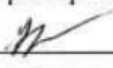


МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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 №157 ПЕРЕИМЕНОВАНО в Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Якутский государственный аграрно-ветеринарный университет» (лист записи в ЕГРЮЛ от 08.07.2020)

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМ Р

М.Н.Халдеева
23.04 2020 г.

Лечебная физическая культура рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физической культуры и спорта**

Учебный план b36030203_20_12_3М.plx.plx
Направление - Зоотехния

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328
в том числе:
аудиторные занятия 328
самостоятельная работа 0

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1, 2, 3, 4, 5, 6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Неделя	15	5/6	21	3/6	14	5/6	21	4/6	15	3/6	14	1/6		
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Практические	60	60	66	66	62	62	66	66	44	44	30	30	328	328
Итого ауд.	60	60	66	66	62	62	66	66	44	44	30	30	328	328
Контактная работа	60	60	66	66	62	62	66	66	44	44	30	30	328	328
Итого	60	60	66	66	62	62	66	66	44	44	30	30	328	328

Рабочая программа дисциплины

Лечебная физическая культура

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 36.03.02 Зоотехния (приказ Минобрнауки России от 22.09.2017 г. № 972)

составлена на основании учебного плана:

Направление - Зоотехния

утвержденного учёным советом вуза от 26.03.2020 протокол № 40.

Разработчик (и) РПД:

ассистент, Малукова Светлана Робертовна



Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физической культуры и спорта

Протокол от 30 03 2020 г. № 10

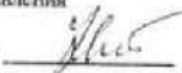
Срок действия программы: уч.г.

Зав. кафедрой Черкашин И.А.



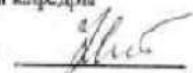
Руководитель направления

Черноградская Н.М.



Зав. профилирующей кафедры

Черноградская Н.М.



Протокол заседания кафедры от 30 03 2020 г. № 31

Председатель МК факультета

 Заварова Л.Н.

Протокол заседания МК факультета от 15 04 2020 г. № 511

Председатель УМС ФГБОУ ВО Якутская ГСХА

 Сивцев Н.А.

Протокол заседания УМС от 23 04 2020 г. № 4

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК

23.05.2020 г. N 6 *С. Захаров*

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры **Общей зоотехнии**

Протокол от 22 05 2020 г. № 30
Зав. кафедрой Черноградская Н.М. *Н.М. Черноградская*

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК

24.05.2021 г. N 5 *А.И. Акулиничев*

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры **Общей зоотехнии**

Протокол от 05 04 2021 г. № 5
Зав. кафедрой Черноградская Н.М. *Н.М. Черноградская*

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК

16.05.2022 г. N 5 *С. Захаров*

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры **Общей зоотехнии**

Протокол от 30 04 2022 г. № 33/2
Зав. кафедрой Черноградская Н.М. *Н.М. Черноградская*

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК

16 05 2023 г. N 23 *А.И. Акулиничев*

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры **Общей зоотехнии**

Протокол от 10 05 2023 г. № 25
Зав. кафедрой Захарова Л.Н. *С. Захаров*

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

- приобретение студентами теоретических знаний и практических навыков проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;
- повысить уровень знаний теории создания комплекса ЛФК при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм;
- привить навыки практической деятельности использования ЛФК и массажа для первичной профилактики заболеваний, травм и для реабилитации.

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

УК-7

Знать:

Уровень 1	- имеет общее представление о физической культуре; - имеет общее представление об основах физической культуры и здорового образа жизни
Уровень 2	- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста - сформированные, но содержащие отдельные пробелы представления об основах физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно – технической подготовке);
Уровень 3	- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; основы физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств

Уметь:

Уровень 1	- использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; применять средства физической культуры для профилактики, оздоровления и реабилитации
Уровень 2	- применять средства физической культуры для профилактики, оздоровления и реабилитации человека;
Уровень 3	- применять методы первой помощи;

Владеть:

Уровень 1	- фрагментарное владение средствами совершенствования и оздоровления организма; - имеет навыки использования физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, но недостаточно для развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты,
Уровень 2	- владеет средствами совершенствования и оздоровления организма; - в целом успешное, но не систематическое использование физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты,
Уровень 3	- средствами совершенствования и оздоровления организма; - навыками использования физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты, гибкости; - ведения дневника самоконтроля

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

2.1	Знать:
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);
2.2	Уметь:
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

2.3	Владеть:
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
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» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья,
3.1.2	Физическая культура и спорт
3.1.3	
3.1.4	Лечебная физическая культура
3.1.5	Лечебная физическая культура
3.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
3.2.1	Изучение дисциплины необходимо для успешного освоения дисциплин профессионального цикла и практик, формирующих компетенции
3.2.2	Формирование знаний, умений и навыков Физической культуры личности для сохранения и укрепления здоровья.
3.2.3	Безопасность жизнедеятельности
3.2.4	
3.2.5	
3.2.6	Лечебная физическая культура
3.2.7	Лечебная физическая культура

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 (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд		
Неделя	14,8		19,5		14,8		18,7		14,8		16,2			
Вид занятий	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд	уп	рпд
Практические	60	60	60	60	44	44	44	44	60	60	60	60	328	328
Итого ауд.	60	60	60	60	44	44	44	44	60	60	60	60	328	328
Контактная работа	60	60	60	60	44	44	44	44	60	60	60	60	328	328
Итого	60	60	60	60	44	44	44	44	60	60	60	60	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)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание

	Раздел 1. Введение. Общие основы ЛФК и массажа						
1.1	Введение. Общие основы ЛФК и массажа /Пр/	1	6	УК-7		0	
1.2	Понятие о лечебной физической культуре /Пр/	1	6	УК-7		0	
1.3	Основные этапы становления и развития ЛФК в России /Пр/	1	4	УК-7		0	
1.4	Использование физических упражнений в профилактике и лечении заболеваний, осложнений, в восстановлении работоспособности у больных и травмированных /Пр/	1	6	УК-7		0	
1.5	Показания и противопоказания к применению физических упражнений с лечебной целью /Пр/	1	6	УК-7		0	
1.6	Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений в свете представлений о болезни и лечении больного. /Пр/	1	6	УК-7		0	
1.7	Механизм лечебного действия физических упражнений. /Пр/	1	6	УК-7		0	
1.8	Средства ЛФК. Классификация физических упражнений. /Пр/	1	6	УК-7		0	
1.9	Формы занятий ЛФК: лечебная гимнастика, утренняя гигиеническая гимнастика, самостоятельные занятия, дозированная ходьба и бег, терренкур, лыжи, игры и др. /Пр/	1	4	УК-7		0	
1.10	Методы ЛФК: строго регламентированные упражнения и игровые /Пр/	1	6	УК-7		0	
1.11	Место массажа в системе физической реабилитации. /Пр/	1	4	УК-7		0	
	Раздел 2. ЛФК и массаж при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата						
2.1	Характеристика травм опорно-двигательного аппарата (ОДА) и их основные клинические проявления. /Пр/	2	6	УК-7		0	
2.2	Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах ОДА /Пр/	2	6	УК-7		0	
2.3	Особенности методики ЛФК и массажа при травмах ОДА /Пр/	2	6	УК-7		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	6	УК-7		0	

2.5	Понятие об осанке. /Пр/	2	6	УК-7		0	
2.6	Классификация нарушений осанки. Краткая клиническая характеристика различных дефектов осанки. /Пр/	2	6	УК-7		0	
2.7	Методика ЛФК и массажа при нарушениях осанки и механизмы лечебного действия физических упражнений. /Пр/	2	6	УК-7		0	
2.8	Профилактика нарушений осанки. /Пр/	2	6	УК-7		0	
2.9	Сколиотическая болезнь. Виды сколиоза. /Пр/	2	4	УК-7		0	
2.10	Особенности методики ЛФК и массажа в зависимости от степени и локализации сколиоза. /Пр/	2	4	УК-7		0	
2.11	Понятие о плоскостопии Методика ЛФК и массажа при плоскостопии, ее особенности Понятие о плоскостопии /Пр/	2	4	УК-7		0	
	Раздел 3.ЛФК при ожогах и отморожениях						
3.1	Ожоги и отморожения, их этиология, патогенез, основные клинические проявления. /Пр/	3	4	УК-7		0	
3.2	Методы лечения. /Пр/	3	4	УК-7		0	
3.3	Основные механизмы лечебного действия физических упражнений при ожоговой болезни и отморожении. /Пр/	3	4	УК-7		0	
3.4	Особенности методики ЛФК в зависимости от клинического течения ожогов, отморожений и их локализации /Пр/	3	4	УК-7		0	
	Раздел 4.ЛФК при ампутациях						
4.1	Понятие об ампутации /Пр/	3	2	УК-7		0	
4.2	Причины, вызывающие ампутацию. /Пр/	3	2	УК-7		0	
4.3	Механизмы лечебного действия физических упражнений при ампутации конечностей. /Пр/	3	2	УК-7		0	
4.4	Методика ЛФК в разные периоды лечения после ампутации, а также в зависимости от уровня и вида протезирования (ампутация пальцев, кисти, предплечья, плеча, бедра, голени, стопы, пальцев стопы). /Пр/	3	2	УК-7		0	
4.5	Роль ЛФК в реабилитации больных после ампутации /Пр/	3	2	УК-7		0	

	Раздел 5.ЛФК и массаж при заболеваниях и повреждениях нервной системы						
5.1	Краткие данные о проявлениях заболеваний и повреждений нервной системы. /Пр/	3	2	УК-7		0	
5.2	Расстройства движений (спастические и вялые параличи, гиперкинезы), чувствительности, функций вегетативного отдела и трофической функции нервной системы. /Пр/	3	2	УК-7		0	
5.3	Понятие об основных поражениях центральной нервной системы. /Пр/	3	2	УК-7		0	
5.4	Основные клинические данные о нарушениях мозгового кровообращения и повреждениях спинного мозга в зависимости от уровня локализации. /Пр/	3	4	УК-7		0	
5.5	Задачи и особенности методики ЛФК и массажа. /Пр/	3	4	УК-7		0	
5.6	Классификация и характеристика средств ЛФК: лечение положением, пассивные упражнения, схема восстановления и характеристика активных движений, борьба с синкинезиями (непроизвольными добавочными движениями), восстановление навыков ходьбы, бытовых и трудовых навыков и т.д /Пр/	3	4	УК-7		0	
5.7	Основные клинические данные о заболеваниях и травмах периферической нервной системы. /Пр/	4	4	УК-7		0	
5.8	ЛФК и массаж при заболеваниях и травмах периферической нервной системы (радикулиты, плекситы, невриты и т.д.). /Пр/	4	4	УК-7		0	
5.9	Механизмы лечебного действия физических упражнений и особенности методики занятий физическими упражнениями с лицами, перенесшими заболевания периферических нервов /Пр/	4	4	УК-7		0	
	Раздел 6.ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы						
6.1	Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, пороки сердца, атеросклероз, гипертоническая и гипотоническая болезнь, заболевания сосудов и пр.). /Пр/	4	4	УК-7		0	
6.2	Показания и противопоказания к назначению ЛФК. /Пр/	4	4	УК-7		0	

6.3	Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. /Пр/	4	4	УК-7		0	
6.4	Особенности методики ЛФК в зависимости от вида и тяжести сердечно-сосудистой патологии /Пр/	4	4	УК-7		0	
	Раздел 7.ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания						
7.1	Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний органов дыхания (острая и хроническая пневмония, бронхит, плеврит, бронхиальная астма, эмфизема легких). /Пр/	4	4	УК-7		0	
7.2	Основные механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания. /Пр/	4	4	УК-7		0	
7.3	Особенности методики лечебной физической культуры при отдельных заболеваниях органов дыхания /Пр/	4	4	УК-7		0	
7.4	Специальные дыхательные упражнения /Пр/	4	4	УК-7		0	
	Раздел 8.ЛФК и массажпри заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ						
8.1	ЛФК и массажпри заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ /Пр/	5	8	УК-7		0	
8.2	Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний органов пищеварения (гастриты, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, опущение органов брюшной полости и пр.). /Пр/	5	8	УК-7		0	
8.3	Особенности методики массажа отдельных заболеваний желудочно-кишечного тракта. /Пр/	5	8	УК-7		0	
8.4	Механизмы лечебного действия физических упражнений и методика ЛФК при заболеваниях органов пищеварения. /Пр/	5	8	УК-7		0	
8.5	Особенности методики ЛФК и массажа при отдельных расстройствах обмена веществ /Пр/	5	10	УК-7		0	
8.6	Основные данные о расстройствах обмена веществ и заболеваниях эндокринных желез (ожирение, подагра, сахарный диабет). /Пр/	5	10	УК-7		0	
8.7	Механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа при расстройствах обмена веществ. /Пр/	5	8	УК-7		0	
8.8	Особенности методики ЛФК и массажа при отдельных расстройствах обмена веществ /Пр/	6	8	УК-7		0	
	Раздел 9.ЛФК и массаж при заболеваниях почек и мочевыводящих путей						

9.1	ЛФК и массаж при заболеваниях почек и мочевыводящих путей /Пр/	6	12	УК-7		0	
9.2	Краткие данные об этиологии, патогенезе и основных симптомах заболеваний мочевыделительной системы. /Пр/	6	8	УК-7		0	
9.3	Основные клинические данные заболеваний органов мочевого выделения (нефроз, пиелит, цистит, опущение почки, почечнокаменная болезнь). /Пр/	6	8	УК-7		0	
9.4	Показания и противопоказания к назначению ЛФК. /Пр/	6	8	УК-7		0	
9.5	Методы лечения и механизмы лечебного действия физических упражнений /Пр/	6	8	УК-7		0	
9.6	Методика ЛФК и массажа при отдельных заболеваниях органов мочевого выделения /Пр/	6	8	УК-7		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 планируемым результатам 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

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
7.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	
7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)	
Э1	Электронная - библиотечная система издательства «Лань»:
Э2	Moodle.ysoa/ru
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	

7.3.1.1	Windows Vista TM Home Basic K OEMAct
7.3.1.2	LIBREOFFICE (открытое лицензионное соглашение NUGeneralPublicLicense)
7.3.1.3	DoctorWeb (лицензионный договор)
7.3.1.4	Adobe Reader
7.3.2 Перечень информационных справочных систем	
7.3.2.1	- справочно- правовая система Консультант Плюс, версия Проф;
7.3.2.2	- ru.wikipedia;
7.3.2.3	- slovari.yandex.ru;
7.3.2.4	- федеральный портал Российское образование http://www.edu.ru/ ;
7.3.2.5	- федеральный образовательный портал http://ecsocman.hse.ru/ ;
8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)	
<p>Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)</p> <p>При обучении по дисциплине используется система, поддерживающая дистанционное образование - «Moodle» (moodle.usaa.ru), ориентированная на организацию дистанционных курсов, а также на организацию взаимодействия между преподавателем и обучающимися посредством интерактивных обучающих элементов курса.</p> <p>Для обучающихся лиц предоставляются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учебные пособия, методические указания в печатной форме (раздел 11. настоящей рабочей программы); - учебные пособия, методические указания в форме электронного документа (раздел 12. настоящей рабочей программы); - печатные издания (раздел 11 настоящей рабочей программы). <p>- 2.102: Аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации.</p>	
9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	

Методические рекомендации преподавателю: Преподавание учебной дисциплины «ЛФК» должно вестись в соответствии с ФГОС. Преподаватель обязан знать все теоретические разделы курса, уметь доходчиво объяснять студентам основные принципы, средства и методы лечебных физических упражнений, а также их физиологического действия на организм, системы и органы. В педагогической деятельности преподаватель должен опираться на современные знания, для чего необходимо использовать при подготовке к аудиторным занятиям не только классические учебники, но и современные подходы к ЛФК, стремиться не к тривиальной передаче знаний студентам, а к управлению их учением.

При реализации рабочей программы следует соблюдать логические связи между отдельными темами и разделами данной дисциплины, четко структурировать материал, опираться на дидактические единицы и использовать специфическую терминологию.

Методология подготовки преподавателя к аудиторным занятиям должна осуществляться в три этапа: диагностика – наблюдая, оценивать уровень мотивации студентов, степень их познавательного интереса, способности и возможности; прогнозирование – определение возможного развития событий во время занятия (например, вопросы, требующие дополнительных разъяснений или показа и пр.); проектирование – составление сценария учебного занятия (замысел, цель, содержание, средства, этапы: вступление, основная часть, заключение). Все это в определенной мере относится к организации проведения лекций и практикумов. До начала занятий преподаватель обязан разработать методические указания, апробировать их, обеспечить место занятий. Студентам под началом преподавателя предлагается выполнить само -

стоятельно весь перечень практикумов. Самостоятельная работа студентов (СРС) в тесной связи с аудиторными занятиями представляется одним из важнейших средств организации учебно-воспитательного процесса и управления им. Для организации СРС необходимо создавать комплексные системы средств, форм и методов обучения, включающие все виды учебного процесса, внеучебные мероприятия и виды работ (контрольные, рефераты, курсовые, дипломные проекты и пр.). Все задания предметной подготовки (аудиторные занятия и СРС) должны иметь однотипную структуру (тема, цель, задачи, содержание, нормирование, форма отчета и список необходимой литературы), а также преследовать получение студентом профессионально необходимых знаний, умений и навыков. Преподаватель лишь организует познавательную деятельность студентов, само же познание осуществляет сам студент. Эта работа четко планируется преподавателем в соответствии с задачами: определить полный объем информации по дисциплине, выносимой на самостоятельную работу; установить оптимальный объем информации, подлежащей оперативному и текущему контролю (задание, тема, раздел, количество глав учебника, конспекты и др.); определить периодичность текущего и промежуточного (этапного) контроля знаний, средства и методы контроля.

Определяющим фактором успешности управления СРС является информация, предполагающая прямую и обратную связь между преподавателем и студентом.

Прямая связь осуществляется по схеме: программа СРС – нормирование – планирование – организационно-методическое обеспечение – состояние обучаемого – результативность самостоятельной работы. Обратная связь – информация, идущая от студента (как объекта управления) к преподавателю (как управляющего элемента системы СРС).

Контроль за СРС осуществляется по двум направлениям:

- первое – заключается в получении объективной информации о состоянии системы планирования, организационно-методического обеспечения и руководства СРС;
- второе – в объективной оценке качества и прочности усвоения материала студентом по учебной дисциплине. Этот контроль должен быть систематическим при использовании разных форм

Методические рекомендации студентам: Начальный этап изучения курса «Лечебная физическая культура» предполагает обязательное повторение студентом материалов курсов анатомии и физиологии человека: о строении и функции висцеральных систем, нервно-мышечного аппарата, кровообращения и лимфообращения, ЦНС и периферической нервной системы, учение о висцеро-моторных и моторно-висцеральных рефлексах. Необходимо также повторить разделы спортивной медицины: травмы в спорте, нозологию заболеваний, медицинский контроль в спорте.

При освоении теоретического материала по ЛФК студент должен осознавать практическую значимость дисциплины, опираясь на базисные принципы функциональных систем.

Программа данной дисциплины предусматривает прохождение теоретического и практического разделов по лечебной физкультуре. На лекциях рассматриваются основные принципы, средства и методы лечебной физической культуры и массажа. Студент не должен являться пассивным слушателем, а быть активным объектом восприятия информации, экстраполируя ее на практическую деятельность.

Для этого необходима систематическая самостоятельная работа студента (СРС) с основной и дополнительной литературой, рекомендованной преподавателем.

На практических занятиях студент должен получить навыки составления конспектов по лечебной гимнастике для лиц с разными заболеваниями, травмами, особенностями отклонений состояния опорно-двигательного аппарата, систем дыхания и кровообращения от нормы, в том числе в зависимости от возраста и пола. Кроме этого необходимо получить практические навыки проведения лечебной гимнастики.

Каждый из видов практического занятия должен заканчиваться зачетным выполнением задач ЛФК.

Студент должен проникнуться пониманием того, СРС завершает задачи всех других видов аудиторной деятельности.

В узком смысле СРС – это чтение и конспектирование первоисточников, учебников, дополнительной литературы, собственных конспектов при подготовке к лекциям и практическим занятиям, собеседованиям, зачетам и экзаменам, а также выполнение контрольных, реферативных и курсовых работ, вплоть до подготовки выпускной квалификационной работы. В широком смысле в СРС входит осмысление вопросов учебной программы, формирование и закрепление убеждений и в конечном результате – целостное формирование специалиста.

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 Levenhuk Wise 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 соответствии 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, передвигающихся в кресле-коляске возможно составление расписания занятий таким образом, чтобы обеспечить минимум передвижений по академии – на одном этаже, в одном крыле и т.д.

Направляющие тактильные напольные плитки располагаются в коридорах для обозначения инвалидам по зрению направления движения, а также для предупреждения их о возможных опасностях на пути следования.

Контрастная маркировка позволяет слабовидящим получать информацию о доступности для них объектов, изображенных на знаках общественного назначения и наличии препятствия.

В главном учебном корпусе и корпусе факультета ветеринарной медицины общественные уборные переоборудованы для

всех категорий инвалидов и лиц с ОВЗ, с кнопкой вызова с выходом на дежурного вахтера.

Адаптация образовательных программ и учебно-методического обеспечения образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Исходя из конкретной ситуации и индивидуальных потребностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается: возможность включения в вариативную часть образовательной программы специализированных адаптационных дисциплин (модулей); приобретение печатных и электронных образовательных ресурсов, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов; определение мест прохождения практик с учетом требований их доступности для лиц с ограниченными возможностями здоровья; проведение текущей и итоговой аттестации с учетом особенностей нозологий инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; разработка при необходимости индивидуальных учебных планов и индивидуальных графиков обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья учебно-методический отдел.

Во время проведения занятий в группах, где обучаются инвалиды и обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья, возможно применение звукоусиливающей аппаратуры, мультимедийных и других средств для повышения уровня восприятия учебной информации обучающимися с различными нарушениями.

Форма проведения текущей и итоговой аттестации для студентов-инвалидов может быть установлена с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.), при необходимости студенту-инвалиду может быть предоставлено дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

В академии имеется <http://moodle.ysaa.ru/> - системы Moodle (модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда) виртуальной обучающей среды, свободная система управления обучением, ориентированная, прежде всего на организацию взаимодействия между преподавателем и студентами, а так же поддержки очного обучения.

Веб-портфолио располагается на информационном портале академии <http://stud.ysaa.ru/>, который позволяет не только 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 ресурсу «Научно-издательский центр ИНФРА-М» в рамках договора на оказание услуг по предоставлению доступа
- Доступ к 53 наименованиям журналов на платформе Научной электронной библиотеки Elibrary.ru;
- Доступ к информационным ресурсам СВФУ;
- Доступ к Национальному цифровому ресурсу Руконт;
- Доступ к электронному каталогу Научной библиотеки ЯГСХА на АИБС «Ирбис64»;
- 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

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЯКУТСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ»
(ФГБОУ ВО Якутская ГСХА)
Агротехнологический факультет

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Дисциплина (модуль) Лечебная физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы 36.03.02 Зоотехния

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная/заочная

Общая трудоемкость 328ч

Якутск 2020

Фонд оценочных средств составлен в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 36.03.02 Зоотехния, утвержденный Приказом Министра образования и науки Российской Федерации от 22.09.2017 г. № 972, Приказом Министра образования и науки Российской Федерации от «19» декабря 2013 г. N 1367 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры».

Разработчик(и) программы Молукова С.Р.

(степень, звание, фамилия, имя, отчество)

Руководитель разработчика программы _____

подпись

/ Черкашин И.А.

фамилия, имя, отчество

Протокол заседания кафедры № 31 от 30.03.2020 г.

Зав.профилирующей кафедрой _____

подпись

/Черноградская Н.М./

фамилия, имя, отчество

Протокол заседания кафедры № 31 от 30.03.2020 г.

Председатель МК факультета _____

подпись

/Захарова Л.Н./

фамилия, имя, отчество

Протокол заседания МК факультета № 5/1 от 15.04.2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Введение
2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.
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 и является приложением к рабочей программе дисциплины. Лечебная физическая культура 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 VisualTestingStudio и Moodle (moodle.yasa.ru).

2. 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	I этап формирования	<p><i>Знает</i>:- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; основы физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно – технической подготовке);</p> <p><i>Умеет</i>: использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;</p> <p>применять средства физической культуры для профилактики, оздоровления и реабилитации человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы первой помощи; - определять физическое состояние здоровья посредством определения артериального давления, пульса, частоты дыхания
	II этап формирования	<p><i>Владеть</i>:- средствами совершенствования и оздоровления организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками использования физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты, гибкости; - ведения дневника самоконтроля

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

Перечень и описание компетенций		
Уровни освоения, показатель оценивания	Критерии оценивания	Шкала оценивания
<i>УК-7</i>		
Не освоены		0 – 60 Неудовлетворительно (не зачтено)
Уровень 1 (пороговый)		
Знать:	имеет общее представление о физической культуре; - имеет общее представление об основах физической культуры и здорового образа жизни;	75 – 61 Удовлетворительно (зачтено)
Уметь:	несистематическое использование опыта физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; - в целом успешное, но содержащее отдельные пробелы в использовании средств физической культуры для профилактики, оздоровления и реабилитации человека; - не обладает достаточным умением применять методы первой помощи;	
Владеть:	- фрагментарное владение средствами совершенствования и оздоровления организма; - имеет навыки использования физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, но недостаточно для развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты, гибкости; - не ведет дневника самоконтроля	
Уровень 2 (продвинутый)		
Знать: <i>1</i>	- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста - сформированные, но содержащие отдельные пробелы представления об основах физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно – технической подготовке);	90 – 76 Хорошо (зачтено)

Уметь:	использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; применять средства физической культуры для профилактики, оздоровления и реабилитации человека; - применять некоторые методы первой помощи; - определять физическое состояние здоровья посредством определения артериального давления, пульса, частоты дыхания	
Владеть:	- владеет средствами совершенствования и оздоровления организма; - в целом успешное, но не систематическое использование физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты, гибкости; - не на должном уровне владеет навыками ведения дневника самоконтроля	
Уровень 3 (высокий)		
Знать:	- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; основы физической культуры и здорового образа жизни, систему практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно – технической подготовке);	
Уметь:	использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей; применять средства физической культуры для профилактики, оздоровления и реабилитации человека; - применять методы первой помощи; - определять физическое состояние здоровья посредством определения артериального давления, пульса, частоты дыхания	100 – 91 Отлично (зачтено)
Владеть:	- средствами совершенствования и оздоровления организма; - навыками использования физических упражнений для укрепления и восстановления здоровья, развития и совершенствования физических качеств, силы, быстроты, гибкости; - ведения дневника самоконтроля	

Кафедра физического воспитания и спорта
Комплект контрольных вопросов
по дисциплине Лечебная физическая культура

Типовые контрольные вопросы

Тест А.

Примерные тестовые задания: Выберите один правильный вариант ответа.

1. Статические упражнения применяют в ЛФК с целью:
 - 1) снятия утомления мышц
 - 2) снижения мышечного тонуса
 - 3) нормализации дыхания
 - 4) профилактики атрофии мышц
2. Корректирующие упражнения направлены на:
 - 1) восстановление бытовых и профессиональных навыков
 - 2) расширение резервных возможностей организма
 - 3) исправление деформаций
 - 4) профилактику контрактур
3. Кифоз-это
 - 1) физиологический изгиб позвоночника выпуклостью вправо
 - 2) физиологический изгиб позвоночника выпуклостью влево
 - 3) физиологический изгиб позвоночника выпуклостью вперед
 - 4) физиологический изгиб позвоночника выпуклостью назад
4. Что не является противопоказанием к назначению ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы?
 - 1) острая стадия заболевания
 - 2) нарастание сердечной недостаточности
 - 3) гипертонический криз
 - 4) недостаточность кровообращения
5. Какие из перечисленных упражнений противопоказаны при гипертонической болезни?
 - 1) общеразвивающие упражнения
 - 2) упражнения с задержкой дыхания
 - 3) упражнения на развитие гибкости
 - 4) упражнения на расслабление
6. ЛФК – метод активной функциональной терапии, поскольку
 - 1) оказывает влияние неспецифическую резистентность организма
 - 2) адаптирует организм больного к возрастающим физическим нагрузкам
 - 3) оказывает влияние на механизм развития заболевания
 - 4) позволяет предупреждать заболевания
7. Трофическая функция физических упражнений проявляется
 - 1) в оптимизации эмоционального состояния
 - 2) в обеспечении срочной компенсации утраченных функций
 - 3) в усилении синтеза белка в мышечной ткани
 - 4) в улучшении выведения продуктов жизнедеятельности
8. Тractionная терапия – это
 - 1) физиотерапия
 - 2) лечение вытяжением
 - 3) разновидность дозированной ходьбы
 - 4) упражнения на тренажерах
9. При продольном плоскостопии типичное положение стопы:
 - 1) супинация
 - 2) пронация
 - 3) флексия
 - 4) торсия
10. Признаком поперечного плоскостопия является
 - 1) уменьшение угла между линиями, соединяющими нижний край ладьевидно-клиновидного сустава, вершину пяточного бугра, головку 1 плюсневой кости
 - 2) увеличение угла между осью 1 пальца и с осью 1 плюсневой кости
 - 3) увеличение угла между линиями, соединяющими нижний край

ладьевидно-клиновидного сустава, вершину пяточного бугра, головку 1 плюсневой кости

4) уменьшение угла между осью 1 пальца и с осью 1 плюсневой кости

11. При назначении ЛФК после серьезной травмы в первые дни используют

- 1) динамические упражнения
- 2) статические упражнения
- 3) ритмопластические упражнения
- 4) спортивно-прикладные упражнения

12. Коксартроз – это заболевание

- 1) плечевого сустава
- 2) голеностопного сустава
- 3) коленного сустава
- 4) тазобедренного сустава

13. Расслаблению мышц и расширению просвета бронхов наиболее способствуют:

- 1) дыхательные упражнения с сопротивлением
- 2) звуковая гимнастика
- 3) динамические дыхательные упражнения
- 4) дыхание с удлинением вдоха

14. При гемиплегии в результате инсульта при лечении положением нижней конечности на пораженной стороне придают положение:

- 1) разгибания и пронации
- 2) физиологического сгибания и пронации
- 3) физиологического сгибания и супинации
- 4) разгибания и супинации

15. Максимально допустимая частота пульса во время занятия ЛФК при стенокардии функционального класса I

- 1) 110 уд/мин
- 2) 120 уд/мин
- 3) 140 уд/мин
- 4) 150 уд/мин

16. При выраженном варикозном расширении вен не рекомендуются:

- 1) упражнения в воде
- 2) упражнения на фитболе
- 3) упражнения на тредмиле
- 4) упражнения на растягивание

17. Основным средством ЛФК является:

- 1) закаливание
- 2) физическое упражнение
- 3) механотерапия
- 4) трудотерапия

18. Упражнения на растягивание применяют в ЛФК с целью:

- 1) развития силы и выносливости
- 2) снижения мышечного тонуса и снятия утомления
- 3) укрепления и профилактики атрофии мышц
- 4) повышения тонуса мышц

19. Какому дефекту осанки характерны следующие нарушения: большой грудной физиологический изгиб, ослабленная спина, грудь вдавлена, плечи свисают, лопатки выдаются, живот выпячен, голова наклонена вперед?

- 1) плоской спине
- 2) круглой спине
- 3) сколиозу I степени
- 4) лордотической осанке

20. Моторно-висцеральные рефлексy возникают при

- 1) раздражении рецепторов внутренних органов
- 2) раздражении механорецепторов кожи
- 3) раздражении проприорецепторов
- 4) раздражении вестибулярных рецепторов

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

Комплект тестовых вопросов
по дисциплине Лечебная физическая культура

1. Физическая культура это:

- 1) часть общей культуры, призванная развивать и совершенствовать физическое состояние человека;
- 2) * часть общей культуры, совокупность материальных и духовных ценностей в сфере двигательной деятельности человека;
- 3) наука о природе двигательной деятельности человека.

2. Какова средняя величина частоты сердечных сокращений у студента основной медицинской группы в спокойном состоянии:

- 1) 30 уд/мин.; 2)* 70 уд/мин.; 3) 100 уд/мин.

3. Сила это:

- 1) * способность мышечным напряжением преодолевать механическое и биомеханическое сопротивление, обеспечивая эффективное выполнение двигательного действия;

2) способность мышечными усилиями противостоять внешнему сопротивлению;

3) способность поднять большой груз.

4. Занятия физическими упражнениями отличаются от трудовых действий:

- 1) интенсивностью; 2)* задачами; 3) местом проведения.

5. К объективным показателям самоконтроля относится:

- 1) * частота сердечных сокращений; 2) самочувствие; 3) аппетит.

6. Количество игроков одной команды в волейбол на площадке:

- 1) 7; 2)* 6; 3) 5.

7. Переутомление это:

1) состояние организма, при котором работоспособность человека временно снижена;

2) состояние организма, при котором резко снижается работоспособность, развивается слабость, тахикардия, повышение артериального давления;

3) * патологическое состояние организма. Проявляется в виде невроза, нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы, ухудшения спортивного результата.

8. Жизненная ёмкость лёгких увеличивается в большей степени при занятиях:

- 1) баскетболом; 2)* греблей; 3) футболом.

9. Циклический вид спорта:

- 1) * спринтерский бег; 2) прыжки в воду; 3) синхронное плавание.

10. При ортостатической пробе:

1) измеряют максимально возможный выдох;

2) * изменяют положение тела в пространстве;

3) применяют статическое натуживание.

11. Физическое воспитание это:

1) часть воспитания, результат развития физических и психических качеств личности;

2) педагогический процесс развития двигательных способностей и физических качеств человека;

3) * часть общего воспитания, процесс и результат развития двигательных

способностей, формирования физических, психических и морально-эстетических качеств личности.

12. Меры профилактики переутомления:

- 1) посидеть 3-4 минуты;
- 2) сменить вид деятельности;
- 3) * прекратить выполнение действий, пройти обследование у врачей, выполнять их рекомендации.

13. Занятия физическими упражнениями умеренной интенсивности способствуют улучшению работоспособности:

- 1) * да; 2) нет.

14. В положении о проведении спортивных соревнований нет раздела:

- 1) расходы; 2)* учебный; 3) участники.

15. К активному отдыху относится:

- 1) * физкультурно-спортивное занятие; 2) сон; 3) отдых сидя.

16. Гибкость это:

- 1) растяжение мышц человека на максимальную длину;
- 2) * способность совершать максимальные по амплитуде движения;
- 3) способность выполнить «шпагат» и «мостик».

17. С какой периодичностью проводятся летние Олимпийские игры:

- 1) через 2 года; 2) через 1 год; 3)* через 4 года.

18. Утомление это:

- 1) * состояние организма, при котором работоспособность человека временно снижена;
- 2) состояние организма, при котором резко снижается работоспособность, развивается слабость, тахикардия, повышение артериального давления;
- 3) остро развивающееся состояние, при котором происходит снижение работоспособности, развивается слабость, тахикардия, повышение артериального давления, нарушение ритма сердца, координации движений.

19. Девиз Олимпийских игр:

- 1) сильные, смелые, ловкие;
- 2) * быстрее, выше, сильнее;
- 3) быстрота, ловкость, сила.

20. В большей степени общая выносливость необходима при занятиях:

- 1) фехтованием; 2)* велоспортом; 3) стрельбой.

21. Гипокинезия это:

- 1) увеличение двигательной активности человека;
- 2) * снижение двигательной активности человека;
- 3) достаточная двигательная активность человека.

22. Через сколько минут после оптимальной физической нагрузки у студента основной медицинской группы происходит восстановление частоты сердечных сокращений до исходного уровня?

- 1) 1 мин.; 2)* 4 мин.; 3) 10 мин.

23. Оптимальная двигательная активность студента, количество движений в день:

- 1) 50 тыс.; 2) 40 тыс.; 3)* 15 тыс.

24. Пульсовой режим рациональной тренировочной нагрузки для студента основной медицинской группы:

- 1) 120 уд/мин.; 2)* 160 уд/мин.; 3) 200 уд/мин.

25. Закаливание детей необходимо начинать:

- 1) с парной бани;
- 2) с обливания холодной водой;
- 3) * с воздушных процедур.

26. Ловкость это:

- 1) способность быстро ориентироваться в меняющихся ситуациях;

- 2) способность быстро освоить новое двигательное действие;
- 3) * сложно координационная способность, которая предполагает за короткое время освоить новое двигательное действие и перестроить координацию движений, меняя их характеристики.
27. Ударный объём крови во время тренировки на выносливость у спортсмена по сравнению с не спортсменом:
 - 1)* больше; 2) меньше.
28. К циклическим видам спорта не относится:
 - 1)* волейбол; 2) стайерский бег; 3) плавание.
29. Гибкость в большей степени развивается при занятиях:
 - 1) прыжками в длину; 2)* художественной гимнастикой; 3) плаванием.
30. Преимущественно сила необходима в виде спорта:
 - 1)* борьба классическая; 2) стайерский бег; 3) плавание.
31. Средствами физической культуры являются:
 - 1) теория и методика физического воспитания, физические упражнения, естественные силы природы;
 - 2) * физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы;
 - 3) физические упражнения.
32. Определение понятия «Здоровье» Всемирной организации здравоохранения. Здоровье это:
 - 1) * состояние полного физического, умственного и социального благополучия;
 - 2) состояние отсутствия каких-либо заболеваний;
 - 3) естественное состояние организма без болезней или недомогания.
33. К физическим качествам не относится:
 - 1) ловкость; 2)* прыгучесть; 3) быстрота.
34. Дневник самоконтроля нужен для:
 - 1) контроля родителей;
 - 2) * коррекции содержания и методики занятий физическими упражнениями;
 - 3) лично спортсмену.
35. Количество игроков одной команды в баскетболе на площадке:
 - 1)* 5; 2) 6; 3) 7.
36. Выносливость это:
 - 1) способность противостоять развитию утомления и длительное время выполнять работу;
 - 2) * способность организма поддерживать неизменный уровень двигательной деятельности, не снижая темпов её выполнения;
 - 3) способность противостоять внутреннему и внешнему сопротивлению.
37. Частота сердечных сокращений в покое после выполнения одинаковой физической нагрузки у спортсмена по сравнению с не спортсменом:
 - 1) больше; 2)* меньше.
38. Спортивные игры отличаются от подвижных:
 - 1) ведением счёта; 2)* строгими правилами; 3) спортивной формой.
39. Ациклический вид спорта:
 - 1) академическая гребля; 2) плавание; 3)* водное поло.
40. Контрольное испытание по пробеганию испытуемым максимальной дистанции за 12 минут называется:
 - 1)* тест Купера; 2) проба Летунова; 3) тест Мюллера.
41. Структура урока физической культуры состоит из частей:
 - 1) * подготовительной, основной и заключительной;
 - 2) развивающей, обучающей и восстанавливающей;
 - 3) первой, второй и третьей.
42. Спорт. Определение:
 - 1) спорт - сфера деятельности человека, направленная на достижение максимального

результата в соревнованиях;

2) спорт - соревновательная деятельность людей для выявления победителя в спортивных соревнованиях;

3) * спорт есть часть физической культуры, совокупность материальных и духовных ценностей для игровой и соревновательной деятельности.

43. Первые Олимпийские игры прошли:

1)* в 776г. до нашей эры; 2) в 776г.; 3) в 1876г.

44. Быстрота это:

1) * комплекс функциональных свойств человека, определяющих скоростные характеристики движений, а также время двигательной реакции;

2) способность быстро развивать скорость движений;

3) скоростная способность человека, определяющая его двигательную реакцию.

45. Частота сердечных сокращений во время выполнения одинаковой мышечной тренировки у спортсмена по сравнению с не спортсменом:

1)* меньше; 2) больше.

46. В настольном теннисе партия продолжается до:

1)* 11 очков; 2) 15 очков; 3) 21 очка.

47. К циклическим видам спорта не относится:

1)* баскетбол; 2) спортивная ходьба; 3) плавание.

48. Ловкость развивает занятия:

1)* волейболом; 2) тяжёлой атлетикой; 3) бегом.

49. Гарвардский Степ-тест необходим для выявления функционального состояния дыхательной системы:

1) да; 2)* нет.

50. На здоровье влияет в процентах:

	наследственность	экология	образ жизни	медицина
1	20*	20	50	10
2	40	10	10	40
3	30	20	20	30

Критерии оценивания:

$K = \frac{AK}{P}$ – 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

$K = \frac{AK}{P}$ – 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

1. Механизм лечебного действия физических упражнений.
2. Функции ЛФК.
3. Средства ЛФК. Принципы классификации физических упражнений.
4. Общие принципы построения процедуры ЛФК.
5. Формы применения физических упражнений.
6. Показания и противопоказания к назначению ЛФК.
7. Методы учета эффективности применения ЛФК.
8. Наиболее распространенные заболевания сердечнососудистой системы – этиология, патогенез.
9. Значение аэробных нагрузок в терапии ИБС.
10. Клиническая картина стенокардии в соответствии с функциональным классом.
11. Средства и формы ЛФК при стенокардии.
12. Характеристика инфаркта миокарда, противопоказания к ЛФК.
13. Средства и формы ЛФК при инфаркте миокарда.
14. Гипертоническая болезнь - задачи ЛФК.
15. Средства и формы ЛФК при гипертонической болезни.
16. Характеристика хронической сердечной недостаточности.
17. Функциональные пробы, применяемые у больных с сердечнососудистой патологией в условиях стационара и в амбулаторных условиях.
18. Причины нарушения функции внешнего дыхания при заболеваниях бронхо-легочной системы.
19. Дыхательные упражнения. Классификация дыхательных упражнений. Методики применения дыхательных упражнений.
20. Общие задачи ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
21. Задачи, средства и методика ЛФК при пневмонии.
22. Задачи, средства и методика ЛФК при плевритах.
23. Задачи, средства и методика ЛФК при бронхиальной астме.
24. Задачи, средства и формы ЛФК при гастритах и язвенной болезни желудка. Противопоказания к занятиям ЛФК.
25. Задачи, средства и формы ЛФК при заболеваниях гепатобилиарной системы и поджелудочной железы. Противопоказания к занятиям ЛФК.
26. Краткая клиническая картина сахарного диабета.
27. Ожирение. Клиническая картина. Ожирение у детей.
28. Механизм действия физических упражнений на организм человека с ожирением и сахарным диабетом.
29. Задачи ЛФК при ожирении и сахарном диабете.
30. Средства и формы ЛФК при диабете.
31. Непрерывный метод оздоровительной тренировки при ожирении.
32. Интервальный метод тренировки при ожирении.
33. Роль аэробных физических нагрузок при избыточной массе тела и ожирении.
34. Строение позвоночника. Движение в позвоночнике.
35. Определение осанки. Формирование осанки в онтогенезе. Факторы, влияющие на формирование осанки.
36. Признаки правильной осанки. Причины нарушения осанки.
37. Признаки каждого вида неправильной осанки.
38. Задачи ЛФК при нарушениях осанки.
39. Особенности методики ЛФК при нарушениях осанки. Профилактика нарушений осанки.
40. Сколиоз. Отличия от асимметричной осанки.

41. Строение стопы. Специфические особенности стопы человека.
42. Определение, классификация, причины и факторы риска плоскостопия.
43. Клинические признаки и осложнения плоскостопия.
44. Диагностика плоскостопия. Скрининговые методы, критерии рентгенологической диагностики.
45. Критерии плантографической диагностики плоскостопия.
46. Задачи ЛФК при плоскостопии.
47. Особенности методики ЛФК при плоскостопии.
48. Профилактика плоскостопия.
49. Клиническая картина переломов позвоночника и таза. Особенности оказания первой помощи пострадавшему.
50. Клиническая картина переломов длинных трубчатых костей, первая помощь.
51. Общие и частные задачи ЛФК при переломах в иммобилизационном периоде.
52. Общие и частные задачи ЛФК постиммобилизационного периода.
53. Особенности ЛФК при термических повреждениях.
54. Положительные и отрицательные стороны современных видов иммобилизации с точки зрения применения средств ЛФК.
55. Последствия длительной иммобилизации конечностей и роль средств ЛФК в их ликвидации. Значение функциональной нагрузки в период заживления костных травм.
56. Причины, факторы риска, патогенез остеохондроза позвоночника.
57. Клиника шейного, грудного, пояснично-крестцового остеохондроза.
58. Задачи, средства и особенности методики ЛФК при остеохондрозе в зависимости от локализации и периода заболевания.
59. Этиология и патогенез деформирующих остеоартрозов.
60. Клинические проявления коксартроза, гонартроза, артрозов стопы, верхних конечностей в зависимости от стадии заболевания.
61. Основные группы заболеваний центральной и периферической нервной системы.
62. Виды расстройств движений. Понятие об экстрапирамидных и пирамидных нарушениях.
63. Характеристика вялых и спастических параличей.
64. Основные задачи и особенности ЛФК при ДЦП.
65. Основные задачи и особенности ЛФК у больных с последствиями инсульта.
66. Основные задачи и особенности ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферических нервов.
67. Основные задачи и особенности ЛФК при заболеваниях и травмах спинного мозга.
68. Классификация черепно-мозговой травмы. Клиническая картина сотрясения, ушиба, сдавления головного мозга. Доврачебная помощь при черепно-мозговых травмах.
69. Применение ЛФК в системе реабилитации больных с последствиями черепно-мозговой травмы.
70. Понятие о неврозах и неврозоподобных состояниях. Механизм лечебного действия физических упражнений.

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

Примерные темы самостоятельных работ

Темы самостоятельных работ и методические рекомендации по их выполнению для студентов очного обучения

Самостоятельная работа № 1

Общие основы ЛФК

Самостоятельная работа № 2

ЛФК при заболевании сердечнососудистой и дыхательной систем

Самостоятельная работа № 3

ЛФК при заболеваниях пищеварения и расстройствах обмена веществ

Самостоятельная работа № 4

ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии

Самостоятельная работа № 5

ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата

Самостоятельная работа № 6

ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы

Самостоятельная работа № 7

Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая культура для лиц пожилого и старческого возраста

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)	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>К – коэффициент усвоения, А – число правильных ответов, Р – общее число вопросов в тесте. 5 = 0,85-1 4 = 0,7-0,84 3 = 0,6-0,69 2 = 0,59</p>	+		
2.	Реферат	Самостоятельная письменная аналитическая работа, выполняемая на основе преобразования документальной информации,	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. <u>Новизна текста:</u> а) <u>актуальность</u> темы		+	+

		<p>раскрывающая суть 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>исследования; <u>б) новизна и 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, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт.</u> <u>Степень раскрытия сущности вопроса:</u> а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме). <u>Обоснованность выбора источников:</u> а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.). <u>Соблюдение требований к оформлению:</u> а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч.</p>			
--	--	---	--	--	--	--	--

			<p>орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией; в) соблюдение требований к объёму реферата.</p> <p>Рецензент должен чётко сформулировать замечание и вопросы, желательно со ссылками на работу (можно на конкретные страницы работы), на исследования и фактические данные, которые не учёл автор.</p> <p>Рецензент может также указать: <u>обращался ли учащийся к теме ранее</u> (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>Учащийся 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</p>			
--	--	--	--	--	--	--

				<p>научного руководителя. Аттестационная комиссия на экзамене знакомится с рецензией на представленную работу и выставляет оценку после защиты реферата. Для устного выступления ученику достаточно 10-20 минут (примерно столько времени отвечает по билетам на экзамене).</p> <p>Оценка 5 ставится, 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>Оценка 4 – 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>Оценка 3 – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--

				<p>фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.</p> <p>Оценка 2 – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.</p> <p>Оценка 1 – реферат выпускником не представлен.</p>			
3.	зачет (ДЗ)	<p>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.</p>	<p>Вопросы для подготовки. Комплект зачетных билетов.</p>	<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.</p>	+	+	+

				<p>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,</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--

				которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.			
--	--	--	--	---	--	--	--

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.	Физическая культура в общекультурной профессиональной подготовке студентов	УК-7	у	10	0-5 3	6-7	8-9	10
2.	Социально-биологические основы физической культуры	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
3	Основы здорового образа жизни студента	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
4	Психофизические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
5	Общая физическая, специальная и спортивная подготовка в системе физического воспитания.	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
6	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
7	Спорт, индивидуальный выбор вида спорта или систем физического воспитания.	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
8	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
9	Лечебная физическая культура как средство профилактики и реабилитации при различных заболеваниях.	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
10	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.	УК-7		10	3	6,5	8,5	10
				100	0-30	51-70	71-90	91-100

