

Министерство просвещения РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Глазовский государственный инженерно-педагогический университет  
имени В.Г. Короленко»

Утверждена  
на заседании ученого совета университета

«21» апреля 2025 г. протокол № 9  
Приказ № 45 от 21 апреля 2025

Ректор Я.А. Чиговская-Назарова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ОСНОВЫ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В УЧЕБНО-  
ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ**

Уровень основной профессиональной образовательной программы	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль)	Физкультурно-спортивное образование
Форма обучения	Заочная
Семестр(ы)	7, 8

Глазов 2025

## 1. Цель и задачи изучения дисциплины

### 1.1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель - формирование у обучающихся способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, способность осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач.

Задачи:

- сформировать знания по определению уровня сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;
- сформировать знания и умения в области технологий здорового образа жизни и здоровьесбережения, разрабатывать комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;
- сформировать знания по оценке факторов риска, умение обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности;
- сформировать знания и навык по применению методов защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, по формированию культуры безопасного и ответственного поведения;
- сформировать знания и умение осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО;
- сформировать умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.

### 1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными индикаторами достижения компетенций

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	ИУК 7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности ИУК 7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

Индикатор достижения компетенции	ИУК 8.1 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности ИУК 8.2 Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения
----------------------------------	---

Код компетенции	ПК-1
Формулировка компетенции	Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач
Индикатор достижения компетенции	ИПК 1.1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета) ИПК 1.2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО ИПК 1.3 Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные

### 1.3. Воспитательная работа

Направление воспитательной работы	Типы задач	Формы работы
1.Духовно-нравственное воспитание. 2. Формирование у обучающихся осознания социальной значимости своей будущей профессии, мотивации к осуществлению профессиональной деятельности.	1.Педагогический 2. Сопровождения	1.Проведение открытых занятий. 2.Проведение мастер-классов.

### 1.4. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина "Основы реабилитационных мероприятий в учебно-тренировочном процессе" относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

Для освоения дисциплины необходимы знания полученные при изучении дисциплин «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Основы медицинских знаний», «Безопасность жизнедеятельности».

Знания, умения, навыки приобретенные в результате освоения дисциплины «Основы реабилитационных мероприятий в учебно-тренировочном процессе», являются базовыми для изучения таких дисциплин, как «Аэробика», «Теория и методика физического воспитания», «Гимнастика с методикой преподавания», «Легкая атлетика с методикой преподавания», «Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания», «Плавание с методикой преподавания», «Лыжная подготовка с методикой преподавания», а также знания полученные при изучении дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» необходимы для успешной сдачи государственной итоговой аттестации и будут использованы при выполнении профессиональной деятельности.

### 1.5. Особенности реализации дисциплины

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Объем дисциплины

Вид учебной работы по семестрам	Всего, зачетных единиц	Академ. часы	Из них в форме практической подготовки
Общая трудоемкость дисциплины	4	144	
<b>СЕМЕСТР 7</b>			
Контактная работа с преподавателем:			
Аудиторные занятия (всего)		6	
Занятия лекционного типа		4	
Лабораторные работы		-	
Занятия семинарского типа		-	
Практические занятия		2	
КСР		-	
Самостоятельная работа обучающихся		66	
<b>СЕМЕСТР 8</b>			
Контактная работа с преподавателем:			
Аудиторные занятия (всего)		8	
Занятия лекционного типа		2	
Лабораторные работы		-	
Занятия семинарского типа		-	
Практические занятия		6	
КСР		-	
Самостоятельная работа обучающихся		55	
Вид промежуточной аттестации: Экзамен		9	

## 3. Содержание дисциплины

### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/ п	Разделы и темы дисциплины Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)						
		всего	ауд	лекц	пр	лаб	КСР	СРС
СЕМЕСТР 7								
1	Тема 1. Лечебная физическая культура в физической реабилитации	11						11
2	Тема 2. Профилактика травматизма, простудных заболеваний, стрессовых состояний	11						11
3	Тема 3. Основы функциональной терапии.	13	2		2			11

4	Тема 4. Применение лечебной физической культуры в периоды реабилитации	13	2	2				11
5	Тема 5. Физическая реабилитация. Методы и средства физической реабилитации	11						11
6	Тема 6. Физическая реабилитация спортсменов с различными травмами и нарушениями здоровья	13	2	2				11
7	Итого за семестр	72	6	4	2			66
8	СЕМЕСТР 8							
9	Тема 7. Физическая реабилитация спортсменов с травмами нижних конечностей	16	2		2			14
10	Тема 8. Физическая реабилитация спортсменов с травмами верхнего плечевого пояса	15	2		2			13
11	Тема 9. Восстановительные средства.	14						14
12	Тема 10. Восстановительные средства после тренировочных нагрузок, напряженной умственной и производственной работы.	18	4	2	2			14
	Итого за семестр	63	8	2	6			55
	Вид промежуточной аттестации: Экзамен	9						
	Итого по дисциплине	144	14	6	8			85

### 3.2. Занятия лекционного типа

#### СЕМЕСТР 7

##### Лекция 1.

Тема: Применение лечебной физической культуры в периоды реабилитации.

Краткая аннотация к лекции.

Основные принципы проведения занятий ЛФК. Периоды реабилитации. Применение ЛФК в различные периоды реабилитации. Структурно-логическая схема: этиология (выяснение причин и условий заболевания), патогенез (ознакомление с глубиной и характером нарушений при данных заболеваниях). Задание лечения и методика занятий. Предупреждения заболевания и учет эффективности.

##### Лекция 2.

Тема: Физическая реабилитация спортсменов с различными травмами и нарушениями здоровья.

Краткая аннотация к лекции.

Физическая реабилитация как лечебно–педагогический, воспитательный процесс и образовательный процесс. Основные средства физической. Физические упражнения и элементы спорта, применяемые во время физической реабилитации спортсмена. Положительный эффект реабилитации. Тренирующее действие и повышение адаптационных возможностей спортсменов с различными травмами и нарушениями здоровья.

#### СЕМЕСТР 8

##### Лекция 1.

Тема: Восстановительные средства после тренировочных нагрузок, напряженной умственной и производственной работы.

Краткая аннотация к лекции.

Характеристика групп медико-биологических средств восстановления (группа глобального воздействия, группа общетонизирующего воздействия, средства оказывающие тонизирующее влияние на организм, средства, обладающие преимущественно успокаивающим действием, средства, оказывающие возбуждающее, стимулирующее влияние, группа избирательного воздействия). Общие принципы использования средств восстановления спортивной работоспособности. Тактика применения восстановительных средств. Характеристика средств и методов восстановления (бани, душ, массаж, электросон, аутотренинг). Фармакологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности (витамины, адаптогены, пчелопродукты).

### **3.3. Занятия семинарского типа**

Учебным планом не предусмотрены

### **3.4. Практические занятия**

#### **СЕМЕСТР 7**

Практическое занятие 1.

Тема: Основы функциональной терапии.

Перечень заданий: составление таблицы видов функциональной терапии. Составление алгоритма функциональной терапии. Составление рекомендаций по организации занятий ЛФК в I нескольких периодах (щадящий режим, основной режим, тренировочный режим).

#### **СЕМЕСТР 8**

Практическое занятие 1.

Тема: Физическая реабилитация спортсменов с травмами нижних конечностей.

Перечень заданий: Составление и практическая отработка реабилитационного комплекса при травме голеностопного сустава. Решение интерактивных задач. Составление рекомендаций по реабилитации последствий повреждений (ушиб, вывих, перелом) нижней конечности.

Практическое занятие 2.

Тема: Физическая реабилитация спортсменов с травмами верхнего плечевого пояса

Перечень заданий: Составление и практическая отработка реабилитационного комплекса при травме локтевого сустава. Составление рекомендаций по реабилитации последствий повреждений (ушиб, вывих, перелом) верхних конечностей.

Практическое занятие 3.

Тема: Восстановительные средства после тренировочных нагрузок, напряженной умственной и производственной работы.

Перечень заданий: составление рекомендаций по использованию тренажеров в реабилитационном процессе спортсменов. Составление таблицы видов тренажеров в реабилитационном процессе спортсменов. Составление плана индивидуальных и групповых занятий на тренажерах. Составление конспекта восстановительных мероприятий: туристический поход, скандинавская ходьба, фитнес, подвижные игры. Проведение индивидуального комплекса реабилитации при различных травмах. Составление конспекта восстановительных мероприятий: дозированная ходьба (терренкур), бег трусцой (кросс), растяжка.

### **3.5. Лабораторные работы**

Учебным планом не предусмотрены

### **3.6. Контроль самостоятельной работы**

Учебным планом не предусмотрены

### **3.7. Самостоятельная работа студентов**

Формы самостоятельной работы студентов:

1. Работа с конспектом лекций.
2. Подготовка к практическим занятиям.
3. Выполнение практических заданий (разработка комплексов ЛФК и рекомендаций при травмах опорно-двигательного аппарата, конструирование заданий на установление соответствия).
4. Отработка навыка приемов массажа.
5. Подготовка докладов, презентаций по темам занятия.

## **4. Фонд оценочных средств**

ФОС включает оценочные средства текущего, промежуточного и итогового контроля (Приложение 1).

## **5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **5.1. Основная литература**

1. Егорова, С. А. Физическая реабилитация : учебное пособие / С. А. Егорова, А. Л. Ворожбитова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. — 176 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/63027.html> (дата обращения: 29.03.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Основы физической реабилитации : учебник / И. Г. Таламова, Н. М. Курч, А. Н. Налобина, Т. Н. Федорова. — 2-е изд. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 355 с. — ISBN 978-5-4497-2193-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/130527.html> (дата обращения: 29.03.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/130527>
3. Серова, Н. Б. Основы физической реабилитации и физиотерапии : учебное пособие / Н. Б. Серова. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 224 с. — ISBN 978-5-7996-1684-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/68271.html> (дата обращения: 29.03.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### **5.2. Дополнительная литература**

1. Миронова, Е. Н. Основы физической реабилитации : учебно-методическое пособие / Е. Н. Миронова. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2017. — 199 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/73252.html> (дата обращения: 29.03.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Основы физической реабилитации : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; под редакцией А. Н. Налобина. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 328 с. — ISBN 978-5-91930-078-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74272.html> (дата обращения: 29.03.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

## **6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», профессиональных баз данных и информационных справочных систем, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

### **6.1 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

1. <http://standart.edu.ru> - официальный сайт ФГОС ОО.
2. <http://three-sisters.ru/> - ООО "Реабилитационный центр "Три сестры".
3. <http://www.universalinternetlibrary.ru/book/15494/ogl.shtml> Массаж и лечебная физкультура — Макарова И.Н. - Медицинский справочник

### **6.2. Перечень необходимых профессиональных баз данных и информационных справочных систем**

Электронная библиотечная система «IPR SMART». Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>

Электронная библиотечная система «Юрайт». Режим доступа: <https://urait.ru>

Электронно-библиотечная система «Лань» (раздел «Сетевая электронная библиотека педагогических вузов»). Режим доступа: <https://e.lanbook.com>

Электронно-библиотечная система «Рукопт». Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/search>

Межвузовская электронная библиотека. Режим доступа: <https://icdlib.nspu.ru/>

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/defaultx.asp>

Национальная электронная детская библиотека. Режим доступа: <https://arch.rgdb.ru/xmlui/>

Национальная электронная библиотека. Режим доступа: <https://rusneb.ru>

Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. Режим доступа: <https://www.prilib.ru>

Polpred.com Обзор СМИ. Режим доступа: <https://polpred.com>

## **7. Методические указания и учебно-методическое обеспечение для обучающихся по освоению дисциплины**

Дисциплина реализуется в соответствии с указаниями «Методические рекомендации по организации образовательного процесса при освоении дисциплины», размещенными в ЭИОС института ([eios.ggpi.org](http://eios.ggpi.org)).

Методические рекомендации для работы с инвалидами и лицами с ОВЗ размещены в ЭИОС института ([eios.ggpi.org](http://eios.ggpi.org)).

## **8. Материально-техническая база, программное обеспечение, необходимое для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебный корпус 1, аудитории(я) 411 (лекции, практические занятия).

Полный перечень материально-технической базы и программного обеспечения размещены в ЭИОС института ([eios.ggpi.org](http://eios.ggpi.org)).

## 9. Рейтинг-план оценки успеваемости студентов

Дисциплина/ Семестр	Объем аудит. работы			Виды текущей аттестационной аудиторной и внеаудиторной работы	Максималь ное (норматив) количество баллов	Поощрения	Штрафы	Итоговая форма контроля (мин. балл)
	лк	пр	КС Р					
Основы реабилитационных мероприятий в учебно- тренировочном процессе / 7,8 семестр	2	6		1. Контроль посещаемости лекционных занятий	2	+ 5 баллов за посещение всех занятий  + 5 баллов за выполнении всех тестов	-1 балл непосещени е акад. часа по неуважитель ной причине  - 3 балла за невыполнен ие задания в установленн ые сроки	Экзамен  Допуск к экзамену – 50% (23 б.)  «Автомат» – 90%» (41 б.)
				2. Контроль посещаемости практических занятий	3			
				3. Работа на практических занятиях	15			
				<u>Формы контрольных мероприятий</u> 1. Тестирование	25 5x2=10			
				2. Контрольная работа	5x3=15			
<u>Компенсационные мероприятия</u> 1. Подготовка методического материала по теме				5				
ИТОГО					45 б. (без компенсации)			

**Лист регистрации изменений и дополнений к РПД**  
(фиксируются изменения и дополнения перед началом учебного года,  
при необходимости внесения изменений на следующий год –  
оформляется новый лист изменений)

№ п.п.	Содержание изменения	Дата, номер протокола заседания кафедры. Подпись заведующего кафедрой	Дата, номер протокола заседания совета факультета. Подпись декана факультета
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ОСНОВЫ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ

### 1. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и послитоогового контроля по дисциплине

1.1. Настоящий Фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине «Основы реабилитационных мероприятий в учебно-тренировочном процессе» является неотъемлемым приложением к рабочей программе дисциплины «Основы реабилитационных мероприятий в учебно-тренировочном процессе» (РПД). На данный ФОС распространяются все реквизиты утверждения, представленные в РПД по данной дисциплине.

1.2. Оценивание всех видов контроля(текущего, промежуточного, послитоогового) осуществляется по 5-ти балльной шкале.

1.3. Результаты оценивания текущего контроля учитываются в рейтинге.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными индикаторами достижения компетенций

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	ИУК 7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности ИУК 7.2 Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК 8.1 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности ИУК 8.2 Знает и может применять методы защиты в

	чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения
--	---

Код компетенции	ПК-1
Формулировка компетенции	Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач
Индикатор достижения компетенции	ИПК 1.1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета) ИПК 1.2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО ИПК 1.3 Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные

### 3. Содержание оценочных средств текущего контроля и критерии их оценивания

3.1. Текущий контроль осуществляется преподавателем дисциплины при проведении занятий в следующих формах: тестирование и контрольная работа.

3.2. Формы текущего контроля и критерии их оценивания.

СЕМЕСТР 7

#### Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания

Типовой тест 1. Физическая реабилитация.

Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенции: УК-7: ИУК-7.1.; ИУК-7.2.; УК-8: ИУК-8.1.; ИУК-8.2.; ПК-1: ИПК-1.2; ИПК-1.3.

Время выполнения заданий: 15 минут.

Критерии оценивания:

- верные ответы на 100% - 90% вопросов – «отлично»;
- верные ответы на 89% - 70% вопросов – «хорошо»;
- верные ответы на 69% - 50% вопросов – «удовлетворительно»;
- верные ответы меньше чем на 50% вопросов – «неудовлетворительно».

1. Комплекс мероприятий, направленных на восстановление нарушенных функций организма — это:

- а) реформация
- б) реабилитация;
- в) транслокация;
- г) трансплантация.

2. Первичной физиопрофилактикой является предупреждение:

- а) заболеваний;
- б) рецидивов;
- в) обострения заболеваний;
- г) осложнений.

3. Выносливость организма могут тренировать:

- а) бег;
- б) дыхательные упражнения;
- в) перебрасывание мяча;
- г) изометрические упражнения.

4. К строевым упражнениям относится:

- а) ходьба на носочках;
  - б) перестроение в шеренгу;
  - в) ходьба с высоким подниманием бедра;
  - г) ходьба на пятках.
5. Терренкур — это:
- а) лечение дозированным восхождением;
  - б) ходьба по трафарету;
  - в) ходьба перед зеркалом;
  - г) прогулки по ровной местности.
6. Противопоказанием для лечебной физкультуры является:
- а) тяжелое состояние больного;
  - б) косолапость;
  - в) гипертоническая болезнь I степени;
  - г) сколиоз.
7. Показанием для лечебной физкультуры является:
- а) врожденная мышечная кривошея;
  - б) гангрена;
  - в) высокая лихорадка;
  - г) кровотечение.
8. Корригирующая ходьба применяется при:
- а) косолапости;
  - б) пневмонии;
  - в) бронхите;
  - г) язвенной болезни желудка.
9. Целесообразнее укреплять мышцу, выпрямляющую позвоночник:
- а) стоя;
  - б) сидя на полу;
  - в) лежа на животе;
  - г) лежа на спине.
10. Противопоказанием к массажу является:
- а) хроническая пневмония;
  - б) тромбофлебит;
  - в) плоскостопие;
  - г) остеохондроз.

## СЕМЕСТР 8

### Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания

Типовой тест 1. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура.

Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенции: УК-7: ИУК-7.1.; ИУК-7.2.; УК-8: ИУК-8.1.; ИУК-8.2.; ПК-1: ИПК-1.2; ИПК-1.3.

Время выполнения заданий: 15 минут.

Критерии оценивания:

- верные ответы на 100% - 90% вопросов – «отлично»;
- верные ответы на 89% - 70% вопросов – «хорошо»;
- верные ответы на 69% - 50% вопросов – «удовлетворительно»;
- верные ответы меньше чем на 50% вопросов – «неудовлетворительно».

1. Работа врача по лечебной физкультуре регламентируется всем, кроме

- а) инструкций Комитета по физкультуре и спорту
- б) положения о враче лечебной физкультуры Минздравмедпрома РФ
- в) распоряжений вышестоящих должностных лиц
- г) режима работы данного учреждения

д) норм врачебной этики и деонтологии

2. Норма нагрузки врача ЛФК на обследование одного больного составляет

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

3. Массаж при неврите лицевого нерва проводится

- а) глубокий пораженной стороны
- б) легкий пораженной стороны
- в) растягивающий пораженной стороны
- г) легкий пораженной стороны, здоровой стороны, воротниковой зоны

4. Показаниями к назначению лечебной гимнастики при неврозах являются все перечисленные, кроме

- а) астенических состояний
- б) острых психозов
- в) климакса
- г) невротического развития личности
- д) церебросклероза

5. Выберите ведущий критерий отбора юных спортсменов на этапе начальной спортивной подготовки являются

- а) показатели физического развития
- б) биологический возраст
- в) состояние здоровья
- г) аэробная производительность
- д) все перечисленное

6. Количество повторений каждого упражнения на протяжении курса лечения

- а) возрастает – с 2-3 до 5-7
- б) остается неизменным
- в) возрастает – с 3-4 до 12-14 и более
- г) возрастает – с 10-12 до 15-20

7. Техника скандинавской ходьбы

- а) стопы смотрят в стороны
- б) стопы смотрят вперед
- в) каждый шаг должен начинаться с касания носком земли
- г) каждый шаг должен начинаться с касания пяткой земли

8. Техника ходьбы с палками

- а) правая палка касается земли вместе с левой пяткой
- б) левая палка касается земли вместе с правой пяткой
- в) левая палка касается земли вместе с левой пяткой
- г) правая палка касается земли вместе с правой пяткой

9. К особенностям методики лечебной гимнастики у больных неврозом с преобладанием инертности нервных процессов относятся все перечисленные, кроме

- а) упражнение, тренирующих подвижность нервных процессов
- б) активных физических упражнений

- в) ритмической гимнастики
- г) китайской пластической гимнастики

10. В какие сроки после травмы позвоночника образуется костная мозоль:

- а) через 3 месяца
- б) через 1 мес.
- в) через 6 мес.
- г) через год.

## СЕМЕСТР 7

### **Форма контроля 2 – Типовая контрольная работа**

Типовая контрольная работа. Методика и техника физической реабилитации в различных режимах.

Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенции: УК-7: ИУК-7.1.; ИУК-7.2.; УК-8: ИУК-8.1.; ИУК-8.2.; ПК-1: ИПК-1.2; ИПК-1.3.

Время выполнения заданий: 40 минут.

Критерии оценивания:

Для получения оценки «удовлетворительно» предлагается выполнить одно задание.

Для получения оценки «хорошо» предлагается выполнить два задания.

Для получения оценки «отлично» предлагается выполнить все задания.

1 задание. Организация занятий ЛФК в I периоде - щадящем режиме

2 задание. Организация занятий ЛФК во II периоде - основном режиме

3 задание. Организация занятий ЛФК во III периоде - тренировочном режиме

## СЕМЕСТР 8

### **Форма контроля 2 – Типовая контрольная работа**

Типовая контрольная работа.

Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенции: УК-7: ИУК-7.1.; ИУК-7.2.; УК-8: ИУК-8.1.; ИУК-8.2.; ПК-1: ИПК-1.2; ИПК-1.3.

Время выполнения заданий: 40 минут.

Критерии оценивания:

Для получения оценки «удовлетворительно» предлагается выполнить одно задание.

Для получения оценки «хорошо» предлагается выполнить два задания.

Для получения оценки «отлично» предлагается выполнить все задания.

1 задание.

При заболеваниях, в острый период, таких как инсульт, миома матки, гнойный плеврит, кровотечения из желудочно-кишечного тракта: определи зоны противопоказанные для проведения массажа и обоснуй свой вариант ответа.

2 задание.

Показан ли массаж при заболеваниях: Хронический некалькулезный холецистит вне обострения, Дискинезия желчевыводящих путей по гипокINETическому типу вне обострения. Обоснуй свой вариант ответа.

3 задание.

При ушибах мягких тканей массаж начинают с области, находящейся: выше места ушиба; ниже места ушиба; с места ушиба или не имеет значения. Обоснуй свой вариант ответа.

### *3.3 Методические указания по проведению процедуры текущего оценивания*

1. Текущий контроль проводится на протяжении всего семестра.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов текущего контроля проводятся преподавателем, ведущим дисциплину.
3. Предъявление результатов оценивания осуществляется в течение недели после проведения контрольного мероприятия.
4. Результаты текущего контроля учитываются в рейтинге по дисциплине.
5. Все материалы, полученные от обучающихся в ходе текущего контроля (контрольная работа, диктант, тест, организация дискуссии, круглого стола, доклад, реферат, отчет по лабораторной работе, отчет по педагогической практике и т.п.), должны храниться в течение текущего семестра на кафедрах.
6. Считать, что положительные результаты текущего контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанных компетенций и индикаторов достижения компетенций (этапов формирования компетенций).

#### **4. Содержание оценочных средств промежуточной аттестации и критерии их оценивания**

- 4.1. Промежуточная аттестация проводится в виде: экзамена (8 сем.).
- 4.2. Содержание оценочного средства. Проверяемые компетенции и индикаторы достижения компетенций: УК-7, ИУК 7.1, ИУК 7.2, УК-8, ИУК 8.1, ИУК 8.2, ПК-1, ИПК 1.1, ИПК 1.2, ИПК 1.3

Примерные вопросы и задания к экзамену

Примерные вопросы и задания к экзамену:

Теоретическая часть:

1. Представить методику занятий в физической реабилитации. Продемонстрировать упражнения.
2. Обосновать мероприятия по профилактике травматизма, простудных заболеваний, стрессовых состояний. Продемонстрировать упражнения.
3. Представить методику занятий функциональной терапии. Продемонстрировать упражнения.
4. Обосновать применение лечебной физической культуры в периоды реабилитации. Продемонстрировать упражнения.
5. Представить методику занятий по физической реабилитации спортсменов с различными травмами, нарушениями в здоровье. Продемонстрировать упражнения.
6. Представить методику занятий по физической реабилитации спортсменов с травмами нижних конечностей. Продемонстрировать упражнения.
7. Представить методику занятий по физической реабилитации спортсменов с травмами верхнего плечевого пояса. Продемонстрировать упражнения.
8. Обосновать применение восстановительных средств после тренировочных нагрузок, напряженной умственной и производственной работы. Продемонстрировать упражнения.
9. Обосновать применение принципов использования физических упражнений. Продемонстрировать упражнения.
10. Представить методику определения дозирования нагрузки. Продемонстрировать упражнения.
11. Представить методы оценки воздействия физических упражнений и эффективности применения лечебной физической культуры. Продемонстрировать упражнения.
12. Понятие лечебной физической культуры.

13. Показания и противопоказания к назначению лечебной физической культуры. Продемонстрировать упражнения.
14. Лечебное действие на организм лечебной физической культуры. Продемонстрировать упражнения.
15. Основные и дополнительные средства лечебной физической культуры. Продемонстрировать упражнения.
16. Гимнастические упражнения: понятие, классификации, характеристика. Продемонстрировать упражнения.
17. Элементы мануальной терапии: виды, особенности проведения. Продемонстрировать упражнения.
18. Представит роль и значение спортивно-прикладных упражнения: виды, характеристика. Привести примеры.
19. Представит роль и значение игр: виды, характеристика. Привести примеры.
20. Представит роль и значение естественных факторов природы. Привести примеры.
21. Представит роль и значение механотерапии: понятие, характеристика (блоковые установки, тренажеры). Предложить упражнения.
22. Представит роль и значение трудотерапии: понятие, характеристика. Привести примеры.

#### 4.3. Критерии оценивания

Оценка за экзамен выставляется с учетом рейтинга. Если обучающийся набрал недостаточное количество баллов или хочет повысить оценку, то обучающийся сдает экзамен.

#### Шкала оценивания для экзамена:

Уровни освоения индикаторов в достижении компетенций	Содержательное описание уровня	Основные признаки выделения уровня	Академическая оценка	% освоения (рейтинговая оценка)
Повышенный (высокий)	Творческая деятельность	Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического или прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий.	Отлично	90-100
Базовый	Продуктивная деятельность	Включает нижестоящий уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	Хорошо	70-89
Удовлетворительный	Репродуктивная деятельность	Изложение в пределах задач курса теоретического и	Удовлетворительно	50-69

		практического материала		
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня	Неудовлетворительно	менее 50	

#### 4.4. Методические указания по проведению процедуры промежуточной аттестации

1. Сроки проведения процедуры оценивания: по расписанию экзаменов (зачета - на последнем занятии по предмету). Если обучающийся по результатам рейтинговой системы не набирает нужное количество баллов или желает повысить оценку, то сдает экзамен/ зачет согласно требованиям.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов промежуточной аттестации проводится преподавателем, ведущим дисциплину.
3. Предъявление результатов оценивания осуществляется: по окончании ответа студента и фиксируется в зачетной книжке и экзаменационной ведомости.
4. При наличии письменных ответов обучающихся, полученных в ходе экзаменационной сессии, материалы хранятся в течение месяца после завершения сессии на кафедрах.
5. Порядок выполнения и защиты курсовой работы регламентирован «Положением о курсовой работе ФГБОУ ВО «Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко».
6. Считать, что положительные результаты промежуточного контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования указанных компетенций и индикаторов достижения компетенций (этапов формирования компетенций).

### 5. Содержание оценочных средств для проверки сформированности компетенций и индикаторов достижения компетенций (поститоговый контроль) и критерии их оценивания

Задания для проверки компетенции и индикаторов достижения компетенции: УК-7, ИУК 7.1, ИУК 7.2, УК-8, ИУК 8.1, ИУК 8.2, ПК-1, ИПК 1.1, ИПК 1.2, ИПК 1.3

**Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенции:**  
УК-7: ИУК-7.1; ИУК-7.2.

Код компетенции	УК-7
Формулировка компетенции	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Индикатор достижения компетенции	ИУК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. ИУК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

Время выполнения заданий: 15 минут

1.Количество повторений каждого упражнения на протяжении курса лечения

- а) возрастает – с 2-3 до 5-7
- б) остается неизменным
- в) возрастает – с 3-4 до 12-14 и более;

г) возрастает – с 10-12 до 15-20

2. Упражнения на растягивание в ЛФК используют с целью:

- а) развития силы и выносливости мышц
- б) понижения мышечного тонуса и снятия утомления
- в) укрепление мышц, профилактики атрофии мышц
- г) повышает мышечный тонус

3. Корректирующие упражнения направлены на:

- а) восстановление бытовых и профессиональных навыков
- б) расширение резервных возможностей организма
- в) исправление, нормализацию осанки
- г) профилактику контрактур

4. Укажите уровень частоты сердечных сокращений у здорового человека

- а) 60 – 80 уд./мин.
- б) 80 – 85 уд./мин.
- в) 85 – 90 уд./мин.
- г) 55-59 уд./мин.

5. При ушибах массаж начинают:

- а) с области, находящейся выше места ушиба
- б) с области, находящейся ниже места ушиба
- в) с места ушиба
- г) не имеет значения

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	в	а	в	а	а

### Практическое задание 1.

Опишите проявления усталости при каждом виде утомления:

- 1. Умственное Сенсорное.
- 2. Эмоциональное.
- 3. Физическое.

Ключ к практическому заданию

Вариант правильного ответа	1. Умственное Сенсорное - наблюдается при игре в шахматы, у спортсменов-стрелков при напряженной функции анализаторов. 2. Эмоциональное - неразлучные спутники спортивной деятельности. 3. Физическое - отмечается в результате напряженной мышечной деятельности.
----------------------------	--

**Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенции:**

УК-8: ИУК-8.1.; ИУК-8.2

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия

	жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 15 минут

1. К основным требованиям по применению лекарственных соединений не относятся

- а) низкая токсичность и полная безвредность
- б) удобная лекарственная форма
- в) низкая цена
- г) отсутствие побочного действия

2. Перегревание тела человека сопровождается ....

- а) усиленным потоотделением и значительной потерей воды и солей
- б) незначительным потоотделением и значительной потерей воды и солей
- в) усиленным потоотделением и незначительной потерей воды и солей
- г) слабым потоотделением и затрудненным кровообращением

3. На спортивную работоспособность не влияют:

- а) состояние спортивных сооружений
- б) состояние спортивной одежды
- в) климатические и погодные условия
- г) количество членов семьи

4. К медико-биологическим средствам восстановления не относятся:

- а) сбалансированное питание
- б) фармакологические препараты (кроме запрещенных)
- в) витамины
- г) операция

5. Первая помощь пострадавшему при отравлении выхлопными газами

- а) положить пострадавшего на правый бок, дать понюхать нашатырный спирт, дать обильное питье, при необходимости начать искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца
- б) вынести пострадавшего на свежий воздух, расстегнуть стесняющую одежду на шее, груди и животе, дать понюхать нашатырный спирт, положить холодный компресс на голову; при отсутствии дыхания - провести искусственную вентиляцию легких, при отсутствии пульса - массаж сердца
- в) положить пострадавшего на спину, расстегнуть стесняющую одежду на шее и груди, дать горячее питье, дать сердечные средства
- г) вызвать «скорую» и наблюдать за пострадавшим до приезда врача

Ключ к тесту

Номер вопроса	1	2	3	4	5
Вариант правильного ответа	в	а	г	г	б

### Практическое задание 1.

При заболеваниях, в острый период, таких как инсульт, миома матки, гнойный плеврит, кровотечения из желудочно-кишечного тракта определи зоны противопоказанные для проведения массажа.

Ключ к практическому заданию

Правильный вариант ответа	1. Инсульт - массаж шейно-воротниковой зоны. 2. Миома матки - массаж ягодичной области у женщин. 3. Гнойном плеврите - массаж грудной клетки. 4. Кровотечении из желудочно-кишечного тракта - массаж живота.
---------------------------	---

### Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенции:

ПК-1: ИПК-1.2.; ИПК-1.3

Время выполнения заданий: 20 минут

ПК -1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	
ИПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.	Практическое задание 1. Хронический некалькулезный холецистит, дискинезия желчевыводящих путей по гипокINETическому типу вне обострения. Задание: Разработать комплекс рекомендаций по ЛФК
ИПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.	Практическое задание 2. На соревновании подросток получил травму. Клинический диагноз: закрытый перелом лучевой кости в типичном месте без смещения костных фрагментов. Находится на свободном двигательном режиме. Наложена гипсовая повязка. Жалобы на небольшие ноющие боли в области перелома. Задание. 1. Определите приоритетную проблему. 2. Определить средства, формы, дозировку лечебной гимнастики на данном двигательном режиме. 3. Оценить эффективность проведенного лечения.

Ключ к практическому заданию:

Правильный вариант ответа
Задание 1. Лечебная гимнастика включает общеразвивающие упражнения для всех мышечных групп. В комплекс упражнений обязательно включаются упражнения, облегчающие отток желчи (тренировка диафрагмального дыхания, поочередное подтягивание коленей к животу в сочетании с диафрагмальным дыханием). Исходные положения – любые; широко используются и.п. лежа на боку, коленно-кистевое, коленно-локтевое.
Задание 2.

1. Боли в области перелома.
2. Динамические на здоровой конечности и в свободных от иммобилизации суставах, изометрические, релаксационные упражнения на пораженной конечности. Гимнастика выполняется 2 раза в день, по 20 минут.
3. Уменьшение боли.

Критерии оценивания:

Каждый индикатор достижения компетенции оценивается в 10 баллов:

- Тестовое задание оценивается в 10 баллов (ответ на вопрос теста стоит 0 или 2 балла);
- Задания на соответствие оцениваются в 10 баллов (каждое оценивается 0-5 баллов)
  - 5 баллов – полностью правильно найденные соответствия;
  - 4 балла – три правильных соответствия;
  - 3 балла – два правильных соответствия;
  - 2 балла – одно правильно соответствие;
  - 1 балл – отсутствие правильных соответствий;
  - 0 баллов – не приступал к выполнению задания;
- Каждое практическое задание оценивается в 10 баллов:
  - 10 баллов - студент правильно выполнил предложенные задания на основе изученной теории, методов, приемов, технологий;
  - 8 баллов - студент способен применять полученные теоретические знания в практической деятельности, решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов, при выполнении заданий допускает незначительные ошибки;
  - 6 баллов - при выполнении задания допущены грубые ошибки;
  - 0 баллов - студент не выполнил задание.

Оценка зависит от процента выполнения всех заданий.

#### Шкала оценивания сформированности компетенций и индикаторов достижения компетенций

Уровни освоения индикаторов достижения компетенций	Основные признаки выделения уровня	Академическая оценка	% выполнения всех заданий
Повышенный (высокий)	Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического или прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий.	Отлично	90-100
Базовый	Включает нижестоящий уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	Хорошо	70-89
Удовлетворительный	Изложение в пределах задач курса теоретического и практического контролируемого материала	Удовлетворительно	50-69

Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня	Неудовлетворительно	менее 50
---------------	---	---------------------	----------

Считать, что положительные результаты поститогового контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования компетенций и индикаторов достижения компетенций (этапа формирования компетенции). Если обучающийся получил оценку «неудовлетворительно», то считать компетенцию не сформированной на данном этапе. При получении оценок «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» считать, что проверяемая компетенция сформирована на достаточном уровне.

*Методические указания для проверки остаточных знаний*

1. Сроки проведения процедуры оценивания: по графику деканата.
2. Сбор, обработка и оценивание результатов поститогового контроля проводится преподавателем по распоряжению деканата.
3. Предъявление результатов оценивания осуществляется в течение недели после проведения контрольного мероприятия, оформляется в виде отчета и хранится в деканате в течение всего срока обучения обучающегося.