

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

« 06 » апреля 2026 г. протокол № 8
Приказ № 39 от 08 апреля 2026 г.

Ректор _____ / Я.А. Чиговская-Назарова /
подпись инициалы, фамилия

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

Уровень основной профессиональной образовательной программы	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль)	Физическая культура и Основы безопасности и защиты Родины
Форма обучения	Очная
Семестр(ы)	10

Глазов 2026

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.	Педагогический Сопровождения	1.Проведение открытых занятий. 2.Проведение мастер-классов.

1.4. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина "Лечебная физическая культура и массаж" 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», «Основы педиатрии и гигиены школьников». Знания, умения, навыки приобретенные в результате освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж», являются базовыми для изучения таких дисциплин, как «Аэробика», «Физическая культура в ДОУ», «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», «Лыжная подготовка с методикой преподавания», а также полученные знания по дисциплине «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	3	108	
СЕМЕСТР 10			
Контактная работа с преподавателем:			
Аудиторные занятия (всего)		36	
Занятия лекционного типа		16	
Лабораторные работы		-	
Занятия семинарского типа		-	
Практические занятия		18	
КСР		2	
Самостоятельная работа обучающихся		36	
Вид промежуточной аттестации: Экзамен		36	

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)					
		вс ег о	а у д	л е к	п р	К С Р	С Р С
Семестр 10							
Раздел 1. Прикладное значение лечебной физической культуры.		6	2	2			4
1	Тема 1. История возникновения и развития лечебной физической культуры. Понятие о ЛФК Механизм лечебного действия физической нагрузки. Показания и противопоказания к применению физических упражнений.	6	2	2			4
Раздел 2. Средства лечебной физической культуры.		2	2	2			
2	Тема 1. Классификация физических упражнений. Формы, методы применения физических нагрузок. Дозировка физических упражнений. Двигательные режимы.	2	2	2			
Раздел 3. Краткая характеристика заболеваний, травм, повреждений.		4	4	4			
3	Тема 1. Заболевания опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения,	2	2	2			
4	Тема 2. Нарушения обмена веществ, заболевания мочевыводящих путей, нервной системы. Травмы и повреждения.	2	2	2			
Раздел 4. Лечебная физическая культура при травмах		16	8	2	6		8

и заболеваний							
5	Тема 1. Лечебная физическая культура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания.	6	4	2	2		2
6	Тема 2 Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения, обмена веществ, мочевыводящих путей, нервной системы.	4	2		2		2
7	Тема 3. Лечебная физическая культура при травмах и повреждениях верхних и нижних конечностей, позвоночника, ожогах, обморожениях.	6	2		2		4
Раздел 5. Организация физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем.		14	6	2	4		8
8	Тема 1. Критерии оценки состояния здоровья. Группы здоровья. Критерии распределения учащихся на медицинские физкультурные группы.	6	2	2			4
9	Тема 2. Оценка эффективности применения физического воспитания.	2	2		2		
10	Тема 3. Заболевания и сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний.	4					4
11	Тема 4. Особенности занятий физическими упражнениями, со школьниками имеющими отклонения в состоянии здоровья. Схема построения урока.	2	2		2		
Раздел 6. Физическая подготовленность детей и подростков.		8	4		4		4
12	Тема 1. Тестовые упражнения системы мониторинга (с учетом возраста и пола).	4	2		2		2
13	Тема 2. Оценка уровня физической подготовленности. Методы контроля за физической реабилитацией.	4	2		2		2
Раздел 7. Основы массажа		22	10	4	4	2	12
14	Тема 1. Краткий исторический очерк возникновения и развития массажа. Организация труда массажиста. Виды массажа. Общий массаж.	6	2			2	4
15	Тема 2. Физиологическое влияние массажа на организм. Виды, техника приемов и методика выполнения классического массажа.	8	4	2	2		4
16	Тема 3. Особенности методики и техники приемов массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, обмена веществ, мочевыводящих путей, нервной системы, травмах и повреждениях.	8	4	2	2		4
Всего в семестре		72	36	16	18	2	36
Вид промежуточной аттестации (экзамен)		36					
Итого – по дисциплине		108	36	16	18	2	36

3.2. Занятия лекционного типа

СЕМЕСТР 10

Лекция 1.

Тема: История возникновения и развития лечебной физической культуры. Понятие о ЛФК. Механизм лечебного действия физических упражнений на организм детей и подростков. Показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры.

Краткая аннотация к лекции.

История возникновения и развития лечебной физической культуры в России (основные этапы). Механизм лечебного действия физических упражнений на организм детей и подростков. Показания и противопоказания к назначению лечебной физической культуры. Факторы риска. Общие и частные методики ЛФК. Особенности частных методик от нозологии.

Лекция 2.

Тема: Классификация физических упражнений. Формы, методы применения физических нагрузок. Дозировка физических упражнений. Двигательные режимы (стационар, реабилитационный центр, санаторий).

Краткая аннотация к лекции.

Физическая активность. Классификация физических упражнений (гимнастические, спортивно-прикладные, игры). Гимнастические упражнения: общеразвивающие (общеукрепляющие), специальные, дыхательные. Группы гимнастических упражнений (анатомический признак, характер упражнения, видовой признак, признак активности, по признаку используемых предметов и снарядов). Дыхательные упражнения (статические, динамические). Спортивно-прикладные упражнения: ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, бросание и ловля мяча, плавание, гребля, ходьба на лыжах). Игры, классификация. Формы и методы лечебной физкультуры. Принципы применения физических упражнений. Дозировка физической нагрузки. Факторы, влияющие на увеличение и уменьшение нагрузки. Общая физическая нагрузка. Плотность нагрузки. Двигательные режимы: стационар, реабилитационный центр, санаторий.

Лекция 3.

Тема: Заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения,

Краткая аннотация к лекции.

Причины наиболее часто встречающихся заболеваний у детей и подростков. Заболевания опорно-двигательного аппарата (плоскостопие, нарушения осанки) причины, клинические проявления, профилактика. Заболевания сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца - недостаточность кровообращения I, II и III степени) причины, клинические проявления, профилактика. Заболевания органов дыхания (хронический бронхит, бронхиальная астма, эмфизема легких) причины, клинические проявления, профилактика. Заболевания органов пищеварения и желчевыводящих путей, клинические проявления, профилактика.

Лекция 4.

Тема: Нарушения обмена веществ, заболевания мочевыводящих путей, нервной системы. Травмы и повреждения.

Краткая аннотация к лекции.

Нарушения обмена веществ: дефицит массы тела, ожирение. Причины, клинические проявления, профилактика. Индекс Кетле. Заболевания мочевыводящих путей: пиелонефрит, гломерулонефрит. Причины, клинические проявления, профилактика. Заболевания нервной системы: парез, паралич, геми - , пара - и тетрапарез. Причины, клинические проявления, профилактика. Травмы и повреждения. Клинические проявления, профилактика.

Лекция 5.

Тема: Лечебная физическая культура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания.

Краткая аннотация к лекции.

Реабилитация больных с заболеваниями ОДА, ССС и органов дыхания. Принципы лечебной физической культуры при заболеваниях ОДА, ССС, органов дыхания.

Задачи ЛФК. Терапевтический эффект ЛФК.

Лекция 6.

Тема: Критерии оценки состояния здоровья. Группы здоровья. Критерии распределения учащихся на медицинские физкультурные группы.

Краткая аннотация к лекции.

Критерии оценки состояния здоровья (диагноз, наличие или отсутствие хронических заболеваний, нервно-психическое развитие, физической развитие, определение группы здоровья, физкультурная группа). Группы здоровья (I – V): характеристика, особенности реабилитации. Критерии распределения учащихся на медицинские физкультурные группы: основная, подготовительная, специальная.

Лекция 7.

Тема: Физиологическое влияние массажа на организм. Виды, техника приемов и методика выполнения классического массажа.

Краткая аннотация к лекции.

Физиологическое влияние основных массажных приемов, применяемых в сеансах лечебного и спортивного массажа: поглаживание, разминание, потряхивание, растирание, пассивные движения, ударные приемы, встряхивание. Лечебный массаж: сущность и приемы. Виды массажа. Общий и частный массаж. Показания и противопоказания к назначению массажа. Правила проведения массажа. Особенности частного и общего массажа. Порядок проведения общего массажа. Техника приемов и методика выполнения классического массажа.

Лекция 8.

Тема: Особенности методики и техники приемов массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, обмена веществ, мочевыводящих путей, нервной системы, травмах и повреждениях.

Краткая аннотация к лекции.

Особенности методики и техники выполнения приемов массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, обмена веществ, мочевыводящих путей, нервной системы, травмах и повреждениях. Терапевтический эффект (критерии оценивания).

3.3. Занятия семинарского типа

Учебным планом не предусмотрены

3.4. Практические занятия

СЕМЕСТР 10

Практическое занятие 1.

Тема: Лечебная физическая культура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания.

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, особенности составления комплексов ЛФК по нозологическим формам, с последующей их демонстрацией и обсуждением.

Просмотр видеороликов по темам занятия с последующим обсуждением.

Практическое занятие 2.

Тема: Лечебная физическая культура при заболеваниях пищеварения, обмена веществ, мочевыводящих путей, нервной системы.

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, особенности составления комплексов ЛФК по нозологическим формам, с последующей их демонстрацией и обсуждением. Просмотр видеороликов по темам занятия с последующим обсуждением.

Практическое занятие 3.

Тема: Лечебная физическая культура при травмах и повреждениях верхних и нижних конечностей, при травмах и повреждениях позвоночника, ожогах, обморожениях.

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, особенности составления комплексов ЛФК с учетом травм и повреждений, с последующей их демонстрацией и обсуждением. Просмотр видеороликов по темам занятия с последующим обсуждением.

Практическое занятие 4.

Тема: Оценка эффективности применения физического воспитания.

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, определение функциональных возможностей организма (АД, ЧСС, ЧД), проведение проб с нагрузкой, тестирование, решение задач, защита рефератов, презентаций.

Практическое занятие 5.

Тема: Особенности занятий физическими упражнениями, со школьниками имеющими отклонения в состоянии здоровья. Схема построения урока.

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, составление технологической карты, составление схем построения занятия ЛФК (подготовительная, основная и заключительная части занятия), определение общей и моторной плотности урока, построение физиологической кривой (пульсограмма), просмотр видеоматериала по теме занятия с последующим обсуждением.

Практическое занятие 6.

Тема: Тестовые упражнения системы мониторинга (с учетом возраста и пола).

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, решение тестовых заданий (бег на 30м. и 1000м, подтягивание на перекладине (количество раз), прыжок в длину с места), определение физической подготовленности, оценка типа реакции (нормотонический, астенический, гипертонический и дистонический тип реакции), проведение функциональных пробы (проба Мартине – дозированная физическая нагрузка, проба Ромберга – на координацию).

Практическое занятие 7.

Тема: Оценка уровня физической подготовленности. Методы контроля за физической реабилитацией.

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, решение тестовых заданий, определение физической подготовленности, оценка типа реакций, проведение функциональных проб.

Практическое занятие 8.

Тема: Физиологическое влияние массажа на организм. Виды, техника приемов и методика выполнения классического массажа.

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, демонстрация техники приемов выполнения классического массажа, студенты парами отрабатывают технику выполнения приемов массажа и самомассажа, просмотр видеофильма по теме занятия с последующим обсуждением.

Практическое занятие 9.

Тема: Особенность методики и техники приемов массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, пищеварения, обмена веществ, мочевыводящих путей, нервной системы, травмах и повреждениях.

Перечень заданий: дискуссия по вопросам занятия, решение тестов, составление технологической карты отражающей особенности методики массажа при дефектах осанки, сколиотической болезни, плоскостопии, заболеваниях висцеральных органов и систем, нарушении мозгового кровообращения, при травмах и повреждениях; преподаватель демонстрирует технику особенности приемов выполнения массажа. Студенты сдают мини-зачет по технике выполнения массажа.

3.5. Лабораторные работы

Учебным планом не предусмотрены

3.6. Контроль самостоятельной работы

СЕМЕСТР 10

Контроль самостоятельной работы 1.

Тема: Краткий исторический очерк возникновения и развития массажа. Организация труда массажиста. Виды массажа. Общий массаж.

Перечень заданий: опрос, контрольная работа, практическая часть (демонстрация приемов массажа).

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 при патологии внутренних органов, опорно-двигательного аппарата, конструирование заданий на установление соответствия).
4. Отработка навыков 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. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. — 258 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/62950.html> (дата обращения: 29.03.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2.Коновалова, Н. Г. Лечебная физическая культура и массаж : учебное пособие для студентов, обучающихся по направлению подготовки: Педагогическое образование, направление (профиль) «Физическая культура» / Н. Г. Коновалова ; Кемеровский гос. ун-т, Новокузнецкий ин-т (фил.). - Новокузнецк : НФИ КемГУ, 2017. - 448 с. - Библиогр.: с.

447-448. - URL: <https://icdlib.nspu.ru/views/icdlib/7450/read.php> (дата обращения: 29.03.2026) . - ISBN 978-5-8353-1490-4. - Текст : электронный

3.Токарь, Е. В. Лечебная физическая культура : учебное пособие / Е. В. Токарь. — Благовещенск : Амурский государственный университет, 2018. — 76 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/103884.html> (дата обращения: 29.03.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5.2. Дополнительная литература

1.Беликова, Радмила Михайловна
Лечебная физическая культура и массаж : учебное пособие / Р. М. Беликова ; науч. ред. Н. К. Гайнанова ; Алтайская гос. акад. образования. - Бийск : АГАО, 2013. - 126 с. : ил. - Библиогр.: с. 104. - URL: <https://icdlib.nspu.ru/views/icdlib/3608/read.php> (дата обращения: 29.03.2026) . - Текст : электронный

2.Налобина, А. Н. Основы классического массажа : учебное пособие / А. Н. Налобина, И. Г. Таламова. — 2-е изд. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 67 с. — ISBN 978-5-4497-3395-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/142087.html> (дата обращения: 29.03.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3.Лечебная физическая культура : учебно-методическое пособие [для бакалавриата] : направление подготовки "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)" / [сост. А. Ю. Дронь и др.] ; Сургутский гос. пед. ун-т. - Сургут : СурГПУ, 2018. - 158 с. - Библиогр.: с. 106-108. - URL: <https://icdlib.nspu.ru/views/icdlib/7712/read.php> (дата обращения: 29.03.2026) . - Словарь: с. 109-119. - Текст : электронный

4.Хорошева, Т. А. Лечебная физическая культура и массаж : учебно-методическое пособие / Т. А. Хорошева, А. В. Рева. — Тольятти : ТГУ, 2021. — 78 с. — ISBN 978-5-8259-1586-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/243218> (дата обращения: 29.03.2026). — Режим доступа: для авториз. 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://www.universalinternetlibrary.ru/book/15494/ogl.shtml> Массаж и лечебная физкультура — Макарова И.Н. - Медицинский справочник
- 2.<https://www.youtube.com/watch?v=D5VYidrEllU&vl=ru> Видео. Упражнения для позвоночника.
3. <http://ifr.ru> > video. Институт Физической Реабилитации.
4. [https://www.youtube.com > watch](https://www.youtube.com/watch) Лечебная гимнастика при сколиозе.

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 «Руконт». 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 университета (eios.ggpi.org).

Методические рекомендации для работы с инвалидами и лицами с ОВЗ размещены в ЭИОС университета (eios.ggpi.org).

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

Учебный корпус 3, аудитории(я) 108 (лекции).

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

В образовательном процессе используется свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства: экосистема Яндекс, Mail.ru и др

Полный перечень материально-технической базы и программного обеспечения размещены в ЭИОС университета (eios.ggpi.org).

9. Рейтинг-план оценки успеваемости студентов

Дисциплина/ семестр/	Объем аудиторной работы			Виды текущей аттестационной аудиторной и внеаудиторной работы	Максимальное (норматив) количество баллов	Поощрения	Штрафы	Итоговая форма контроля
	лк	пр	КСР					
Лечебная физическая культура и массаж / 10 семестр	16	18	2	1. Контроль посещаемости лекций 2. Контроль посещаемости практических занятий 3. Работа на практических занятиях 4. КСР Формы контрольных мероприятий 1. Тестирование 2. Контрольная работа 3. Решение задач Компенсационные мероприятия: 1. Презентация одной из тем курса	8 9 5х9=45 5 20 10 5 5 5	+ 1 балл за дополнения; + 2 балла за подготовку дополнительного дидактического материала (в рамках практического занятия)	- 1 балл за непосещение акад. часа; -3 балла неготовность или отсутствие на практическом занятии; - 3 балла за невыполнение в установленные сроки	Экзамен Допуск к экзамену- 50% (43 б.) «автомат» – 90% (78 б.)
ИТОГО					87 (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 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

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

1.1. Настоящий Фонд оценочных средств(ФОС) по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» является неотъемлемым приложением к рабочей программе дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» (РПД). На данный ФОС распространяются все реквизиты утверждения, представленные в РПД по данной дисциплине.

1.2. Оценивание всех видов контроля(текущего, промежуточного, поститогового) 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	Способен осваивать и использовать теоретические знания и

компетенции	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, контрольная работа, решение задач.*

3.2. Формы текущего контроля и критерии их оценивания.

Форма контроля 1 - Типовые тестовые задания

Типовой тест 1.

Тема. Оздоровительные технологии. Классификация физических упражнений.

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-1.2; 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. Укажите уровень частоты сердечных сокращений у здорового человека.

- а) 60 – 80 уд./мин.
- б) 80 – 85 уд./мин.
- в) 85 – 90 уд./мин.
- г) 50-59 уд./мин.

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) повышение мышечного тонуса

3. Корректирующие упражнения направлены на:

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

4. Осанка – это:

- а) правильное взаиморасположение головы, плеч, лопаток и др.
- б) положение человека стоя и сидя
- в) привычная поза непринужденно стоящего человека

г) правильная форма позвоночного столба

5. Кифоз – это:

- а) физиологический изгиб позвоночника выпуклостью вправо
- б) физиологический изгиб позвоночника выпуклостью влево
- в) физиологический изгиб позвоночника выпуклостью вперед
- г) физиологический изгиб позвоночника выпуклостью назад

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

- а) плоской спине
- б) круглой спине
- в) сколиозу I степени
- г) асимметрия осанки

7. Оздоровительные технологии — это метод воздействия на человека с целью проведения эффективных мероприятий, направленных на:

- а) формирование, сохранение и укрепление здоровья
- б) формирования здоровья
- в) формирования и сохранения здоровья
- г) улучшение здоровья

8. Оздоровительные технологии — это метод воздействия оздоровительных мероприятий на человека:

- а) в духовном, физическом, психическом аспектах
- б) в духовном аспекте
- в) в психическом аспекте
- г) в физическом аспекте

9. Третье состояние человека находится:

- а) между здоровьем и болезнью
- б) после болезни
- в) перед болезнью
- г) человек всегда находится в третьем состоянии

10. Запрещено снижать вес за счет:

- а) снижение количества выпиваемой воды
- б) преобладание сложных углеводов в пище
- в) уменьшение калорийности блюд
- г) уменьшение количества соли в блюдах

Типовой тест 2.

Тема. Организация труда инструктора ЛФК. Особенности занятий физическими упражнениями со школьниками, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

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-1.2; 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. Оздоровительный эффект в занятиях с учащимися подросткового возраста достигается с помощью

- а) упражнений аэробной направленности средней и большой интенсивности
- б) изменения количества повторений одного и того же упражнения
- в) проведения занятий на обычной, увеличенной и уменьшенной площади
- г) упражнений с интенсивностью выше порога анаэробного обмена

2. Вероятность травматизма на занятиях снижается, если занимающиеся

- а) переоценивают свои возможности
- б) следуют указаниям преподавателя
- в) владеют навыками выполнения движений
- г) не умеют владеть своими эмоциями

3. 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

4. Норма нагрузки врача ЛФК на обследование одного больного составляет

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

5. Норма нагрузки инструктора ЛФК при занятиях с детьми дошкольного возраста в детских учреждениях составляет

- а) 10-15 мин
- б) 15-20 мин
- в) 20-25 мин
- г) 25-30 мин
- д) 30-35 мин

6. Для занятий физическим воспитанием выделяют следующие медицинские группы

- а) сильная, ослабленная, специальная
- б) основная, подготовительная, специальная
- в) физически подготовленные, слабо физически подготовленные, физически не подготовленные
- г) первая - без отклонений в состоянии здоровья; вторая - с незначительными отклонениями в состоянии здоровья; третья - больные

7. Различают следующие медицинские группы учащихся для занятий физическим воспитанием, исключая

- а) лица с физическими дефектами
- б) подготовительная
- в) основная
- г) специальная

8. Заболевание, характеризующееся понижением артериального давления крови ниже значений 100/60 мм.рт.ст., называется:

- а) анемия
- б) артериальная гипертензия
- в) артериальная гипотензия
- г) внутричерепная гипертензия

9. Какая одышка характерна для сужения верхних дыхательных путей?

- а) инспираторная (затруднен вдох)
- б) экспираторная (затруднен выдох)
- в) смешанная (затруднены обе фазы дыхания)
- г) легочная

10. Спланхноптоз – это:

- а) опущение желудка
- б) опущение органов брюшной полости
- в) опущение кишечника
- г) опущение матки

Форма контроля 2 –Типовая контрольная работа

Типовая контрольная работа.

Тема. Основы ЛФК. Физиологическое влияние ЛФК на организм человека.

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-1.2; ИПК-1.3.

Время выполнения заданий: 15 минут

Критерии оценивания:

- «отлично» студент легко, быстро, правильно даёт определение понятиям, продемонстрировал правильность и последовательность этапов выполнения задания, осуществил анализ полученных результатов, безошибочно заполняет документацию, четко сформулировал выводы и рекомендации;
- «хорошо» студент способен правильно дать определение понятиям, допустил погрешности в правильности и последовательности этапов выполнения задания, осуществил неполный анализ полученных результатов, при оформлении документации осуществил незначительные ошибки, которые исправил самостоятельно;
- «удовлетворительно» студент даёт определение понятиям, в общем, и целом правильно, но медленно и неуверенно и/или воспроизводит необходимый материал не в полном объеме, допущены ошибки в последовательности выполнения этапов задания, неполно осуществил анализ полученных результатов, выводы и рекомендации сформулированы неполно, при заполнении документации допустил существенные ошибки, которые исправил с помощью преподавателя;
- «неудовлетворительно» студент не владеет теоретическим материалом и знаниями прикладного характера.

Продолжить предложение:

1. Выполнение физических упражнений оказывает положительное влияние на.....
2. Правильной можно считать осанку, если стоя у стены происходит касание.....
3. Какими показателями характеризуется физическое развитие.....
4. Укажите уровень частоты сердечных сокращений у здорового человека.....уд./мин.
5. Что необходимо сделать при отсутствии дыхания у пострадавшего.....
6. Статические упражнения в ЛФК применяют с целью.....
7. Корригирующие упражнения направлены на.....
8. Какой метод лечения не используется при травмах опорно-двигательного аппарата?

9. Полное или частичное нарушение целостности кости, это.....

10. Атрофия – это.....

Форма контроля 3 –Типовая работа по решению задач

Типовая работа по решению задач.

Тема. Разработка и составление комплексов ЛФК при заболеваниях внутренних органов и повреждениях опорно-двигательного аппарата.

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-1.2; ИПК-1.3.

Время выполнения задания: 45 минут

Критерии оценивания:

- «отлично» студент легко, быстро, правильно даёт определение понятиям, продемонстрировал правильность и последовательность этапов выполнения задания, осуществил анализ полученных результатов, безошибочно заполняет документацию, четко сформулировал выводы и рекомендации;
- «хорошо» студент способен правильно дать определение понятиям, допустил погрешности в правильности и последовательности этапов выполнения задания, осуществил неполный анализ полученных результатов, при оформлении документации осуществил незначительные ошибки, которые исправил самостоятельно;
- «удовлетворительно» студент даёт определение понятиям, в общем, и целом правильно, но медленно и неуверенно и/или воспроизводит необходимый материал не в полном объеме, допущены ошибки в последовательности выполнения этапов задания, неполно осуществил анализ полученных результатов, выводы и рекомендации сформулированы неполно, при заполнении документации допустил существенные ошибки, которые исправил с помощью преподавателя;
- «неудовлетворительно» студент не владеет теоретическим материалом и знаниями прикладного характера.

1 задание. Составить примерный комплекс упражнений при заболеваниях органов пищеварения (язвенная болезнь, холецистит).

2 задание. Составить примерный комплекс упражнений при заболеваниях обмена веществ (ожирение, сахарный диабет).

3 задание. Составить примерный комплекс упражнений при заболеваниях мочевыводящих путей (пиелонефрит, нефроптоз).

4 задание. Составить примерный комплекс упражнений при заболеваниях нервной системы (острое нарушение мозгового кровообращения, парез нижних конечностей).

5 задание. Перечислите методы контроля за физической реабилитацией. Продемонстрируйте простейшие функциональные пробы.

3.3 Методические указания по проведению процедуры текущего контроля

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.

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 (10 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

Теория:

1. Краткая история развития ЛФК. Понятие о лечебной физкультуре и её значение.
2. Противопоказания и показания к назначению ЛФК. Временные противопоказания.
3. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
4. Формы и методы лечебной физкультурой.
5. Классификация гимнастических упражнений и их действие на организм.
6. Классификация спортивно-прикладных упражнений и их действие на организм.
7. Игры, как средство ЛФК и их действие на организм.
8. Дозированная ходьба в двигательном режиме и её действие и значение.
9. Принципы дозировки нагрузки при лечебном использовании физических упражнений.
10. Режимы двигательной активности, их характеристика.
11. Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма.
12. Общие требования к методике лечебного применения физических упражнений.
13. Понятие об осанке. Разновидности дефектов осанки.
14. Понятие о сколиотической болезни. Классификация сколиоза.
15. Задачи физического воспитания учащихся в специальных медицинских группах.
16. Организация занятий в специальных медицинских группах и особенность методики.
17. Учет эффективности ЛФК.
18. Факторы, усиливающие действие классического лечебного массажа.

Практика:

1. Составить примерный комплекс упражнений при инфаркте миокарда – восстановительный период.
2. Составить примерный комплекс упражнений при эмфиземе легких.
3. Составить примерный комплекс упражнений при бронхиальной астме, средней степени тяжести, перманентное течение.
4. Составить примерный комплекс упражнений при ожирении 3 степени.
5. Составить примерный комплекс упражнений при остром пиелонефрите, восстановительный период.
6. Составить примерный комплекс упражнений при нарушении мозгового кровообращения, восстановительный период.
7. Составить примерный комплекс упражнений при хроническом гастродуодените.
8. Составить примерный комплекс упражнений при компрессионном переломе грудного отдела позвоночного столба.
9. Составить примерный комплекс упражнений при переломе верхней трети левого предплечья.
10. Составить примерный комплекс упражнений при коксартрозе.
11. Составить комплекс упражнений при различных нарушениях осанки.
12. Составить комплекс упражнений при плоскостопии.
13. Продемонстрировать основные приемы вибрации: техника выполнения, места эффективного применения.

14. Продемонстрировать основные приемы разминания: техника выполнения, места эффективного применения.
 15. Продемонстрировать основные приемы растирания: техника выполнения, места эффективного применения.
 16. Продемонстрировать основные приемы поглаживания: техника выполнения, места эффективного применения.
 17. Точечный массаж - демонстрация.
 18. Продемонстрируйте основные приемы спортивного массажа.
- 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 достижения компетенций	Содержательно е 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 практического материала	Удовлетворительно	50-69
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 инженерно-педагогический университет 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

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. Оздоровительный эффект в занятиях с учащимися подросткового возраста достигается с помощью
 - а) упражнений аэробной направленности средней и большой интенсивности
 - б) изменения количества повторений одного и того же упражнения
 - в) проведения занятий на обычной, увеличенной и уменьшенной площади
 - г) упражнений с интенсивностью выше порога анаэробного обмена
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. Оздоровительный эффект в занятиях с учащимися подросткового возраста достигается с помощью

- а) упражнений аэробной направленности средней и большой интенсивности
- б) изменения количества повторений одного и того же упражнения
- в) проведения занятий на обычной, увеличенной и уменьшенной площади
- г) упражнений с интенсивностью выше порога анаэробного обмена

Ключ к тесту

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

Практическое задание 1.

Дать рекомендации по питанию спортсмену с травмой костей конечностей.

Ключ к практическому заданию

Вариант правильного ответа	В пищевой рацион необходимо включать полноценное сбалансированное питание с некоторым повышением продуктов, содержащих кальций.
----------------------------	---

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. Какой метод лечения **не** используется при травмах опорно-двигательного аппарата?

- а) фиксация и вытяжение

- б) операция
- в) интенсивной нагрузки
- г) массаж

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. Схема действий при поражении человека электрическим током:

- а) отключить источник электропитания, приподнять ноги и приложить холод к голове;
- б) отключить источник электропитания и сразу начать реанимацию
- в) отключить источник электропитания, при отсутствии пульса и дыхания начать реанимацию, приподнять ноги и приложить холод к голове, вызвать скорую помощь
- г) после обесточивания положить пострадавшего на живот и не прикасаться к нему до прибытия скорой помощи

4. Схема действий при отравлении алкоголем:

- а) вынести пострадавшего на свежий воздух и сразу начать реанимацию
- б) вызвать скорую помощь
- в) повернуть больного на бок, промыть желудок, поднести к носу ватку с нашатырным спиртом, положить на голову холод, вызвать скорую помощь
- г) промыть желудок

5. Показанием для лечебной физкультуры является:

- а) врожденная мышечная кривошея;
- б) гангрена;
- в) высокая лихорадка;
- г) кровотечение.

Ключ к тесту

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

Практическое задание 1.

Задание. В гараже обнаружили пострадавшего с признаками отравления выхлопными газами.

Ваши действия.

Ключ к практическому заданию

Правильный вариант ответа	
Задание 1	- 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.

Задания для проверки компетенции и индикатора достижения компетенции:
ПК-1: ИПК-1.2.; ИПК-1.3

ПК-1 Способен осваивать и использовать базовые научно-теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности	
ИПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.	Практическое задание 1. Заполните пропуск в тексте. Дефект осанки, для которого характерны следующие нарушения: большой грудной физиологический изгиб, ослабленная спина, грудь вдавлена, плечи свисают, лопатки выдаются, живот выпячен, голова наклонена вперед называется _____.
ИПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.	Практическое задание 2. Девочке 15 лет. 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.

Время выполнения заданий: 20 минут

Ключ к практическому заданию:

Правильный вариант ответа
Задание 1. Дефект осанки, для которого характерны следующие нарушения: большой грудной физиологический изгиб, ослабленная спина, грудь вдавлена, плечи свисают, лопатки выдаются, живот выпячен, голова наклонена вперед называется круглая спина
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 компетенции

Уровни освоения индикаторов достижений 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.