

**ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИМЕНИ И.А. АГАБАЛАЕВА»
(ЧПОУ «РГМК ИМ. И.А. АГАБАЛАЕВА»)**



УТВЕРЖДАЮ
Директор
Т.М.Ахмедова
«05» сентября 2023 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**ОП.06 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА**

для специальности
49.02.01 «Физическая культура»

Квалификация
Учитель физической культуры

Форма обучения – заочная

Фонд оценочных средств учебной дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 49.02.01 «Физическая культура»

Организация-разработчик: Частное профессиональное образовательное учреждение «Республиканский гуманитарный медицинский колледж им. И.А. Агабалаева» (ЧПОУ «РГМК им. И.А. Агабалаева»).

Разработчик:

ст. преподаватель ПЦК ЕСЭд
(занимаемая должность)

З.Б.Шахбанова
(степ., инициалы, фамилия)

Одобрено на заседании ПЦК

Естественнонаучных и социально-экономических дисциплин

«05» сентября 2023 г., протокол № 02

Председатель ПЦК

Х.М.Магомедова
(степ., инициалы, фамилия)

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств.....	4
2. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины.....	4
3. Формы контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины.....	6
4. Система оценивания комплекта ФОС текущего контроля и промежуточной аттестации.....	11
5. Промежуточная аттестация по профессиональному модулю.....	12
6. Информационное обеспечение обучения.....	13

1. Паспорт фонда оценочных средств

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначены для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, освоивших программу дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего и итогового контроля и разработан на основании программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 «Физическая культура» и рабочей программы учебной дисциплины ОП.06 «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа».

1.2. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	156
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	18
в том числе:	
теоретическое обучение	8
практические занятия	10
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	138
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

1.3. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: Дисциплина ОП.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального учебного цикла.

2. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

ФОС позволяет оценить следующие результаты освоения учебной дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» в соответствии с ФГОС специальности 49.02.01 «Физическая культура» и рабочей программой учебной дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа»:

уметь:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; проводить простейшие функциональные пробы;
- под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК);
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;

- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;
 - дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;
 - показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
 - основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
 - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;
 - особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;
 - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
 - основные виды и приемы массажа;
- иметь практический опыт:**
- осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие общие компетенции, включающие в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности

Учебная дисциплина «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 «Физическая культура» способствует формированию у обучающихся профессиональных компетенций:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

3. Формы контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения – это выявление, измерение и оценивание знаний, умений и формирующихся общих и профессиональных компетенций в рамках освоения учебной дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа».

В соответствии с учебным планом специальности 49.02.01 «Физическая культура», рабочей программой учебной дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» предусматривается текущий и промежуточный контроль результатов освоения.

3.1 Формы текущего контроля

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении курса обучения.

Текущий контроль результатов освоения учебной дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» происходит при использовании предусмотренных рабочей программой форм контроля, в числе которых могут быть:

- устный и письменный опрос,
- выполнение и защита практических работ,
- выполнение тестовых заданий;
- проверки выполнения самостоятельной работы студентов,

3.1.1. Комплект материалов для оценки сформированности общих и профессиональных компетенций учебной дисциплины в форме выполнения и защиты практических работ

Практические работы проводятся с целью усвоения и закрепления практических умений и знаний, овладения профессиональными компетенциями. В ходе практической

работы студенты приобретают умения, предусмотренные рабочей программой учебной дисциплины ОП. 06. «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа».

Раздел 1. Основы врачебного контроля

Тема 1.1. Врачебный контроль, его цели, задачи и содержание; врачебный контроль за лицами, занимающимися физической культурой.

Практические занятия.

1. Исследование физического развития школьника.
2. Взаимодействие с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты.

Раздел 2. Основы лечебной физической культуры

Тема 2.2. Средства, формы и методы занятий ЛФК, классификация физических упражнений в ЛФК

Практические занятия.

1. Проведение идеомоторных и изометрических упражнений, под руководством врача, разработка комплексов и проведение индивидуальных и групповых занятий лечебной физической культурой (ЛФК);

Тема 2.3. Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК

Практические занятия.

1. Оценка степени утомляемости при выполнении физических упражнений.

Тема 3.2. Основы методики ЛФК при травмах и заболеваниях

Практические занятия

1. Решение ситуационных задач при травмах и повреждениях опорно-двигательного аппарата; заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы; заболеваниях нервной системы; при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
2. Составление примерного комплекса упражнений при травмах и повреждениях опорно-двигательного аппарата, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы; заболеваниях нервной системы; при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Раздел 4. Основы массажа.

Тема 4.1. Понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм

Практические занятия.

1. Проведение гигиенического и спортивного массажей

Тема 4.2. Основные виды и приемы массажа

Практические занятия.

1. Использование и выполнение основных приемов массажа и самомассажа; их последовательность.

Тема 4.3. Методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста.

Практические занятия.

1. Контроль за переносимостью процедур ЛФК. Выбор упражнений и дозирование нагрузок.

3.1.2. Комплект материалов для оценки сформированности общих и профессиональных компетенций учебной дисциплины в форме тестового задания.

1. Назначение тестовых заданий. Тестирование проводится с целью выявления уровня знаний студентов, степени усвоения ими учебного материала и определения на этой основе направления дальнейшего совершенствования работы.

2. Содержание тестовых заданий.

По учебной дисциплине «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» разработаны тестовые задания по основным темам, в соответствии с требованиями, предъявляемыми к знаниям и умениям студентов.

Перечень тестовых заданий по изучаемым темам:

Укажите правильный вариант ответа

1. Термин «врачебный контроль» включает:

- а) метод определения функционального состояния спортсменов;
- б) метод наблюдения спортсменов на тренировках и соревнованиях;
- в) система медицинского обеспечения всех контингентов занимающихся физкультурой и спортом;
- г) изучение состояния здоровья спортсменов и физкультурников;
- д) все перечисленное верно.

2. ЛФК это.....

3. Укажите описательные признаки физического развития:

- а) осанка;
- б) мускулатура;
- в) форма ног;
- г) все ответы правильны.

4. Упражнения в равновесии выполняют:

- а) лежа на полу
- б) стоя на полу
- в) на гимнастической скамейке
- г) на бревне

5. Наиболее распространенными способами дозирования физической нагрузки являются:

- а) длительность занятий
- б) подбор упражнений
- в) количество повторений
- г) выбор исходных положений
- д) музыкальное сопровождение

6. Для облегчения движений в период восстановления функции при лечении переломов используются:

- а) скользкая поверхность
- б) теплая вода
- в) массаж поврежденной конечности
- г) силовые упражнения

7. В правое предсердие открываются:

- а) легочные вены
- б) венозный синус

в) верхняя полая вена

г) нижняя полая вена

8. К средствам ЛФК относится все, кроме:

а) дыхательных упражнений

б) порядковых упражнений

в) корригирующих упражнений

г) динамических упражнений

д) утренней гигиенической гимнастики (УГГ)

8. К средствам ЛФК относится все, кроме:

а) гимнастических упражнений

б) спортивных и прикладных видов упражнений

г) игр

д) естественных факторов природы

е) прогулок

9. Спортивно-прикладные упражнения включают все перечисленные, кроме:

а) метания

б) лазания

в) ползания

г) плавания

д) висов

10. Гимнастическая стенка дает возможность:

а) укрепления мышц или отдельной группы мышц

б) использования различных висов и полувисов

в) фиксирования резинового амортизатора

г) применения отжиманий

11. В кабинете ЛФК могут использоваться следующие снаряды и предметы, кроме:

а) гимнастической стенки

б) гимнастической скамейки

в) обручей

г) мячей

д) гимнастического бревна

12. К целям ЛФК относятся:

а) противовоспалительная

б) тренирующая

в) иммунодепрессивная

13. В какой части занятия лечебной гимнастики решаются специальные задачи:

а) вводной

б) основной

в) заключительной

14. Тепловые процедуры применяются в травматологии:

а) перед ЛФК

б) после ЛФК

15. Исходные положения при компрессионном переломе позвоночника в 1 периоде:

а) стоя

б) сидя

в) лежа на спине

в) лежа на животе

г) на четвереньках

16. К формам ЛФК относятся все, кроме:

а) УГГ (утренней гигиенической гимнастики)

- б) процедуры лечебной гимнастики
- в) прогулок
- г) оздоровительного бега
- д) пассивных упражнений

3.1.3. Комплект материалов для оценки сформированности общих и профессиональных компетенций по виду профессиональной деятельности в форме проверки выполнения самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа направлена на самостоятельное освоение и закрепление студентами практических умений и знаний, овладение профессиональными компетенциями.

Примерная тематика самостоятельной работы:

1. Подготовка сообщений: «История возникновения и развития врачебного контроля», «Формы работы ВК», «Визуальные признаки утомления».
2. Подготовка сообщения «Особенности функционального состояния лиц, систематически занимающихся физической культурой и спортом»
3. Проведение простейших функциональных проб.
4. Подготовка сообщения: «История развития ЛФК»,
5. Составление сравнительной таблицы «Особенности оздоровительной тренировки в детском и подростковом возрасте, оздоровительной тренировки женщин, оздоровительной тренировки в пожилом и старческом возрасте».
6. Клинико-физиологическое обоснование и механизмы лечебного действия физических упражнений (тонизирующего, трофического действия, формирования компенсации, нормализации функций).
7. Составление схем: «Классификация гимнастических упражнений, спортивно-прикладных упражнений, игр», «Формы ЛФК в различных двигательных режимах».
8. Составление методических правил проведения занятий ЛФК, подготовка сообщений: «Характеристика нарушений обмена веществ», «Организация медицинских групп в школе».
9. Разработка индивидуального графика-контроля за переносимостью процедур ЛФК, Составление сообщения «Физиологические механизмы влияния массажа на организм».
10. Контроль за переносимостью процедур ЛФК. определение частоты дыхания, особенности исследования сердечно-сосудистой системы, контроль за изменениями клинических показателей и функционального состояния.
11. Подготовка сообщений : «Общая характеристика травматических повреждений и их осложнений», «Сколиозы: этиология, формы, степени, диагностика», «Остеохондроз позвоночника. Этиология. Клиника, в зависимости от локализации патологического процесса»,
12. Разработать индивидуальный комплекс упражнений занятий ЛФК при :-травме локтевого сустава, -при заболевании бронхитом, пневмонией, бронхиальной астмой, -при ишемической болезни сердца.
13. ЛФК при травмах и повреждениях опорно-двигательного аппарата. ЛФК при заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы ЛФК при заболеваниях нервной системы. ЛФК при заболеваниях и травмах головного мозга, спинного мозга и периферических нервов.
14. ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Методики разгрузки, коррекции позвоночника, активные и пассивные ЛФК при заболеваниях суставов и остеохондрозе позвоночника
15. Подготовка реферата «История возникновения и развития массажа»
16. Подготовить сообщение на тему «Спортивный массаж».

17. Виды массажа. Основные приемы массажа. Приемы классического массажа, последовательность выполнения приемов в сеансе массажа. Массаж отдельных частей тела.
18. Подготовка сообщения «Методические особенности проведения массажа у детей школьного возраста»
19. Методические особенности проведения массажа у детей школьного возраста.
20. Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе.
21. Организация медицинских групп в школе.
22. Выбор упражнений, дозирование нагрузок.
23. Особенности занятий при различных заболеваниях и нарушениях в состоянии здоровья школьников.

4. Система оценивания комплекта ФОС текущего контроля и промежуточной аттестации

При оценивании практической и самостоятельной работы студента учитывается следующее: качество выполнения практической части работы; качество устных ответов на контрольные вопросы при защите работы.

Каждый вид работы оценивается по пяти балльной шкале.

«5» (отлично) – за глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором студент свободно и уверенно ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение практически применять теоретические знания, качественно выполнять все виды практических работ, высказывать и обосновывать свои суждения.

«4» (хорошо) – если студент полно освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ, но содержание ответа имеют отдельные неточности.

«3» (удовлетворительно) – если студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает и выполняет его не полно, непоследовательно, допускает неточности в работе, в применении теоретических знаний на практике.

«2» (неудовлетворительно) – если студент имеет разрозненные, бессистемные знания по дисциплине, допускает ошибки, не может практически применять теоретические знания.

Выполнение тестовых заданий оцениваются по 5-тибалльной шкале

Оценка «5» (отлично) выставляется за 90-100% правильных ответов.

Оценка «4» (хорошо) выставляется за 70-89% правильных ответов.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется за 50-69% правильных ответов.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если правильных ответов меньше 50%.

5. Промежуточная аттестация по учебной дисциплине ОП.06 «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» предусмотрена в виде дифференцированного зачета

5.1. Перечень вопросов к диф. зачету

1. Методика определения физического развития
2. Методы исследования физического развития и телосложения.
3. Антропометрия.
4. Оценка физического развития

5. Характеристика и оценка функционального состояния сердечно - сосудистой системы.
6. Клинические методы исследования сердечно – сосудистой системы.
7. Функциональные пробы сердечно - сосудистой системы.
8. Характеристика и оценка функционального состояния внешнего дыхания.
9. Характеристика и оценка функционального состояния нервной и нервно мышечной системы.
10. Врачебно - педагогические наблюдения.
11. Самоконтроль спортсмена.
12. Врачебный контроль за лицами занимающихся физической культурой и спортом.
13. Основные понятия: «Здоровье», «Здоровый образ жизни», «Концепция здорового образа жизни».
14. Экология и здоровье человека.
15. Взаимосвязь здоровья и поведения.
16. Утомляемость при выполнении физических упражнений.
17. Концепция здорового образа жизни.
18. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.
19. Основные приемы массажа и самомассажа
20. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.
21. Оказание первой помощи при ранениях.
22. ЛФК
23. Оказание первой помощи при травмах.
24. Оказание первой помощи при отравлениях.
25. Идеомоторные и изометрические упражнения.

6. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура / Э.Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – Москва: Издательство «Флинта», 2018. – 420 с.
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>

2. Основы физической реабилитации : учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Федорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483418>

3. Криживецкая, О.В. Фитнес. Основы спортивно-оздоровительной тренировки: учебное пособие: [16+] / О.В. Криживецкая, И.А. Ивко ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018. – 121 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573595>

4.

Дополнительная литература:

1. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания: учебно-методическое пособие: [16+] / сост. И.А. Мищенко; Липецкий государственный педагогический университет имени П. П. Семенова-Тян-Шанского. – Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017. – 59 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576725>

2. Физическая культура и спорт : учебное пособие : [16+] / А. В. Зюкин, В. С. Кукарев, А. Н. Дитятин и др. ; под ред. А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2019. – 372 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577592>

3. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура: учебник / Э.Н. Вайнер. – 4-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2018. – 420 с. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500656>

Интернет-ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система [«Университетская библиотека онлайн»](http://www.biblioclub.ru/) // www.biblioclub.ru/.

Периодические издания

Молодежь Дагестана

Вестник образования

Физическая культура и спорт

Программное обеспечение

1. Консультант плюс