

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

Материалы
для подготовки к итоговой аттестации

по дисциплине

ОП 06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа
программы подготовки специалиста среднего звена
по специальности 49.02.01. Физическая культура
Квалификация – «Учитель физической культуры»

Пермь, 2018

1. Пояснительная записка

Формой итоговой аттестации по дисциплине ОП 06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа является **экзамен**.

Экзамен как форма итоговой аттестации проходит в два этапа:

1 этап: выполнение тестового задания.

2 этап: решение практические задачи.

Для обучающихся, не сдавших самостоятельную внеаудиторную работу и/или не выполнивших требования по текущему контролю в полном объеме, предусмотренные программой при сдаче экзамена может быть определен дополнительный этап: выполнение задания из перечня самостоятельной внеаудиторной работы и/или текущего контроля по дисциплине.

2. Требования к результатам освоения дисциплины на экзамен

Результатом освоения дисциплины являются

сформированные умения:

- 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 ЛФК;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

усвоенные знания:

- 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;
- основные 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 ЛФК 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;

3. Критерии оценки образовательных достижений

3.1. Шкала оценивания заданий в тестовой форме

| Процент результативности (правильности ответов) | Оценка уровня подготовленности | |
|--|--------------------------------|-----------------------|
| | Отметка | Вербальный аналог |
| 100% - 85% | 5 | «отлично» |
| 84% - 69% | 4 | «хорошо» |
| 68% – 53% | 3 | «удовлетворительно» |
| ниже 52% | 2 | «неудовлетворительно» |

3.2. Шкала оценивания устных ответов

| Академическая оценка | Содержание | Взаимодействие с собеседником | Речевое оформление | Интонационный рисунок/ произношение |
|----------------------|---|---|---|--|
| «отлично» | Задание выполнено полностью: цель общения успешно достигнута высказывания связные и логичные; тема раскрыта в полном объеме. | Демонстрирует способность начинать и активно поддерживать беседу, соблюдая очередность в обмене репликами; задавать и отвечать на поставленные вопросы, быстро реагировать и проявлять инициативу при смене темы беседы, восстанавливать беседу в случае сбоя. | Речевое оформление соответствует цели коммуникации. Допущено незначительное количество речевых ошибок, которые не мешают пониманию. | Речь понятна: соблюдает правильный ритм и интонационный рисунок. |
| «хорошо» | Задание выполнено: цель общения достигнута, высказывания в основном логичные и связные, однако; тема раскрыта не в полном объеме. | В большинстве случаев демонстрирует способность начинать (при необходимости), и поддерживать беседу, реагировать и проявлять определенную инициативу при смене темы. В некоторых случаях наблюдаются паузы. Сигнализирует о наличии проблемы в понимании собеседника. | Речевое оформление в основном соответствует цели коммуникации. Наблюдаются некоторые затруднения при подборе слов и отдельные неточности при переходе на более абстрактные темы. Допущены немногочисленные речевые ошибки, которые не препятствуют пониманию. | В основном речь понятна: ритм и интонационный рисунок иногда нарушаются. |

| | | | | |
|-----------------------|---|--|--|--|
| «удовлетворительно» | Задание выполнено частично: цель общения достигнута не полностью, тема раскрыта недостаточно. | Не стремится начинать (при необходимости) и поддерживать беседу, передает наиболее общие идеи в ограниченном контексте, в значительной степени зависит от помощи со стороны собеседника. | Используется ограниченный словарный запас, частично соответствующий цели коммуникации. Допущены многочисленные речевые ошибки, не препятствующие пониманию или единичные ошибки, затрудняющие понимание. | В отдельных случаях понимание речи может быть затруднено из-за неправильного ритма или интонационного рисунка; требуется напряженное внимание со стороны слушающего. |
| «неудовлетворительно» | Задание не выполнено, цель общения не достигнута. | Не может поддерживать беседу. | Речевое оформление в целом не соответствует цели коммуникации. | Речь почти не воспринимается на слух. |

4. Вопросы для подготовки к экзамену

1. Оценка функционального состояния организма, функциональные пробы понятие, классификация.
2. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, нервной системы, нервно-мышечного аппарата.
3. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.
4. Перетренированность и перенапряжение при занятиях физической культурой и спортом
5. Врачебно-педагогическое наблюдение, как метод, оценки функционального состояния лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
6. Особенности физического воспитания школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе.
7. ЛФК как метод физической культуры для развития физических качеств и двигательной активности больного человека, восстановления здоровья и работоспособности. Средства и формы ЛФК,
8. Классификация физических упражнений в ЛФК.
9. Механизм действия физических упражнений в ЛФК
10. Периоды и режимы двигательной активности в ЛФК.
11. Общие требования к методике применения физических упражнений в ЛФК.
12. Дозирование физической нагрузки на занятиях ЛФК.
13. Утренняя гигиеническая гимнастика. Цели, задачи, принципы составления комплекса утренней гигиенической гимнастики.

14. ЛФК при сердечно-сосудистых заболеваниях. Механизм воздействия физических упражнений на сердечно-сосудистую систему, методы и формы ЛФК при сердечно-сосудистых заболеваниях. ЛФК при различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы:
 - 1) Инфаркт миокарда
 - 2) Гипертоническая болезнь
 - 3) Нейроциркуляторная дистония
 - 4) Врожденных пороках сердца
15. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Основные задачи, методы, формы ЛФК. ЛФК при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
 - 1) Хронический гастрит
 - 2) Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки
 - 3) Дискинезии желчевыводящих путей
 - 4) Спланхноптозе (опущении внутренних органов)
16. ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. Основные задачи, методы, формы ЛФК. ЛФК при различных заболеваниях дыхательной системы:
 - 1) Бронхиальная астма
 - 2) Хронический бронхит
 - 3) Пневмонии
17. ЛФК при заболеваниях эндокринной системы. Основные задачи, методы, формы ЛФК. ЛФК при различных заболеваниях:
 - 1) Ожирение
 - 2) Сахарный диабет
18. ЛФК при заболеваниях нервной системы. Основные задачи, методы, формы ЛФК. ЛФК при различных заболеваниях нервной системы
 - 1) Невроз
 - 2) Детский церебральный паралич
19. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Основные задачи, методы, формы ЛФК. ЛФК при различных заболеваниях опорно-двигательного аппарата
 - 1) Сколиоз
 - 2) Круглая спина
 - 3) Плоскостопие
 - 4) Перелом верхней конечности
 - 5) Перелом нижней конечности
20. Основные приемы массажа, последовательность выполнения приемов массажа.
21. Методика массажа воротниковой зоны.
22. Методика массажа верхней и нижней конечностей.

5. Список информационных источников для подготовки к экзамену

Основные источники

1. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов. – М. : Гумат. Изд. Центр. ВЛАДОС, 1998 – 480 с.
2. Макарова Г.А Спортивная медицина. – М.: Советский спорт. 2003. – 480с.
3. Епифанов В.А Лечебная физическая культура и массаж., М.: 2014
4. Потапчук А.А. Лечебная физическая культура в детском возрасте. Спб.: Речь, 2007-464 с.

5. Попов С.Н. Лечебная физическая культура: учебник для студентов. М.:Издательский центр «Академия», 2014.-416 с.

Интернет ресурсы:

6. sport.wikireding.ru Викичтение спорт

7. w.w.w.opsa.info/fiz-reabilitaciya-pri-ozhrenii-2014g.pdf

Дополнительные источники

1. Боб Андерсон Растяжка для каждого. Издательство Минск, 2010

2. Спортивная медицина. Справочник для врачей и тренеров. – М.: Человек, 2013 – 328 с. Перевод с английского

3. Курдыбайло С.Ф. И др. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Учебное пособие. М.: Советский спорт. 2004, -184 с.

4. Коваль В.И. Гигиена физического воспитания спорта, Учебник. М.: 2010