Знания   | Навыки | Умения |
| 1.   | Тест (Т)             | Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.         | Фонд тестовых заданий   | $K = \frac{A}{P}$ <p><math>K</math> – коэффициент усвоения, <math>A</math> – число правильных ответов, <math>P</math> – общее число вопросов в тесте.<br/> <math>5 = 0,85-1</math><br/> <math>4 = 0,7-0,84</math><br/> <math>3 = 0,6-0,69</math><br/> <math>2 = 0,59</math></p>   | +  |        |        |
| 2.   | Реферат              | Самостоятельная письменная аналитическая работа, выполняемая на основе преобразования документальной информации, раскрывающая суть | Темы рефератов  | Изложенное понимание реферата как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: <u>новизна</u> текста; <u>обоснованность</u> выбора источника; <u>степень раскрытия</u> сущности вопроса; <u>соблюдения требований</u> к оформлению.<br><u>Новизна текста:</u> а) <u>актуальность</u> темы исследования; б) <u>новизна</u> и |  | +      | +      |

|  |  |   |  |   |  |  |  |
|--|--|---|--|---|--|--|--|
|  |  | <p>изучаемой темы; представляет собой краткое изложение содержания книги, научной работы, результатов изучения научной проблемы важного социально-культурного, народнохозяйственного или политического значения. Реферат отражает различные точки зрения на исследуемый вопрос, в том числе точку зрения самого автора.</p> |  | <p><u>самостоятельность</u> в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); <u>в) умение работать с исследованиями</u>, критической литературой, систематизировать и структурировать материал; <u>г) явленность авторской позиции</u>, самостоятельность оценок и суждений; <u>д) стилевое единство текста</u>, единство жанровых черт.</p> <p><b><u>Степень раскрытия сущности вопроса:</u></b> а) <u>соответствие</u> плана теме реферата; б) <u>соответствие</u> содержания теме и плану реферата; в) <u>полнота и глубина</u> знаний по теме; г) <u>обоснованность</u> способов и методов работы с материалом; е) <u>умение обобщать, делать выводы, сопоставлять</u> различные точки зрения по одному вопросу (проблеме).</p> <p><b><u>Обоснованность выбора источников:</u></b> а) <u>оценка использованной литературы:</u> привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.).</p> <p><b><u>Соблюдение требований к оформлению:</u></b> а) <u>насколько верно</u> оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) <u>оценка грамотности и культуры изложения</u> (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение</p> |  |  |  |
|--|--|---|--|---|--|--|--|



|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  | <p>терминологией; в) соблюдение <u>требований</u> к объёму реферата.</p> <p><b>Рецензент должен чётко сформулировать</b> замечание и вопросы, желательно со ссылками на работу (можно на конкретные страницы работы), на исследования и фактические данные, которые не учёл автор.</p> <p><b>Рецензент может также указать:</b> <u>обращался ли</u> учащийся к теме ранее (рефераты, письменные работы, творческие работы, олимпиадные работы и пр.) и есть ли какие-либо предварительные результаты; <u>как выпускник вёл работу</u> (план, промежуточные этапы, консультация, доработка и переработка написанного или отсутствие чёткого плана, отказ от рекомендаций руководителя).</p> <p>В конце рецензии руководитель и консультант, учитывая сказанное, определяют оценку. Рецензент сообщает замечание и вопросы учащемуся за несколько дней до защиты.</p> <p><b>Учащийся</b> представляет реферат на рецензию не позднее чем за неделю до экзамена. Рецензентом является научный руководитель. Опыт показывает, что целесообразно ознакомить ученика с рецензией за несколько дней до защиты. Оппонентов назначает председатель аттестационной комиссии по предложению научного руководителя. Аттестационная комиссия на экзамене знакомится с рецензией на представленную работу и выставляет оценку после защиты реферата.</p> |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|

|  |  |  |  |   |  |  |  |
|--|--|--|--|---|--|--|--|
|  |  |  |  | <p>Для устного выступления ученику достаточно 10-20 минут (примерно столько времени отвечает по билетам на экзамене).</p> <p><b>Оценка 5 ставится</b>, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.</p> <p><b>Оценка 4</b> – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.</p> <p><b>Оценка 3</b> – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.</p> <p><b>Оценка 2</b> – тема реферата не раскрыта,</p> |  |  |  |
|--|--|--|--|---|--|--|--|

|    |            |   |  |  |   |   |   |
|----|------------|---|--|--|---|---|---|
|    |            |   |  | обнаруживается существенное непонимание проблемы.<br><b>Оценка 1</b> – реферат выпускником не представлен.   |   |   |   |
| 3. | зачет (ДЗ) | Курсовые зачеты по всей дисциплине или ее части преследуют цель оценить работу студента за курс (семестр), полученные теоретические знания, прочность их, развитие творческого мышления, приобретение навыков самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их к решению практических задач. | Вопросы для подготовки. Комплект зачетных билетов. | <p>Оценки "отлично" заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка "отлично" выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.</p> <p>Оценки "хорошо" заслуживает студент обнаруживший полное знание учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе. Как правило, оценка "хорошо" выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.</p> | + | + | + |

|  |  |  |  |   |  |  |  |
|--|--|--|--|---|--|--|--|
|  |  |  |  | <p>Оценки "удовлетворительно" заслуживает студент, обнаруживший знания основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка "удовлетворительно" выставляется студентам, допустившим погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.</p> <p>Оценка "неудовлетворительно" выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Как правило, оценка "неудовлетворительно" ставится студентам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.</p> |  |  |  |
|--|--|--|--|---|--|--|--|

## 5.2.Критерии сформированности компетенций по разделам

| Код занятия | Наименование разделов и тем/вид занятия/                      | Компетенции | а оцениван | Всего баллов | Не освоены  | Уровень 1    | Уровень 2    | Уровень 3     |
|-------------|---|-------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| 1.          | <b>Раздел 1 Легкая атлетика</b>                               | УК-7        | у          |              | 0-20        | 21-28        | 29-36        | 37-40         |
| 2.          | Понятие о легкой атлетике /Пр/                                | УК-7        | у          | 10           | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 3           | Обучение технике бега на короткие дистанции. /Пр/             | УК-7        | у          | 10           | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 4           | Обучение бегу на средние дистанции. /Пр/                      | УК-7        | у          | 10           | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 5           | Обучение технике бега на длинные дистанции. /Пр/              | УК-7        | у          | 10           | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 6           | <b>Раздел 2.Общая физическая подготовка</b>                   | УК-7        | у          |              | 0-35        | 36-64        | 52-65        | 66-70         |
| 7           | Общеразвивающие упражнения /Пр/                               | УК-7        | у          | 15           | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 8           | Обучение прыжку в длину с места /Пр/                          | УК-7        | у          | 15           | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 9           | Зачет   | УК-7        | у          | 30           | 0-12        | 13-18        | 19-24        | 25-30         |
| 10          | <b>Итого</b>  | УК-7        | у          | <b>100</b>   | <b>0-60</b> | <b>61-75</b> | <b>76-90</b> | <b>91-100</b> |
| 11          | Обучение прыжкам через скакалку /Пр/                          | УК-7        | у          | 10           | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 12          | Обучение подтягиванию из виса лежа на низкой перекладине /Пр/ | УК-7        | у          | 10           | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 13          | Кардио /Пр/   | УК-7        | у          | 10           | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 14          | Обучение подтягивания /Пр/                                    | УК-7        | у          | 10           | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 15          | <b>Раздел 3.Гимнастика</b>                                    | УК-7        | у          |              | 0-42        | 43-57        | 58-71        | 72-85         |
| 16          | Кувырок вперед /Пр/   | УК-7        | у          | 15           | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 17          | Кувырок назад /Пр/  | УК-7        | у          | 15           | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 18          | Зачет   | УК-7        | у          | 30           | 0-12        | 13-18        | 19-24        | 25-30         |

|    |  |      |   |            |             |              |              |               |
|----|--|------|---|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| 19 | <b>Итого</b>   | УК-7 | у | <b>100</b> | <b>0-60</b> | <b>61-75</b> | <b>76-90</b> | <b>91-100</b> |
| 20 | Группировка. Перекаты в группировке /Пр/   | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 21 | Стойка на лопатках /Пр/  | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 22 | Парная акробатика: хваты, основы балансирования, силовые упражнения, пирамидовы упражнения /Пр/                        | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 23 | Комплекс упражнений /Пр/   | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 24 | комплекс упражнений на развитие гибкости.Шпагат /Пр/   | УК-7 | у | 15         | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 25 | <b>Раздел 4.Спортивные игры</b>  | УК-7 | у |            | 0-22        | 23-33        | 34-42        | 43-45         |
| 26 | Понятие о спортивных играх /Пр/  | УК-7 | у | 15         | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 27 | Зачет  | УК-7 | у | 30         | 0-12        | 13-18        | 19-24        | 25-30         |
| 28 | <b>Итого</b>   | УК-7 | у | <b>100</b> | <b>0-60</b> | <b>61-75</b> | <b>76-90</b> | <b>91-100</b> |
| 29 | Волейбол /Пр/  | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 30 | Баскетбол /Пр/   | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 31 | Футбол /Пр/  | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 32 | <b>Раздел 5.Лыжная подготовка</b>  | УК-7 | у |            | 0-20        | 21-27        | 28-35        | 36-40         |
| 33 | Обучение попеременному двухшажному ходу /Пр/   | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 34 | Спуск и подъем /Пр/  | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 35 | классический стиль.коньковый стиль /Пр/  | УК-7 | у | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 36 | Совершенствование попеременного двухшажного хода; одновременного одношажного хода, одновременного бесшажного хода /Пр/ | УК-7 | у | 5          | 0-2         | 3            | 4            | 5             |
| 37 | Обучение одновременному одношажному ходу, одновременному бесшажному ходу. /Пр/   | УК-7 | у | 5          | 0-2         | 3            | 4            | 5             |
| 38 | Зачет  | УК-7 | у | 30         | 0-12        | 13-18        | 19-24        | 25-30         |
| 39 | <b>Итого</b>   | УК-7 | у | <b>100</b> | <b>0-60</b> | <b>61-75</b> | <b>76-90</b> | <b>91-100</b> |

|    |                                     |      |   |            |             |              |              |               |
|----|-------------------------------------|------|---|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| 40 | <b>Раздел 6.Национальные прыжки</b> | УК-7 | y |            | 0-27        | 28-35        | 36-45        | 46-55         |
| 41 | Прыжок "Куобах" /Пр/                | УК-7 | y | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 42 | Прыжок "Ыстанга" /Пр/               | УК-7 | y | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 43 | Прыжок "Кылыы" /Пр/                 | УК-7 | y | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 44 | Тройной прыжок /Пр/                 | УК-7 | y | 15         | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 45 | <b>Раздел 7.Легкая атлетика</b>     | УК-7 | y |            | 0-47        | 48-61        | 62-74        | 75-95         |
| 46 | Шашки /Пр/                          | УК-7 | y | 15         | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 47 | Шахматы /Пр/                        | УК-7 | y | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 48 | Зачет                               | УК-7 | y | 30         | 0-12        | 13-18        | 19-24        | 25-30         |
| 49 | <b>Итого</b>                        | УК-7 | y | <b>100</b> | <b>0-60</b> | <b>61-75</b> | <b>76-90</b> | <b>91-100</b> |
| 51 | Метание ядра /Пр/                   | УК-7 | y | 10         | 0-5         | 6-7          | 8-9          | 10            |
| 52 | Метание гранаты /Пр/                | УК-7 | y | 15         | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 53 | Многоборье /Пр/                     | УК-7 | y | 15         | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 54 | Спортивная ходьба /Пр/              | УК-7 | y | 15         | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 55 | Кросс /Пр/                          | УК-7 | y | 15         | 0-6         | 7-9          | 10-12        | 13-15         |
| 56 | Зачет                               | УК-7 | y | 30         | 0-2         | 3            | 4            | 5             |
| 57 | <b>Итого</b>                        | УК-7 | y | <b>100</b> | <b>0-60</b> | <b>61-75</b> | <b>76-90</b> | <b>91-100</b> |

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПО ФОС ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЕЙ)

основной образовательной программы по направлению подготовки 09.03.02.  
«Информационные системы и технологии»  
направленность (профиль) «Управление аграрными проектами в области информационных технологий»

Представленный к экспертизе фонд оценочных средств соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 09.03.02. «Информационные системы и технологии», утвержденный Приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017г. №926.

Оценочные средства промежуточного контроля соответствуют целям и задачам реализации основной образовательной программы по направлению подготовки соответствует целям и задачам рабочих программ преподаваемых дисциплин реализации программы разработаны для текущей и промежуточной аттестации и представляет собой совокупность разработанных кафедрами материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения.

Задачами ФОС являются контроль и управление процессом, приобретения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций, заявленных в образовательной программе по данной специальности.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по изучению дисциплины включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на этапе прохождения практики, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания и материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков, и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Данные материалы позволяют в полной мере оценить результаты обучения по программе, а также оценивать сформированности компетенций, умений и навыков в сфере профессионального общения.

Оценочные средства, заключенные в представленный фонд отвечают основным принципам формирования ФОС, отвечают задачам профессиональной деятельности выпускника.

Оценочные средства и учебно-методическое обеспечение изучаемых дисциплин представлены в достаточном объеме.

Заключение: разработанные и представленные для экспертизы фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплинам (модулям) рекомендуются к использованию в процессе подготовки бакалавров по направлению подготовки 09.03.02. «Информационные системы и технологии» направленности (профили) «Управление аграрными проектами в области информационных технологий».

Экспертизу провела:  
Профессор кафедры «Прикладная механика»  
ИФ ФГБОУ ВО «Якутской ГСХА»

«19» февраля 2019г.



Кокшова Г.Е.