

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

Материалы
для подготовки к промежуточной аттестации

МДК.02.03 Лечебная физическая культура и массаж
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01 физическая культура
Квалификация – педагог по физической культуре и спорту

Пермь, 2017

1. Пояснительная записка

Формой промежуточной аттестации для очной формы обучения МДК 02.03 Лечебная физкультура и массаж является: **дифференцированный зачет**

2. Требования к результатам освоения на дифференцированный зачет

Результатом освоения дисциплины являются

сформированные умения:

- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

усвоенные знания:

- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки 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.

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 выполнения практических заданий

Академическая оценка	Содержание	Взаимодействие с собеседником	Речевое оформление	Интонационный рисунок/ произношение
«отлично»	Задание выполнено полностью: цель общения успешно	Демонстрирует способность начинать и активно поддерживать беседу, соблюдая очередность в обмене	Речевое оформление соответствует цели коммуникации. Допущено	Речь понятна: соблюдает правильный ритм и интонационный

	достигнута высказывания связные и логичные; тема раскрыта в полном объеме.	репликами; задавать и отвечать на поставленные вопросы, быстро реагировать и проявлять инициативу при смене темы беседы, восстанавливать беседу в случае сбоя.	незначительное количество речевых ошибок, которые не мешают пониманию.	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 дифференцированному зачету

1. ЛФК как метод физической культуры для развития физических качеств и двигательной активности больного человека, восстановления здоровья и работоспособности. Средства и формы ЛФК,
2. Классификация физических упражнений в ЛФК.
3. Механизм действия физических упражнений в ЛФК
4. Периоды и режимы двигательной активности в ЛФК.
5. Общие требования к методике применения физических упражнений в ЛФК.
6. Дозирование физической нагрузки на занятиях ЛФК.
7. Утренняя гигиеническая гимнастика. Цели, задачи, принципы составления комплекса утренней гигиенической гимнастики.
8. 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
9. 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) Спланхноптозе (опущении внутренних органов)
10. ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. Основные задачи, методы, формы ЛФК. ЛФК при различных заболеваниях дыхательной системы:
 - 1) Бронхиальная астма
 - 2) Хронический бронхит
 - 3) Пневмонии
11. ЛФК при заболеваниях эндокринной системы. Основные задачи, методы, формы ЛФК. ЛФК при различных заболеваниях:
 - 1) Ожирение
 - 2) Сахарный диабет
12. ЛФК при заболеваниях нервной системы. Основные задачи, методы, формы ЛФК. ЛФК при различных заболеваниях нервной системы
 - 1) Невроз
13. 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
14. Основные приемы массажа, последовательность выполнения приемов массажа.
15. Методика массажа воротниковой зоны.
16. Методика массажа верхней и нижней конечностей.

5. Список информационных источников для подготовки к дифференцированному зачету

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова. - М.: Владос-Пресс, 2010. - 777 с.
2. Гордон, Н. Инсульт и двигательная активность / Н. Гордон. - М.: Олимпийская литература, 1999. - 128 с.
3. Дейли, Дебра Лечебная гимнастика. Энциклопедия / Дебра Дейли. - М.: Издательство "Эксмо" ООО, 2015. - 224 с.
4. Джоун, Г. Дивайн Программа действий при повышенном артериальном давлении / Джоун Г. Дивайн. - Москва: Гостехиздат, 2009. - 160 с.
5. Епифанов, В. А. Реабилитация больных, перенесших инсульт / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов, О.С. Левин. - М.: МЕДпресс-информ, 2014. - 248 с.
6. Кардиореабилитация. - М.: МЕДпресс-информ, 2014. - 336 с.
7. Киселев, Дмитрий Анатольевич Кинезиотейпинг в лечебной практике неврологии и ортопедии / Киселев Дмитрий Анатольевич. - М.: Питер, 2015. - 477 с.
8. Кокосов, А. Н. Лечебная физическая культура в реабилитации больных заболеваниями легких и сердца / А.Н. Кокосов, Э.В. Стрельцова. - М.: Медицина, 1981. - 168 с.
9. Котешева, И. А. Гимнастика для женщин / И.А. Котешева. - М.: Владос-Пресс, 2008. - 176 с.
10. Красикова, Ирина Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиоза и плоскостопия / Ирина Красикова. - М.: Корона-Век, 2012. - 320 с.
11. Лечебная физическая культура при заболеваниях в детском возрасте. - М.: Медицина, 1975. - 320 с.
12. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и нарушениях обмена. - М.: СпецЛит, 2016. - 112 с.
13. Лечебная физическая культура. - М.: Физкультура и спорт, 1978. - 256 с.
14. Лечебная физическая культура. - М.: Физкультура и спорт, 2008. - 376 с.
15. Лечебная физическая культура. Справочник. - М.: Медицина, 1988. - 528 с.
16. Лечебная физкультура. - М.: Человек, 2013. - 192 с.
17. Макеева, Вера Степановна Реабилитация Детей-Инвалидов Средствами Туризма / Макеева Вера Степановна. - Москва: СИНТЕГ, 2004. - 732 с.
18. Маргазин ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систе / Маргазин. - Москва: ИЛ, 2015. - 196 с.
19. Милюкова, И. В. Большая энциклопедия оздоровительных гимнастик / И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова. - М.: Сова, АСТ, 2007. - 992 с.
20. Организация в образовательном учреждении лечебной физкультуры и массажа при травмах опорно-двигательного аппарата у детей / Г.В. Каштанова и др. - Москва: ИЛ, 2010. - 100 с.