Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Дагестан

«Училище олимпийского резерва «Триумф»

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ГБПОУ РД «УОР «Триумф»

Д.А.Бамматгереев

«31» августа 2023 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.18 Лечебная физкультура и массаж**

программа подготовки специалистов среднего звена

**49.02.01 Физическая культура**

Хасавюрт, 2023 год

Фонд оценочных средств разработан на основании Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности

Физическая культура, утвержденного Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11.11.2022 № 968, учебного плана ГБПОУ РД «УОР «Триумф» по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Дагестан «Училище олимпийского резерва «Триумф».

Разработчик: Кулумбекова И.В. преподаватель дисциплины ОП.18 Лечебная физкультура и массаж

Рассмотрено на заседании

предметно-цикловой комиссии специальных дисциплин

ГБПОУ РД «УОР «Триумф»

Протокол № 1 от 30.августа 2023 г.

Председатель ПЦК специальных дисциплин М.Х.Беркиханова

СОГЛАСОВАНО

Работодатель:

директор ГБУ ДО РД «Спортивная **школа** олимпийского резерва им. Ш. М. **УМАХАНОВА»**

Умаханов Иманпаша Абдубасирович

30 августа 2023 г.

Утверждено приказом ГБПОУ РД «УОР»Триумф»

от 31.08.2023 № «Об утверждении учебного плана, графика учебного процесса, рабочих программ

учебных дисциплин (модулей) и практик, фондов оценочных средств, учебно-методических рекомендаций, рабочей программы воспитания, календарного плана воспитательной работы

на 2023-2024 учебный год по специальности

49.02.01 Физическая культура»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Цель фонда оценочных средств.* Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «ОП.18Лечебная физическая культура и массаж».

*Фонд оценочных средств* включает тестовые задания для текущего контроля и промежуточной аттестации, билеты к дифференцированному зачету, вопросы для подготовки к промежуточной аттестации*.*

*Структура и содержание заданий* - задания разработаны в соответствии с рабочей программой дисциплины «ОП.18Лечебная физическая культура и массаж».

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Освоение содержания учебной дисциплины «ОП.18Лечебная физическая культура и массаж» обеспечивает достижение студентами следующих результатов: **уметь:**

- использовать различные методы и формы организации физкультурно- спортивных мероприятий и занятий, строить их с учетом возраста, пола, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и технической подготовленности;

* подбирать оборудование и инвентарь для занятий с учетом их целей и задач, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся;
* осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

-использовать основные приемы массажа;

знать:

-требования к планированию и проведению физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с различными возрастными группами занимающихся;

-сущность, цель, задачи, функции, содержание, формы и методы физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;

-средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;

* показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;

-основы методики лечебной физической культуры 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;

* понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
* основные виды и приемы массажа.

Учебная дисциплина предусматривает формирование следующих общих компетенций:

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 занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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 и смены технологий.

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

Учащийся должен обладать профессиональными компетенциями, включающими в себя способность:

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения. ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно- финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно- спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине «ОП.18 Лечебная физическая культура и массаж» является: дифференцированный зачет .

1. СОСТАВ КОС ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИН

Тестовые задания по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» Модуль 1. Лечебная физическая культура

ТЕСТ 1.

1. Лечебная физкультура - это а) лечебный метод

б) научная дисциплина

в) медицинская специальность

г) составная часть реабилитационного процесса д) все перечисленное

1. Понятию лечебной физкультуры соответствуют термины а) физическая реабилитация

б) кинезотерапия в) рефлексотерапия г) механотерапия д) правильно все

1. Для лечебной физкультуры характерны все перечисленные черты, исключая

а) активность больного в процессе лечения б) метод специфической терапии

в) метод естественно-биологического содержания г) метод патогенетической терапии

д) метод обще тренирующей терапии

1. Общая физическая нагрузка - это

а) нагрузка, обязательно включающая в активную деятельность все мышечные группы

б) нагрузка, частично охватывающая группы мышц, но с напряженной работой

в) и то, и другое

г) ни то, ни другое

1. Местная физическая нагрузка - это

а) специальная нагрузка направленного действия

б) нагрузка, охватывающая определенную группу мышц

в) нагрузка, чередующаяся с общей нагрузкой и используемая по типу – от здоровых участков к поврежденным

г) все перечисленное

1. Метод лечебной физкультуры - это а) метод патогенетической терапии б) метод профилактической терапии в) метод функциональной терапии

г) все перечисленное д) только б) и в)

1. Действия врача лечебной физкультуры при первичном осмотре включают все перечисленное, кроме

а) подбора лекарственных средств

б) ознакомления с диагнозом заболевания в) проведения функциональной пробы

г) определения двигательного режима д) подбора средств ЛФК и их дозировка

1. К средствам лечебной физкультуры не относится а) режим приема медикаментов

б) физические упражнения в) настольные игры

г) массаж

д) гимнастика йогов

1. При назначении ЛФК врач обязан а) определить диагноз

б) уточнить лечебные задачи

в) подобрать средства медикаментозного лечения г) провести дополнительные исследования

д) провести исследование функционального состояния и физической подготовленности больного

1. Средствами лечебной физкультуры решаются все перечисленные задачи, кроме а) повышения неспецифической сопротивляемости организма

б) замещения недостающих гормонов

в) восстановления нарушенного объема движений г) компенсации недостаточности дыхания

д) стимуляции экстракардиальных факторов кровообращения

Тест 2.

1. Преимущественными методами проведения ЛФК в детской клинике являются

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

д) игровой метод

1. Методические принципы применения физических упражнений у больных основаны на всем перечисленном, кроме

а) постепенности возрастания физической нагрузки б) системности воздействия

в) регулярности занятий

г) применения максимальных физических нагрузок д) доступности физических упражнений

1. В лечебной физкультуре используют все перечисленные виды бега, кроме

а) ритмичного, спокойного б) легкоатлетического

в) трусцой непрерывного

г) трусцой, перемежающегося с ходьбой

1. Проведение утренней гигиенической гимнастики и процедуры лечебной гимнастики в лечебной физкультуре может быть осуществлено всеми перечисленными методами, за исключением

а) раздельного метода

б) спортивно-прикладного метода в) поточного метода

г) смешанного метода

1. К видам физических упражнений в воде, целесообразным в лечебной физкультуре, не относятся

а) свободные гимнастические б) упражнения у поручня

в) упражнения с усилием

г) упражнения с легкими предметами и плавание д) ныряние

1. Допустимый в лечебной физкультуре угол подъема на терренкуре составляет

а) до 25°

б) до 40°

в) до 60°

г) до 70°

1. В клинике внутренних болезней лечебная физкультура используется во всех перечисленных формах, кроме

а) мануальной терапии б) утренней гимнастики в) лечебной гимнастики

г) элементов спортивных упражнений д) игр

1. Лечебная гимнастика имеет все следующие разделы процедур, кроме а) вводного

б) тренирующего и щадящего в) основного

г) заключительного

1. К спортивно-прикладным формам лечебной физкультуры в стационаре относятся все перечисленные, кроме

а) ходьбы

б) дозированного бега

в) элементов спортивных игр г) настольного тенниса

д) терренкура

1. Общие противопоказания в лечебной физкультуре включают все перечисленное, кроме

а) гипостатической пневмонии и острого инфаркта миокарда б) кровотечения

в) высокой температуры тела г) метастазирующих опухолей

ТЕСТ 3.

1. К методам проведения лечебной гимнастики относятся все перечисленные, кроме

а) индивидуального метода б) группового метода

в) соревновательного метода г) самостоятельного метода

д) малогруппового метода

1. К методическим приемам дозирования физических нагрузок в лечебной физкультуре относятся все перечисленные, кроме а) плотности нагрузки до 80%

б) длительности процедуры

в) плотности нагрузки до 100%

г) изменения исходных положений д) темпа упражнений

1. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме а) назначения двигательного режима

б) элементов психофизической тренировки в) занятий лечебной гимнастикой

г) интенсивных физических тренировок д) трудоустройства больного

1. К видам гимнастических упражнений относятся все перечисленные, кроме

а) гребли и волейбола

б) наклонов туловища в сторону в) подъема рук вверх

г) упражнений на гимнастической стенке

1. Формами лечебной физкультуры не являются а) утренняя гигиеническая гимнастика

б) физические упражнения и массаж в) дозированная ходьба

г) механотерапия

1. Возможны следующие двигательные режимы в стационаре а) щадящий

б) постельный и палатный в) переходный

г) свободный

д) правильно б) и г)

1. Характеристика физических упражнений по анатомическому признаку включает

а) упражнения для мелких мышечных групп б) упражнения для средних мышечных групп

в) упражнения для крупных мышечных групп

г) упражнения для тренировки функции равновесия д) правильно а), б), в)

1. К упражнениям для мелких мышечных групп относятся а) упражнения для мышц лица

б) упражнения для мышц кисти, стопы

в) упражнения для мышц плечевого пояса г) упражнения для мышц голени

д) правильно а) и б)

1. К упражнениям для средних мышечных групп не относятся упражнения а) для мышц шеи

б) для мышц предплечья и ягодичных мышц в) для мышц голени

г) для мышц плечевого пояса

1. К упражнениям для крупных мышечных групп не относятся упражнения а) для мышц туловища

б) для мышц ног

в) для мышц рук и плечевого пояса г) для мышц плечевого пояса

д) комбинированные

ТЕСТ 4.

1. К двигательным режимам в санатории относятся а) палатный

б) щадящий и щадяще-тренирующий в) свободный

г) тренирующий

д) правильно б) и г)

1. Щадящий двигательный режим не назначается отдыхающим санатория а) с острыми респираторными инфекциями и обострением ишемической болезни сердца

б) перенесшим острые заболевания до поступления в санаторий

в) органическими заболеваниями внутренних органов с выраженной функциональной недостаточностью

г) органическими заболеваниями нервной системы

и опорно-двигательного аппарата с болевым синдромом при движениях

1. Щадящий двигательный режим предусматривает объем двигательной активности

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

1. К формам лечебной физкультуры на щадящем двигательном режиме не относятся

а) бег трусцой и велотренинг б) лечебная гимнастика

в) дозированная ходьба г) малоподвижные игры

1. Щадяще-тренирующий двигательный режим не назначается отдыхающим санатория

а) с органическими заболеваниями внутренних органов, физически неподготовленным

б) инвалидам по заболеваниям опорно-двигательного аппарата

в) после освоения физических нагрузок щадящего режима движений г) при обострении хронических заболеваний

д) с заболеваниями нервной системы и опорно-двигательного аппарата с функциональной недостаточностью

1. Щадяще-тренирующий двигательный режим предусматривает объем двигательной активности

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

1. К формам ЛФК на щадяще-тренирующем двигательном режиме относятся все перечисленные, кроме

а) утренней гигиенической гимнастики б) бега трусцой

в) занятий на механоаппаратах и тренажерах г) лечебной гимнастики

д) спортивно-прикладных форм ЛФК циклического характера, кроме бега

1. Тренирующий двигательный режим назначается отдыхающим санатория, кроме лиц

а) с начальными формами заболевания б) физически подготовленных

в) освоивших щадяще-тренирующий режим г) старческого возраста

д) молодого и среднего возраста с хроническими заболеваниями в удовлетворительном функциональном состоянии

1. Тренирующий двигательный режим предусматривает объем двигательной активности

а) 2-3 ч в сутки б) 3-4 ч в сутки в) 5-6 ч в сутки г) 6-8 ч в сутки д) 8-10 ч в сутки

1. К формам ЛФК на тренирующем двигательном режиме относятся все перечисленные, кроме

а) терренкура

б) лечебной гимнастики

в) соревнований по видам спорта

г) спортивно-прикладных упражнений д) спортивных игр

ТЕСТ 5.

1. Целесообразная протяженность маршрутов ходьбы на щадящем и щадяще-тренирующем двигательных режимах для однократной прогулки а) 200 м

б) от 200 до 400 м

в) от 500 до 3 000 м

г) от 4 000 до 5 000 м

д) свыше 5 000 м

1. К тренажерным устройствам, развивающим общую выносливость организма, относятся

а) диск здоровья б) велотренажер в) батут

г) движущая дорожка (тредмил) и тренажер "Гребля" д) правильно б) и г)

1. К основным методам физической тренировки на тренажерных устройствах в ЛФК относятся все перечисленные, исключая

а) равномерный б) скоростной

в) переменный и интервальный

г) непрерывный с субмаксимальной мощностью д) правильно б) и г)

1. Тренажерные устройства общего действия наиболее показаны при всех перечисленных заболеваниях, кроме

а) заболеваний сердечно-сосудистой системы в стадии компенсации кровообращения

б) заболеваний сердечно-сосудистой системы в стадии декомпенсации кровообращения

в) хронических неспецифических заболеваниях органов дыхания (с дыхательной недостаточностью не свыше 1-й степени), ожирения

г) травм опорно-двигательного аппарата с ограничением движений в верхних и нижних конечностях

д) правильно б) и г)

1. Дозирование нагрузки на велотренажере у больных осуществляется всем перечисленным, кроме

а) скорости вращения педалей

б) продолжительности велотренировки в) мощности нагрузки в ваттах

г) энергетических затрат в килокалориях в минуту

1. Мощность тренирующей нагрузки в основном периоде велотренировки в процентах от порогового уровня (толерантности) составляет

а) 20-30%

б) 30-40%

в) 40-50%

г) 50-70%

д) 80-100%

1. Наибольшая мощность нагрузки при работе на велотренажере в режиме возрастающей непрерывной нагрузки у больного с толерантностью 100 ватт составляет

а) до 25 Вт б) до 50 Вт в) до 75 Вт

г) до 100 Вт

1. Скорость ходьбы и бега, используемая для больных на тренажерном устройстве "Движущаяся дорожка"

а) до 4 км/ч б) до 7 км/ч в) до 10 км/ч г) до 12 км/ч д) до 14 км/ч

1. Гимнастический тренажер "Здоровье" не тренирует а) выносливость и скорость

б) силу мышц рук и плечевого пояса в) гибкость

г) силу мышц брюшного пресса д) все перечисленное

1. На тренажере "Здоровье" не выполняются следующие физические упражнения

а) динамические

б) на равновесие и дыхательные упражнения в) изометрические упражнения

г) упражнения с усилием Ответы:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Тест 1 | д | д | в | а | б | г | а | а | д | б |
| Тест 2 | д | г | б | б | д | а | а | б | д | а |
| Тест 3 | в | в | д | а | б | д | д | д | б | г |
| Тест4 | д | а | г | а | г | в | б | г | г | в |
| Тест 5 | в | д | д | д | а | г | в | б | а | б |

Модуль 2. Массаж

ТЕСТ1.

Выберите один правильный ответ.

* 1. Для проведения массажа необходимо отдельное помещение (площадка) из расчета на одно рабочее место:

а) 8 м2;

б) 12 м2;

в) 14 м2;

г) 16 м2.

* 1. Высота потолка в помещении для массажа должна быть не менее: а) 1,7 м;

б) 2,0 м;

в) 2,5 м;

г) 3,0 м.

* 1. Кабинет массажа должен быть обеспечен приточно-вытяжной вентиляцией с кратностью обмена воздуха:

а) 2 раза в час; б) 3 раза в час; в) 4 раза в час; **г) 5 раз в час.**

* 1. Отношение площади окон и площади пола в кабинете массажа должно быть: а) 1:3;

б) 1:5;

в) 1:6;

г) 1:7.

* 1. Температура воздуха в помещении для массажа должна быть не ниже: а) 18 °С;

б) 20 °С;

в) 22 °С;

г) 25 °С.

* 1. Кушетка для проведения массажа должна быть в пределах следующих размеров (длина, ширина, высота):

а) 180×50×70 см;

б) 190×65×90 см;

в) 210×90×100 см;

г) 220×100×120 см;

д) правильно а и б.

* 1. Не рекомендуется пользоваться смазывающими средствами, когда проводится: а) **все ответы правильные.**

б) массаж с использованием классической техники;

в) массаж участков тела, где имеется нарушение целостности кожи и кожные заболевания;

г) массаж у детей;

* 1. Частота проведения текущей влажной уборки в массажном кабинете:

а) перед началом смены;

б) 1 раз в 7 дней;

в) через 3 ч работы;

г) 1 раз в день.

* 1. Укажите способ обработки рук массажиста:

а) протирание спиртом после каждого больного; б) протирание 0,5% раствором хлорамина;

в) мытье проточной водой с двукратным намыливанием;

г) мытье проточной водой с однократным намыливанием.

* 1. Основные требования, предъявляемые к массажисту:

а) тщательный уход за руками;

б) теплые мыльные ванны рук продолжительностью 12–15 мин, температура 36– 38 °С;

в) соблюдение удобной рабочей позы;

г) соизмерение движений рук с ритмичным дыханием;

д) все ответы правильные.

* 1. Частота обработки массажных столов в кабинете:

а) 1 раз в день; б) 2 раза в день;

в) после каждого больного;

г) 1 раз в неделю.

* 1. При появлении гнойничковой сыпи на массируемой области массажист должен:

а) продолжить массаж;

б) отменить массаж;

в) продолжить массаж после обработки гнойничков; г) проконсультироваться с лечащим врачом.

* 1. Противопоказаниями к назначению массажа являются все, кроме: а) наличия или угрозы кровотечения;

б) наличия тромбов сосудов;

в) обширных нарушений целостности кожных покровов;

г) витилиго.

* 1. Относительное (временное) противопоказание к проведению массажа:

**а) повышенная температура тела;** б) злокачественное новообразование; в) гипертоническая болезнь;

г) заболевания крови.

* 1. Различают следующие группы приемов классической техники массажа:

а) глажение; б) пиление;

в) разминание;

г) рубление.

* 1. Выделяют все перечисленные разновидности приемов поглаживания, кроме: а) спиралевидного;

б) гребнеобразного; в) крестообразного; **г) сотрясения.**

* 1. Приемы поглаживания выполняются: а) в любых направлениях;

б) в направлении от центра к периферии; в) поперечно;

г) продольно;

д) от периферии к центру.

* 1. Выделяют все перечисленные разновидности приемов растирания, кроме: а) щипцеобразного;

б) штрихования; в) строгания;

г) встряхивания.

* 1. Приемы разминания проводятся: а) по току лимфы;

б) продольно;

в) по току крови;

г) по линиям Лангера.

* 1. К приемам разминания относится:

а) пиление;

б) штрихование; **в) надавливание;** г) стегание.

ТЕСТ 2.

* + 1. Выделяют все перечисленные разновидности приемов вибрации, кроме:

а) растяжения;

б) рубления; в) сотрясения;

г) поколачивания.

* + 1. Обязательное условие выполнения ударных приемов вибрации:

а) ритмичность;

б) глубокое воздействие;

в) поверхностное воздействие; г) плавность выполнения.

* + 1. Прием пунктирования выполняется:

а) ладонной поверхностью кисти; б) тыльной поверхностью кисти; **в) подушечками пальцев;**

г) локтевым краем кисти.

* + 1. К методическим указаниям, обязательным для выполнения при массаже волосистой части головы, относятся все, кроме:

а) применения поглаживания после каждого приема; б) безболезненного выполнения приемов;

в) недопущения раскачивания головы пациента;

г) использования массажных средств.

* + 1. Прием, выполняющийся на одном месте (без продвижения руки массажиста), называется:

**а) стабильным;** б) лабильным; в) прерывистым;

г) непрерывным.

* + 1. Направление движений при массаже задней поверхности шеи:

а) от затылочных бугров по задней поверхности шеи, по надплечьям к плечевым суставам;

б) от VII шейного позвонка к затылочным буграм;

в) от плечевых суставов по надплечьям, по задней поверхности шеи к сосцевидному отростку;

г) от затылочных бугров по надплечьям к сосцевидному отростку.

* + 1. Верхняя граница при массаже шеи:

а) верхний край щитовидного хряща; б) подбородочная область;

в) край нижней челюсти;

г) затылочные бугры.

* + 1. Нижней границей при массаже грудной клетки является:

а) край реберной дуги;

б) седьмое межреберье;

в) уровень мечевидного отростка;

г) линия, соединяющая десятые ребра.

* + 1. Для массажа задней стенки плечевого сустава рука пациента: а) должна свободно свисать вниз;

б) должна быть заведена за поясницу; в) должна быть заведена за затылок;

г) должна находиться на противоположном плече, локоть приподнят.

* + 1. Направление массажных движений при массаже живота:

а) вокруг пупка по часовой стрелке;

б) вокруг пупка против часовой стрелки;

в) от передне-срединной линии к боковым границам; г) от мечевидного отростка к симфизу.

* + 1. Массаж живота может проводиться:

а) только натощак;

б) через 30 мин после еды;

в) через 2 ч после еды;

г) сразу после еды.

* + 1. Противопоказания к массажу грудной клетки спереди являются: а) хронический бронхит;

б) инфаркт миокарда;

в) язвенная болезнь желудка;

г) наличие имплантатов в молочных железах.

* + 1. Заболевание, являющееся абсолютным противопоказанием для массажа нижней конечности:

а) неврит седалищного нерва;

б) ангиопатия сосудов нижних конечностей;

в) варикозное расширение вен нижних конечностей;

г) остеомиелит.

* + 1. Задачей массажа при ожогах является:

а) снятие напряжения тканей;

б) ликвидация болевого синдрома;

в) предупреждение формирования грубых рубцов;

г) общеукрепляющее действие.

* + 1. Массаж пораженного участка при отморожениях проводится:

а) после его эпителизации;

б) после стихания боли;

в) после нормализации температуры; г) после снятия повязки.

* + 1. При переломе позвоночника спину разрешается массировать, когда больной начинает:

а) садиться; б) ходить;

в) поворачиваться на живот;

г) заниматься лечебной гимнастикой.

* + 1. На 2-й день после ушиба предпочтительнее проводить: а) легкое поглаживание места ушиба;

б) отсасывающий массаж до места отека;

в) массаж поврежденного участка, нижележащих сегментов; г) массаж участка ниже места ушиба.

* + 1. При проведении массажа пациент должен быть

а) расслаблен

б) напряжен

в) находиться в удобном положении

**г) кожные покровы должны быть чистые**

* + 1. При проведении приёма разминания

а) мышцы должны быть максимально расслаблены

б) мышцы должны быть напряжены

в) массаж проводить плавно, без рывков

**г) движения проводить в любых направлениях**

* + 1. Во время массажа пациент должен испытывать а) усиление боли

б) ощущение тепла и комфорта

**в) расслабленность в массируемой области**

г) ухудшение общего самочувствия

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ:

-18-20 – «отлично»

-14-17 – «хорошо»

-10-13 – «удовлетворительно»

-9 и ниже – «неудовлетворительно»

3. СОСТАВ КОС ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Тестовые задания по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» (для очной формы обучения)

1. Лечебная физкультура - это а) лечебный метод

б) научная дисциплина

в) составная часть реабилитационного процесса

г) все перечисленное

1. Физическая реабилитация включает все перечисленное, кроме а) назначения двигательного режима

б) элементов психофизической тренировки в) занятий лечебной гимнастикой

г) интенсивных физических тренировок

д) трудоустройства больного

1. Не рекомендуется пользоваться смазывающими средствами, когда проводится: а) **все ответы правильные**

б) массаж с использованием классической техники

в) массаж участков тела, где имеется нарушение целостности кожи и кожные заболевания

г) массаж у детей

1. При появлении гнойничковой сыпи на массируемой области массажист должен: а) продолжить массаж

б) отменить массаж

в) продолжить массаж после обработки гнойничков г) проконсультироваться с лечащим врачом

1. К формам лечебной физкультуры на щадящем двигательном режиме не относятся

а) бег трусцой и велотренинг

б) лечебная гимнастика в) дозированная ходьба г) малоподвижные игры

1. Лечебная физкультура разделяет два вида тренировок:

а) общая и специальная

б) силовая и базовая

в) ступенчатая и объемная

г) групповая и индивидуальная

1. При каком случае снижается общая физическая нагрузка? а) при высокой степени компенсации

б) при окончании восстановительного лечения в) **при ухудшении состояния**

г) при характерных особенностях

1. Противопоказанием к занятиям лечебной физкультурой является:

а) высокое артериальное давление

б) избыточный вес в) плоскостопие

г) беременность

1. Какое из упражнений лечебной физкультуры выполняется мысленно? а) спортивно-прикладное

б) идеомоторное

в) в посылке импульсов к сокращению мышц г) гимнастическое

1. Гимнастика используется в травмотологии...

а) при хроническом остеохондрозе, грыжах, искривлениях позвоночника б) в повышении емкости легких, улучшении поступления кислорода

в) для укрепления сосудов и кровообращения

г) в реабилитации после повреждений мышц, связок, травм суставов и переломов костей

1. Характерная особенность метода ЛФК: а) использование лечебного массажа

б) использование специальных исходных положений

в) использование физических упражнений

г) использование иглорефлексотерапия

1. К пассивным средствам физической культуры относится а) бег

б) дозированная ходьба в) работа на тренажерах **г) массаж**

1. Частота обработки массажных столов в кабинете: а) 1 раз в день;

б) 2 раза в день;

в) после каждого больного;

г) 1 раз в неделю.

1. Относительное (временное) противопоказание к проведению массажа:

**а) повышенная температура тела;** б) злокачественное новообразование; в) гипертоническая болезнь;

г) заболевания крови.

1. Массаж живота может проводиться:

а) только натощак;

б) через 30 мин после еды;

в) через 2 ч после еды;

г) сразу после еды.

1. Заболевание, являющееся абсолютным противопоказанием для массажа нижней конечности:

а) неврит седалищного нерва;

б) ангиопатия сосудов нижних конечностей;

в) варикозное расширение вен нижних конечностей;

г) остеомиелит.

* 1. Во время массажа пациент должен испытывать а) усиление боли

б) ощущение тепла и комфорта

в) напряжение в массируемой области г) ухудшение общего самочувствия

* 1. Общие противопоказания в лечебной физкультуре включают все перечисленное, кроме

а) гипостатической пневмонии и острого инфаркта миокарда

б) кровотечения

в) высокой температуры тела г) метастазирующих опухолей

* 1. К видам гимнастических упражнений относятся все перечисленные, кроме

а) гребли и волейбола

б) наклонов туловища в сторону в) подъема рук вверх

г) упражнений на гимнастической стенке

* 1. Основным средством физической реабилитации являются а) образовательные программы

б) психотерапия и аутотренинг в) трудотерапия

г) физические упражнения

Критерии оценивания:

- 20-19 – «отлично»

-18-14 – «хорошо»

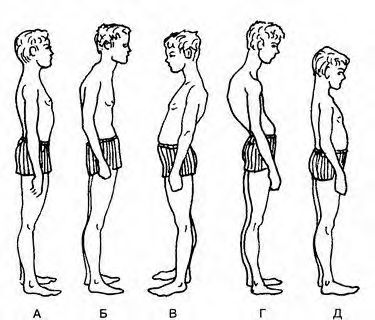
* 13-10 – «удовлетворительно»
* 9 и ниже – «неудовлетворительно»

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ФГБОУ ВО  Колледж ЧГПУ | Вопросы к экзамену по дисциплине | « УТВЕРЖДАЮ  \_ » 20 г |
|  | «МДК.02.03 Лечебная физическая культура и массаж». | Заместитель директора по УВР /Алиева Д. |
|  |  | « » 20 г |
|  | Курс |  |
|  | Семестр |  |

Билет № 1.

1. Классификация и характеристика разновидностей массажа. (ОК 1.,ОК 8,)
2. Определите виды осанки и дайте физиологическую характеристику каждой. (ПК. 2.4., ОК.2)



Билет № 2.

1. Лечебная гимнастика при повреждении периферической части лицевого нерва (ОК 1.,ОК.4,ОК.8)
2. Массаж является эффективным лечебно-оздоровительным средством, но он в отдельных случаях может принести вред. Выберите из следующего перечня физиологических состояний организма правильное соответствие и отметьте знаком (+) (ОК. 1,ОК.4,ОК.9)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Физиологическое состояние организма | Массаж делать противопоказано | Массаж рекомендован |
| 1. Повышение температуры тела |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2.Значительном варикозном  расширении и тромбозе вен |  |  |
| 3.Для наращивания мышечной  массы |  |  |
| 4.Почечной и печеночной  недостаточности |  |  |
| 5. Для увеличения подвижности в  суставах |  |  |
| 6. При гнойных процессах  организма |  |  |
| 7. Психических расстройствах |  |  |

Билет № 3.

1. Лечебная физическая культура при нарушениях осанки и сколиозах (ОК.7,ПК.2.3)
2. Вид массажа, который проводится на узко ограниченных участках поверхности тела, применяется как метод рефлексотерапии, показан при парезах, параличе, травмах спинного мозга. Этот вид массажа по своему происхождению еще называют восточным. Как называется данный вид массажа? Определите его функциональное значение. (ОК.1,ОК.2)

Билет № 4.

1. ЛФК при гипертонической болезни.(ОК.3,ОК.4)
2. Действие гуморального фактора массажа заключается в том, что во время массажа в организме образуются и поступают в кровь биологически активные вещества, а также гормоны, воздействующие на нервы, сосуды, органы и системы. Под их воздействием в организме повышается соотношения катехоламинов, ацетилхолина, гистамина, серотонина, кортикостероидов, что ведет к восстановлению нарушенных функций и нормализации обменных процессов. Правильно ли данное утверждение? Обоснуйте свой ответ. (ОК.8)

Билет №5.

* 1. Особенности применения дыхательных упражнений при заболеваниях органов дыхания (ОК.1,ОК.2, ОК.8)
  2. Есть определенные правила, которыми должен руководствоваться массажист. Из этого перечня выберите те, которые соответствуют правилам проведения массажа:( ОК. 6, ОК.9, ОК.10)

1. массаж должен выполнятся на расслабленных мышцах, что достигает специальными укладками (ИПП- исходное положение пациента);
2. массаж начинается с крупных участков тела (спина, грудь, ягодица), что позволяет ускорить общее крово- и лимфообращение;
3. приемы выполняются по массажным линиям по кровотоку
4. массажные линии располагаются по всему телу,
5. при выполнении приемов соблюдается определенный характер и темп движений, используя в работе обе руки.
6. Массажные приемы могут вызывать болевые ощущения, оставлять на коже синяки и ссадины.

Билет № 6

1. Лечебная физическая культура при инсультах (ОК 2., ОК 4.)
2. Выбрать правильный ответ и продолжить определение (ПК. 2.4., ОК.2) Лечебная физическая культура – это………… .

А. ответная двигательная реакция мышцы на раздражение

Б. совокупность механических приемов, посредством которых оказывается воздействие на поверхностные ткани

В. комплекс медицинских, педагогических и социальных мероприятий, направленных на восстановление нарушенных функций организма, социальных функций и трудоспособности

Г. комплекс мероприятий, повышающих устойчивость организма к неблагоприятному действию факторов окружающей среды систематическим дозированным воздействием этих факторов.

Д. метод, использующий средства физической культуры с лечебно- профилактической целью

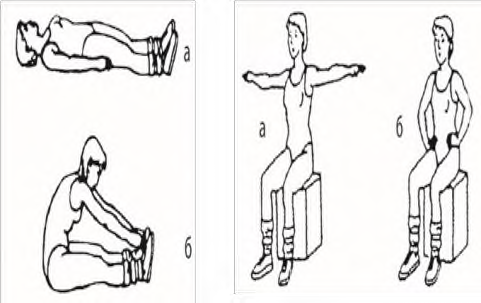
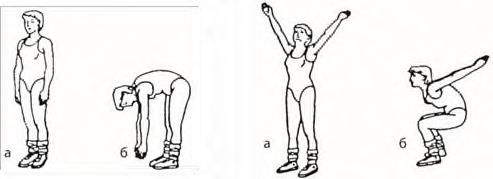
Билет №7

* 1. Задачи и методики ЛФК при гиподинамии. (ОК. 6, ОК.9, ОК.10
  2. Найдите соответствие между физиологическими процессами (ПК. 2.4., ОК.2)

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Ответная двигательная реакция  мышцы на раздражение | А. Рефлекторная дуга |
| 2. Естественные и специально подобранные движения, применяемые в лечебной физкультуре и физическом  воспитании | Б. Проводимость |
| 3. Способность мышечного волокна отвечать на раздражения самой мышцы или соответствующего  двигательного нерва | В. Рефлекс |
| 4. Способность мышцы изменять  свою длину при возбуждении | Г. Возбудимость |
| 5. Проведение возбуждения по  мышечному волокну | Д. Сократимость |
| 6. Передача возбуждения от проприорецептора в центральную  нервную систему и ответная реакция мышцы | Е. Мышечный тонус |
| 7. Непроизвольное напряжение  мышц в состоянии покоя | Ж. Физические упражнения |

Билет № 8

1. Опишите механизмы влияния физических упражнений на организм (ОК.8)
2. Дренирующие дыхательные упражнения помогают повысить продуктивность кашля. При каких заболеваниях дыхательной системы они используются? Почему кашель является защитным механизмом? ( ОК. 6, ОК.9, ОК.10)



Билет № 9

1. В чем основное отличие физических упражнений при спортивной и оздоровительной тренировке? ( ОК. 6, ОК.9, ОК.10)
2. ………. .- это дегенеративно-дистрофическое поражение соединительнотканных структур, обеспечивающих движение между позвонками. Это заболевание позвоночника, сопровождающееся постепенным и неуклонным разрушением межпозвонковых структур (суставные хрящи, студенистое (пульпозное) ядро, фиброзное кольцо диска), что приводит к уменьшению суставной щели между позвонками, разрастанию костной ткани в виде выростов (остеофитов), к стойкому болевому синдрому, длительному спазму мышц и нарушению функции позвоночника? Как называется данная патология позвоночника? Назвать причины развития данной патологии (ПК. 2.4., ОК.2)

Билет № 10

1. Расскажите историю развития лечебной физкультуры и массажа (ОК. 6, ОК.9, ОК.10)
2. Дайте определение данной патологии сердца. (ОК.8) Инфаркт миокарда - ……….

А. хроническая недостаточность коронарного кровообращения Б. очаговый или множественный некроз мышцы сердца

В. повышение артериального давления. Г. поражение клапана (клапанов) сердца Д. понижение артериального давления Е. атеросклероз сосудов сердца

Билет № 11

1. Классификация видов массажа (ПК. 2.4., ОК.2)
2. Найдите соответствие ( ОК. 6, ОК.9, ОК.10)

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Нарушение функции сустава | A. артрит |
| 2. Воспаление сустава | Б. артроз |
| 3. Дегенеративно-  дистрофическое поражение сустава | В. вывих |
| 4. Снижение сводов стопы | Г. контрактура |
| 5. Нарушение целости кости | Д. плоскостопие |
| 6. Повреждение тканей, сопровождающееся разрывом кровеносных  капилляров | Е. перелом |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| 7.Стойкое смещение суставных концов костей с повреждением суставной капсулы и  окружающих тканей | Ж. ушиб |

Билет №12

1. Тонизирующее влияние физических упражнений. (ОК.8)
2. В иммобилизационном периоде лечения травм опорно-двигательного аппарата применяются физические упражнения. (ПК. 2.4., ОК.2)

А. общеукрепляющие Б. дыхательные

В. идеомоторные Г. на координацию Д. специальные

Е. силовые

Билет № 13

* 1. Какие изменения в функции аппарата внешнего дыхания происходят при заболеваниях органов дыхания? (ОК.8)
  2. Данная методика имеет широкий спектр действия – нормализация метаболических процессов, повышение тонуса всего организма, уменьшение отеков, предупреждение варикозного расширения вен и т.д. Как называется данный вид массажа? В чем физиологическое значение данного воздействия? ( ОК. 6, ОК.9, ОК.10)



Билет № 14

1. Какие виды травм можно выделить при повреждении опорно-двигательного аппарата? ОК. 6, ОК.9, ОК.10
2. Массаж и ЛФК после инсульта способствуют скорейшему восстановлению ослабленного болезнью организма. По мере их проведения у пациентов отмечается положительная динамика. Из этого перечня выберите правильные утверждения и обоснуйте свой ответ (ОК.8)

* значительно улучшается функционирование сердечно-сосудистой системы, а также и других органов, и систем организма;
* восстанавливается правильное глубокое дыхание;
* наблюдается гипертония;
* гипертонус мышц в пораженных участках тела устраняется, что предупреждает развитие контактур (органичения амплитуды движения конечности);
* ослабленные из-за длительного постельного режима здоровые мышцы укрепляются, становятся сильными;
* происходит значительное улучшение эмоционального состояния пациента;
* в случае стойкой положительной динамики восстановления организма со временем пациент может вернуться к ведению привычного образа жизни.

Билет № 15

1. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. (ОК.8)
2. Стандартный комплекс ЛФК включает в себя при ДЦП определенные упражнения. Является ли данный комплекс упражнений эффективным для реабилитации больного с ДЦП ? ОК. 6, ОК.9, ОК.10

* на растяжку;
* на устранение гипертонуса мышц;
* на укрепление двигательных мышц;
* на постепенное увеличение амплитуды движений;
* на силу и выносливость;
* на формирование правильного алгоритма ходьбы.

Билет № 16

1. Основы методики занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Какие типы дыхания в ней используются? (ПК. 2.4., ОК.2)
2. Массаж можно использовать в качестве основного терапевтического вмешательства или в качестве дополнения к другим терапевтическим подходам и методам реабилитации. Такое использование может помочь в следующих ситуациях: ( ОК. 6, ОК.9, ОК.10)
   * мобилизация межтканевых жидкостей;
   * уменьшение или устранении отеков;
   * ускорение местного кровотока;
   * тромбоз в глубоких венах конечностей;
   * уменьшение болезненности и скованности мышц;
   * купирование или облегчение боли;
   * воспаленная ткань.

Билет №17

1. Показания и противопоказания к применению ЛФК ( ОК. 6, ОК.9, ОК.10)
2. Укажите задачи лечебной физкультуры в реабилитационном периоде лечения травм опорно-двигательного аппарата. (ОК.8)

А. профилактика пневмонии

Б. профилактика тромбофлебита В. усиление остеопороза

Г. восстановление опорной функции Д. восстановление бытовых навыков Е. восстановление трудовых навыков

Билет № 18

1. Какие двигательные режимы используются в методике ЛФК при воспалении легких. ( ОК. 6, ОК.9, ОК.10)
2. Выберите из данного перечня движения, которые применяются при лечебном массаже (ПК. 2.4., ОК.2)

* разминание;
* перекатывание;
* вибрация;
* перкуссия;
* постукивание.

Билет № 19

* 1. ЛФК при нарушениях обмена веществ (ОК. 6, ОК.9, ОК.10)
  2. Тонизирующее влияние физических упражнений на организм человека может проявляться по-разному: (ОК.8)

а) в понижении активности центров регуляции функций,

*б*) в изменении интенсивности биологических процессов в организме,

в) в усилении интенсивности биологических процессов под влиянием мышечной нагрузки;

г) тонизирующее влияние физических упражнений отсутствует.

Выберите из этого перечня правильное утверждение. Обоснуйте свой ответ

Билет № 20

1. Гигиенические требования к кабинету массажа, массажисту и массируемому. (ОК.8)
2. ЛФК после инсульта назначается сразу же после того, как состояние пациента стабилизируется. Вначале к массажу тела пациента добавляются движения

пораженными конечностями. Это способствует расслаблению мышц пораженных участков тела. Затем к этим движениям присоединяются и более упражнения,

которые вначале выполняются пациентом самостоятельно, а затем – с помощью инструктора ЛФК (ОК. 6, ОК.9, ОК.10)

Вопросы для промежуточной аттестации

1. Механизмы лечебного воздействия физических упражнений.
2. Классификация физических упражнений, используемых с лечебной целью.
3. Характеристика гимнастических упражнений, используемых с лечебной целью.
4. Характеристика упражнений на координацию.
5. Характеристика упражнений на растягивание.
6. Характеристика упражнений на расслабление.
7. Характеристика упражнений на равновесие.
8. Характеристика дыхательных упражнений.
9. Понятие и классификация двигательных режимов, используемых в ЛФК.
10. Принципы дозировки физической нагрузки на занятиях ЛФК.
11. Оценка эффективности занятий ЛФК.
12. ЛФК при сколиотической болезни.
13. ЛФК при плоскостопии.
14. Обоснование ЛФК у больных с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.
15. ЛФК у больных с инфарктом миокарда на щадящем и тонизирующем режимах.
16. ЛФК при гипертонической болезни.
17. Обоснование ЛФК у больных с заболеваниями дыхательной системы.
18. Обоснование ЛФК у больных с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.
19. Обоснование ЛФК при заболеваниях и травмах ЦНС.
20. Обоснование ЛФК при заболеваниях и травмах периферической нервной системы.
21. Понятие о массаже, виды массажа
22. Физиологическое действие массажа
23. Классификация приемов классического массажа по воздействию на массируемые ткани
24. Поглаживание: определение, физиологическое действие
25. Растирание: определение, физиологическое действие
26. Разминание: определение, физиологическое действие
27. Вибрация: определение, физиологическое действие
28. Виды спортивного массажа
29. Тренировочный массаж: методика проведения массажа, продолжительность
30. Согревающий массаж: цель, задачи, особенности проведения
31. Восстановительный массаж: цель, задачи, особенности проведения
32. Ушибы: задачи массажа, методика проведения
33. Растяжение связок суставов (плечевой сустав): задачи массажа, методика

Темы для рефератов и докладов

1. Медицинский контроль занимающихся при выполнении упражнений в воде
2. Вертикальное вытяжение в воде.
3. Горизонтальное вытяжение в воде.
4. Показания и противопоказания к физическим упражнениям в воде.
5. Вода как фактор лечебного воздействия (физико-химические свойства, обезболивающий и гидростатический эффекты, изменение крово- и лимфотока).
6. Разновидности физических упражнений в воде, закаливающий и психотерапевтический эффект.
7. Значение трудотерапии: физиологическое, психологическое, социальное
8. Разновидности трудотерапии (общеукрепляющая, восстановительная,

профессиональная).

1. Задачи механотерапии и механизмы лечебного эффекта упражнений на тренажерах.
2. Аппараты маятникового типа, правила использования.
3. Блоковые механоаппараты.
4. Использование велотренажеров, гребного тренажера, беговой дорожки и др. в ЛФК.
5. Мануальная терапия мышечной боли.
6. Мануальная терапия суставной боли
7. Формирование медицинских групп для занятий физическими упражнениями студентов и школьников, имеющих отклонение в здоровье.
8. Организация занятий в подготовительной и специальной медицинской группе.
9. Абсолютные и относительные противопоказания для двигательной нагрузки у студентов и школьников.
10. Оздоровительная физическая культура для лиц среднего и пожилого возраста.
11. Особенности ЛФК при травмах у спортсменов.
12. Закаливание, как фактор оздоровления и профилактики заболевании.
13. Тренировочный массаж: массаж повышающий тренированность, улучшающий физические качества, сохраняющий спортивную форму.
14. Особенности методики массажа повышающего тренированность.
15. Особенности методики массажа улучшающего физические качества
16. Особенности методики массажа сохраняющего спортивную форму при травмах спортсменов в сочетании с лечебным массажем.
17. Предварительный массаж: разминочный при неблагоприятных предстартовых состояниях, согревающий, мобилизирующий.
18. Особенности методики разминочного массажа.
19. Особенности методики массажа при неблагоприятных предстартовых состояниях.
20. Особенности методики согревающего массажа.
21. Особенности методики иммобилизирующего массажа.
22. Восстановительный массаж, особенности его проведения.

Требования к докладу и реферату

1. Доклад не копируется дословно из первоисточника, а представляет собой новый вторичный текст, создаваемый в результате осмысленного обобщения материала первоисточника;
2. При написании доклада следует использовать только тот материал, который отражает сущность темы;
3. Изложение должно быть последовательным и доступным для понимания докладчика и слушателей;
4. Доклад должен быть с иллюстрациями, таблицами, если это требуется для полноты раскрытия темы;
5. При подготовке доклада использовать не менее 3- х первоисточников.

Требования к оформлению доклада и реферата

1. Доклад должен быть выполнен печатным способом на одной стороне бумаги формата А4 через полтора интервала. Цвет шрифта должен быть черным (шрифт Times New Roman, 14 пт.).
2. Текст следует печатать, соблюдая следующие размеры полей: верхнее и нижнее

— 20 мм, левое — 30 мм, правое — 10 мм. Абзацный отступ должен быть одинаковым по всему тексту и составлять 1,25 см.

1. Выравнивание текста по ширине.
2. Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определенных терминах, формулах, применяя выделение жирным шрифтом, курсив, подчеркивание. Перенос слов недопустим
3. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой.
4. Подчеркивать заголовки не допускается.
5. Расстояние между заголовками раздела, подраздела и последующим текстом так же, как и расстояние между заголовками и предыдущим текстом, должно быть равно 15мм (2 пробела).
6. Название каждой главы и параграфа в тексте работы можно писать более крупным шрифтом, жирным шрифтом, чем весь остальной текст. Каждая глава начинается с новой страницы, параграфы (подразделы) располагаются друг за другом.
7. В тексте доклада рекомендуется чаще применять красную строку, выделяя законченную мысль в самостоятельный абзац.
8. Перечисления, встречающиеся в тексте доклада, должны быть оформлены в виде маркированного или нумерованного списка.

Оценочные средства

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование оценочного средства** | **Краткая характеристика оценочного средства** |
| 1. | Реферат | Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной учебно-исследовательской темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. |
| 2. | Доклад, сообщение | Расширенное письменное или устное [сообщение](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5) на основе совокупности ранее опубликованных исследовательских, научных разработок, по соответствующей отрасли научных знаний, имеющих значение для теории науки и практического применения. Представляет  собой обобщённое изложение результатов проведённых исследований, |
| 3. | Тест | Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося. |
| 4. | Дифференциров анный зачет | Контрольное мероприятие, которое проводится по окончанию изучения дисциплины в виде, предусмотренном учебным планом. |
| 5. | Экзамен | Контрольное мероприятие, которое проводится по окончанию изучения дисциплины в виде, предусмотренном учебным планом. |

**Критерии оценки *рефератов, докладов, сообщений:***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Критерии оценки** | **Баллы** | **Оценка** |
| Соответствие целям и задачам дисциплины, актуальность темы и рассматриваемых проблем, соответствие содержания заявленной теме, заявленная тема полностью раскрыта, рассмотрение дискуссионных вопросов по проблеме, сопоставлены различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, научность языка изложения, логичность и последовательность в изложении материала, количество исследованной литературы, в том числе новейших источников по  проблеме, четкость выводов, оформление работы соответствует предъявляемым требованиям. | 5 | Отлично |
| Соответствие целям и задачам дисциплины, актуальность темы и рассматриваемых проблем, соответствие содержания заявленной теме, научность языка изложения, заявленная тема раскрыта недостаточно  полно, отсутствуют новейшие литературные источники по проблеме, при оформлении работы имеются недочеты. | 4 | Хорошо |
| Соответствие целям и задачам дисциплины, содержание работы не в полной мере соответствует заявленной теме, заявленная тема раскрыта недостаточно полно, использовано небольшое количество научных источников, нарушена логичность и последовательность в изложении материала, при оформлении работы имеются недочеты. | 3 | Удовлетворите льно |
| Работа не соответствует целям и задачам дисциплины, содержание работы не соответствует заявленной теме, содержание работы изложено не научным стилем. | 2-0 | Неудовлетвори тельно |

**Критерии оценки устных *ответов***

|  |  |
| --- | --- |
| *-* **Критерии оценки** | **Оценка** |
| *-* Обнаруживает полное понимание физической сущности рассматриваемых явлений и закономерностей, знание законов и теорий, умеет подтвердить их конкретными примерами, применить в новой ситуации и при выполнении практических заданий; | Отлично |
| * дает точное определение и истолкование основных понятий, законов, теорий, а также правильное определение физических величин, их единиц и способов измерения; * технически грамотно выполняет физические опыты, чертежи, схемы и графики, сопутствующие ответу, правильно записывает формулы, пользуясь принятой системой условных обозначений; * при ответе не повторяет дословно текст учебника, а умеет отобрать главное, обнаруживает самостоятельность и аргументированность суждений, умеет установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу физики, а также с материалом, усвоенным при изучении других смежных предметов; * умеет подкрепить ответ несложными демонстрационными опытами; * умеет делать анализ, обобщения и собственные выводы по отмечаемому вопросу; * умеет самостоятельно и рационально работать с учебником, дополнительной литературой и справочниками. |  |
| Удовлетворяет названным выше требованиям, но обучающийся:   * допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправит самостоятельно, или при помощи небольшой помощи преподавателя; * не обладает достаточным навыком работы со справочной литературой (например, студент умеет все найти, правильно ориентируется в справочниках, но работает медленно) | Хорошо |
| Правильно понимает физическую сущность рассматриваемых явлений и закономерностей, но при ответе:   * обнаруживает отдельные пробелы в усвоении существенных вопросов курса физики, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; * испытывает затруднения в применении знаний, необходимых для решения задач различных типов, при объяснении конкретных физических явлений на основе теорий и законов, или в подтверждении конкретных примеров практического применения теорий; * отвечает неполно на вопросы преподавателя, или воспроизводит содержание текста учебника, но недостаточно понимает отдельные важные положения, в этом тексте; * обнаруживает недостаточное понимание отдельных положений при воспроизведении текста учебника, или отвечает неполно на вопросы преподавателя, допуская одну - две грубые ошибки. | Удовлетвор ительно |
| Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов.  Имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов и задач по образцу и к проведению опытов. При ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя. | Неудовлетв орительно |

**Критерии оценивания по *тестовым заданиям*:**

При выполнении заданий ставится отметка:

«3» - за 50-70% правильно выполненных заданий,

«4» - за 70-85% правильно выполненных заданий,

«5» - за правильное выполнение более 85% заданий.

Основным критерием эффективности усвоения учащимися содержания учебного материала считается коэффициент усвоения учебного

материала –

Ку. Он определяется как отношение правильных ответов учащихся к общему

количеству вопросов.

Ку=N/K, где N – количество правильных ответов учащихся, а К – общее число вопросов. Если Ку >0.7, то учебный материал считается усвоенным,

-умение сформировать свою позицию, оценку и аргументировать ее.

**Критерии оценки *дифференцированного зачёта:***

Оценка «5»: своевременно сданы отчеты о выполнении всех практических работ, средний балл по результатам выполнения практических работ «5», правильно дан ответ на вопрос.

Оценка «4»: своевременно сданы отчеты о выполнении всех практических работ, средний балл по результатам выполнения практических работ «4», во время ответа на вопрос были допущены несущественные ошибки, не противоречащие основным понятиям дисциплины.

Оценка «3»: своевременно сданы отчеты о выполнении всех практических работ, средний балл по результатам выполнения практических работ «3», выполнено практическое задание, вовремя ответа на вопрос, были допущены ошибки, противоречащие или искажающие основные понятия дисциплины, но, верно, был дан ответ на дополнительный вопрос.

Оценка «2»: не сданы отчеты о выполнении практических работ (всем или нескольким), обучающийся не смог ответить на основной и дополнительный вопросы.

**Критерии оценки *экзамена:***

|  |  |
| --- | --- |
| **Критерии оценивания** | **Оценка** |
| За глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором студент легко ориентируется; научно-понятийным аппаратом; за умение высказывать и обосновывать свои суждения. Отличная отметка предполагает грамотное и логичное изложение ответа (в устной или письменной форме) обоснование своего высказывания с точки зрения известных теоретических положений. | 5 «отлично» |
| Если студент полно освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, грамотно излагает ответ (в устной или письменной форме), но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности. | 4 «хорошо» |
| Если студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, не умеет доказательно обосновать свои суждения. | 3  «удовлетворите льно» |
| Если студент имеет разрозненные, бессистемные знания по дисциплине, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл. | 2  «неудовлетвор ительно» |