

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ПЕРВЫЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.П.ПАВЛОВА»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической
культуры

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

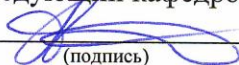
ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

для направления подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

профиль «Физическая реабилитация»

Бакалавр
Квалификация выпускника

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры медицинской
реабилитации и АФК
«12» марта 2019 г.,
протокол №12
Заведующий кафедрой


(подпись)

Санкт-Петербург
2019

**Паспорт
оценочных средств
по учебной дисциплине**

ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1.Формируемые компетенции:

1.1. Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины (7 семестр).

Индекс	Формулировка компетенции
ОПК-8	Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья
ОПК-10	Способен проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний)
ПКО-1	Способен организовывать и проводить групповые и индивидуальные занятия по физической реабилитации с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп с учетом основного дефекта и психофизического состояния занимающихся
ПК-1	Способен проводить занятия по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта

2. В результате изучения дисциплины «Основы лечебной физкультуры» обучающийся должен:

2.1. Знать:

- основные понятия, используемые в ЛФК;
- классификацию и механизмы лечебного действия физических упражнений;
- наиболее часто встречающиеся виды заболеваний и повреждений;
- особенности ЛФК у детей и подростков;
- особенности ЛФК у лиц зрелого и пожилого возраста;
- теоретические основы организации индивидуальных и групповых занятий ЛФК;

- показания и противопоказания к проведению занятий ЛФК;
- методики ЛФК, применяемые при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, заболеваниях органов дыхания, сердечно-сосудистой и нервной систем;
- методики ЛФК, применяемые в педиатрии и геронтологии;
- правила использования спортивного оборудования и инвентаря;
- приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений.

Уметь:

- выделять средства, формы и методы ЛФК при различных заболеваниях и травмах в зависимости от возраста и гендерных особенностей;
- дифференцированно подбирать средства ЛФК с учетом индивидуальных особенностей;
- оценивать эффективность ЛФК при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп;
- определять задачи и содержание индивидуальных и групповых занятий ЛФК с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей;
- давать рекомендации по развитию двигательной активности занимающихся с учетом основного дефекта, психофизического состояния, медицинских противопоказаний;
- регулировать физическую нагрузку и контролировать физическое состояние занимающихся в процессе занятий ЛФК;
- проводить занятия по лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;
- применять методики и технологии организации занятий по лечебной физической культуре, используемые для подготовки спортсменов сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь при проведении занятий по адаптивной физической культуре и лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений.

Владеть:

-способами оценки эффективности использования физических упражнений в процессе занятий ЛФК;

-применением физических упражнений, направленных на предупреждение прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- проведением занятий по ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, заболеваниях органов дыхания, сердечно-сосудистой и нервной систем;

- проведением занятий по ЛФК больных педиатрического и геронтологического профиля;

- использованием технических средств реабилитации, оборудования, инвентаря и приемов страховки для обучения занимающихся двигательным действиям;

- проведения занятий по лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта;

- регулировать физическую нагрузку членов сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.

Решение ситуационных задач

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Ситуационные задачи

по дисциплине «Основы лечебной физкультуры »

1. Составить комплекс дыхательной гимнастики для больного 35 лет, страдающего бронхиальной астмой..
2. Составить комплекс физических упражнений при шейном остеохондрозе для женщины 55 лет.
3. Составить комплекс ЛФК при сколиотической болезни III степени подростку 12 лет.

Критерии оценки:

5 баллов – «отлично»

4 балла – «хорошо»

3 балла - «удовлетворительно»

2 балла - «слабо»

1 балл - «плохо»

0 баллов - «работа не выполнена»

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Презентация

по дисциплине
«Основы лечебной физкультуры»

Подготовить презентацию по лечебной физкультуре.

Студенты делятся на пары, выбирают тему по программе, делают презентацию по лечебной физкультуре при различных заболеваниях и повреждениях и к следующему занятию предоставляют презентацию для обсуждения в группе.

Критерии оценки:

- 5 баллов – «отлично»
- 4 балла – «хорошо»
- 3 балла - «удовлетворительно»
- 2 балла - «слабо»
- 1 балл - «плохо»
- 0 баллов - «работа не выполнена»

**Оформление тем для эссе
(рефератов, докладов, сообщений)**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Темы эссе (рефератов, докладов, сообщений)

по дисциплине «Основы лечебной физкультуры»

1. Понятие о лечебной физической культуре. Основные средства ЛФК.
2. Классификация и механизмы лечебного действия физических упражнений.
3. Способы дозировки физической нагрузки.
4. Формы ЛФК и их характеристика.
5. Периоды ЛФК и соответствующие им режимы двигательной активности.
6. Показания и противопоказания к применению ЛФК.
7. Особенности ЛФК у детей и подростков;
8. Особенности ЛФК у лиц зрелого и пожилого возраста;
9. ЛФК при компрессионном переломе позвоночника.
10. ЛФК при травмах верхних конечностей.
11. ЛФК при травмах нижних конечностей.
12. ЛФК при врожденной мышечной кривошее.
13. ЛФК при дисплазии тазобедренных суставов, врожденном вывихе бедра.
14. Методика ЛФК при дегенеративно-дистрофических заболеваниях позвоночника.
15. Методика ЛФК при заболеваниях бронхо-легочной системы.
16. Методика ЛФК при вегето-сосудистой дистонии.
17. ЛФК при инфаркте миокарда.
18. Методика ЛФК при гипо- и гипертонической болезни.
19. Дыхательная гимнастика при бронхо-легочной патологии.
20. Методика ЛФК при инсультах.
21. Методика ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.
22. Методика ЛФК при обменных заболеваниях.
23. Методика ЛФК при сахарном диабете.
24. Методика ЛФК при заболеваниях мочевыделительной системы.
25. Проведение занятий по лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.

Критерии оценки:

0 баллов – тема не раскрыта, оформление не соответствует требованиям;

1 балл – тема раскрыта не полностью, оформление не соответствует требованиям, использовано 4-5 источников;

2 балла - тема раскрыта полностью, оформление не соответствует требованиям, использовано 4-5 источников; используется иллюстративный материал;

3 балла - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано 5-6 литературных источников; используется иллюстративный материал;

4 балла - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано 6-8 литературных источников; используется иллюстративный материал;

5 баллов - тема раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям, использовано более 10 литературных источников; используется иллюстративный материал.

ТЕСТИРОВАНИЕ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Тесты

по дисциплине «Основы лечебной физкультуры»

1. Основными средствами ЛФК являются:

- А. игры
- В. физические упражнения
- С. гигиенические факторы

2. ЛФК при ВСД по гипотоническому типу включает выполнение
физических упражнений (ФУ):

- А. в медленном темпе
- В. в быстром темпе
- С. в среднем темпе

3. ЛФК при ВСД по гипертоническому типу включает выполнение ФУ:

- А. в медленном темпе
- В. в быстром темпе
- С. в среднем темпе

4. Какова роль диафрагмальных дыхательных упражнений при
варикозном расширении вен?

- А. присасывающее действие диафрагмы
- В. дренирующее влияние
- С. увеличение вентиляции легких

5. Лечебная гимнастика при бронхиальной астме направлена на
удлинение:

- А. удлинение вдоха
- В. удлинение выдоха
- С. снижение частоты сердечных сокращений

6. Лечебная гимнастика при острой пневмонии направлена на:

- А. восстановление частоты сердечных сокращений
- В. повышение ЖЕЛ

С. улучшение дренажной функции

7. Каковы рентгенологические признаки сколиотической болезни?

А. патологическая ротация

В. снижение высоты тел позвонков

С. болевой синдром

8. Какие физические упражнения запрещены при сколиотической болезни?

А. на силовую выносливость мышц спины

В. на силовую выносливость мышц брюшного пресса

С. чистые висы

9. Какие упражнения рекомендованы при переломах конечностей в периоде иммобилизации?

А. для свободных от иммобилизации суставов

В. дыхательные

С. на создание мышечного корсета

10. Какие физические упражнения запрещены при нефроптозах?

А. упражнение на вытяжение

В. прыжки

С. дыхательные упражнения

11. Какие физические упражнения рекомендованы при обменных нефропатиях?

А. висы

В. лазания

С. прыжки

12. Какие задачи ЛФК необходимо решать инфаркте миокарда на амбулаторном этапе лечения?

А. расслабление мышц

В. улучшение функционального состояния сердечно-сосудистой системы

С. тренировка координационных способностей

13. Какие физические упражнения рекомендованы женщинам в I триместре беременности?

А. общеразвивающие упражнения

В. вибрационные упражнения

С. натуживания

14. Какое основное исходное положение используется при выполнении физических упражнений при дискинезии желчевыводящих путей по гипотоническому типу?

- А. на спине
- В. на животе
- С. на левом боку

15. При поясничном остеохондрозе противопоказаны:

- А. сгибание позвоночника
- В. разгибание позвоночника
- С. наклоны в стороны

16. Задачи ЛФК при болезни Шейерманна-Мау:

- А. увеличение подвижности в тазобедренных суставах
- В. укрепление разгибателей спины
- С. нормализация перистальтики кишечника

17. Какие физические упражнения рекомендуются при ожирении?

- А. статические
- В. идеомоторные
- С. динамические

18. Задачи физической реабилитации при врожденном вывихе бедра:

- А. увеличить подвижность в тазобедренных суставах
- В. укрепить мышцы бедер и ягодиц
- С. воспитать навык правильной осанки

19. Какой способ плавания рекомендован при сколиотической болезни 2 степени

- А. брасс руками, кроль ногами
- В. брасс в полной координации
- С. кроль на груди

20. В каком исходном положении проводится лечебная гимнастика на 1 этапе 1 периода компрессионного перелома позвоночника?

- А. лежа на животе
- В. лежа на боку
- С. лежа на спине

Тест рассчитан на 30 минут.

Критерии оценки:

10 - правильные ответы на все вопросы

9 – одна ошибка

8 – две ошибки

7 – три ошибки

6 - четыре ошибки

5 - пять ошибок

4 - шесть ошибок

3 - семь ошибок

2 - восемь ошибок

1- девять ошибок

0 - 10 и более ошибок

Перечень вопросов для экзамена

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет
имени академика И.П.Павлова» Министерства здравоохранения РФ

Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры

Перечень вопросов для экзамена

по дисциплине «**Основы лечебной физкультуры**»

1. Понятие о лечебной физической культуре. Основные средства ЛФК.
2. Классификация и механизмы лечебного действия физических упражнений.
3. Способы дозировки физической нагрузки.
4. Формы ЛФК и их характеристика.
5. Периоды ЛФК и соответствующие им режимы двигательной активности.
6. Показания и противопоказания к применению ЛФК.
7. Особенности ЛФК у детей и подростков;
8. Особенности ЛФК у лиц зрелого и пожилого возраста;
9. ЛФК при компрессионном переломе позвоночника.
10. ЛФК при травмах верхних конечностей.
11. ЛФК при травмах нижних конечностей.
12. ЛФК при врожденной мышечной кривошее.
13. ЛФК при дисплазии тазобедренных суставов, врожденном вывихе бедра.
14. Методика ЛФК при дегенеративно-дистрофических заболеваниях позвоночника.
15. Методика ЛФК при заболеваниях бронхо-легочной системы.
16. Методика ЛФК при вегето-сосудистой дистонии.
17. ЛФК при инфаркте миокарда.
18. Методика ЛФК при гипо- и гипертонической болезни.
19. Методика ЛФК при инсультах.
20. Методика ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.
21. Методика ЛФК при обменных заболеваниях.
22. Методика ЛФК при заболеваниях мочевыделительной системы.

23. Методика ЛФК при сколиотической болезни.
24. Методика ЛФК при хронической ишемической болезни сердца на стационарном, санаторном и амбулаторном этапах.
25. Методика ЛФК при врожденных и приобретенных пороках сердца.
26. Методика ЛФК при артериальной недостаточности и варикозном расширении вен нижних конечностей.
27. Методика ЛФК при заболеваниях органов дыхания: бронхите, пневмонии, бронхоэктатической болезни, бронхиальной астме.
28. Дыхательная гимнастика Стрельниковой, Толкачева, Бутейко, Стрельцовой.
29. Методика ЛФК при гастритах, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки, дискинезии желчевыводящих путей
30. Методика ЛФК при различных заболеваниях у пожилых людей.
31. Гимнастика в периоде беременности, в родах и послеродовой период.
32. Методика ЛФК при остеохондропатиях.
33. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями.
34. Методика проведения занятий по лечебной физической культуре с членами сборных команд по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.
35. Методики оценки эффективности занятий ЛФК.

Пример оформления экзаменационного билета

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет имени академика И.П.Павлова Министерства здравоохранения РФ» Кафедра медицинской реабилитации и адаптивной физической культуры	
Направление «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» код 49.03.02	Дисциплина «Основы лечебной физкультуры» Семестр 7
Экзаменационный билет №7	
1. Классификация и механизмы лечебного действия физических упражнений	
2. Методика ЛФК при заболеваниях органов дыхания: бронхите, пневмонии, бронхоэктатической болезни, бронхиальной астме	
3. Методика ЛФК при дегенеративно-дистрофических заболеваниях позвоночника.	
Утверждаю Зав. кафедрой _____ А.А.Потапчук <div style="text-align: right;">« » _____ 2019год</div>	

Критерии формирования экзаменационной оценки

5 баллов – отлично:

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;
- точное использование научной терминологии профессионального образования, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы экзаменационного билета;
- безупречное владение терминологией учебной дисциплины;
- выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы теории и практики адаптивной физической культуры;
- полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой по дисциплине;
- умение ориентироваться в теориях и концепциях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку с позиции теории и практики адаптивной физической культуры.

4 балла – хорошо:

- достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы;
- использование необходимой терминологии профессионального образования, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы экзаменационного билета, умение делать обоснованные выводы;
- владение терминологией учебной дисциплины;
- усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- умение ориентироваться в базовых теориях и концепциях по изучаемой дисциплине и давать им оценку.

3 балла – удовлетворительно:

- недостаточно полный объем знаний по дисциплине в рамках образовательного стандарта;
- знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой;
- использование терминологии профессионального образования, изложение ответа на вопросы с существенными стилистическими и логическими ошибками;
- слабое владение терминологией учебной дисциплины, недостаточная компетентность в решении типовых педагогических задач;
- неумение ориентироваться в теориях и концепциях по дисциплине.

2 балла – неудовлетворительно:

- фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта;
- знание отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой;
- отсутствие умения использовать терминологию профессионального образования, наличие в ответе грубых стилистических и логических ошибок;
- слабое владение терминологией учебной дисциплины;
- некомпетентность в решении типовых педагогических задач.

