

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович

Должность: Ректор

Дата подписания: 12.12.2023 11:34:49

Уникальный программный ключ:

442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ПЕЧАТЫНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Теория и методика физической рекреации»**

(наименование дисциплины (модуля))

**49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

(код и направление подготовки)

### **Профиль(и) подготовки**

**Рекреативно-оздоровительная деятельность**

### **Квалификация**

**бакалавр**

### **Форма обучения**

**очно, заочно**

### **Год набора**

**2023**

*Грозный, 2023*

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

## 1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психофизиология физической культуры» (Б1.О.05.04) относится к обязательным дисциплинам блока 1 «Дисциплины (модули)» (модуль "Предметно-методический") основной образовательной программы профиля «Рекреативно-оздоровительная деятельность».

Данная дисциплина имеет важное значение в профессиональной подготовке выпускника, так как основная ее направленность – формирование системы знаний о роли различных факторов, таких как психотерапия, лечебная физическая культура, мануальная терапия и прочих, в восстановлении здоровья лиц с ограниченными физическими и психическими способностями для достижения максимальной физической, психической, социальной и профессиональной полноценности.

## 1.2. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины «Теория и методика физической рекреации» являются:

- формирование у студентов системы знаний о структуре мероприятий физической рекреации;

- сформировать у магистров теоретические знания о теории спортивной тренировки в детско-юношеском спорте,

- сформировать у магистров практические навыки по применению информации психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий.

- сформировать профессиональные навыки и умения, необходимые будущим специалистам по физической культуре для успешного решения основных задач подготовки спортивного резерва по видам спорта в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях.

## 1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Достижение цели освоения дисциплины (модуля) обеспечивается через формирование следующих компетенций (*с указанием шифра компетенции*):

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника:

ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

ПК-14 Способен устанавливать содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения) со смежными научными областями.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательн	ПК-5.3. применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе	Знать: средства и основные методы физической реабилитации и рекреации при различных нарушениях в состоянии здоровья, заболеваниях и инвалидности Уметь: дифференцировать комплексы упражнений программы реабилитации и рекреации Владеть: методиками лечебного и

ом процессе и внеурочной деятельности.		реабилитационного действия физических упражнений при различных заболеваниях и повреждениях.
ПК-14 Способен устанавливать содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения) со смежными научными областями.	ПК-14.1. Устанавливает связи между различными учебными предметами, использует общие методы для систематизации и обобщения знаний и умений, полученных при изучении различных предметов	Знать: Методические особенности организации досуговой и оздоровительной рекреации средствами физической культуры и спорта Уметь: дифференцировать комплексы упражнений программы реабилитации и рекреации; планировать досуговую деятельность в учреждениях образования и отдыха Владеть: Навыками досуговой, рекреационной и реабилитационной деятельности с лицами различного пола и возраста

#### 1.4. Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 72ч/2 з.е.

Таблица 2

Вид учебной работы	Количество академ. часов	
	Очно	Заочно
<b>4.1. Объем контактной работы обучающихся с</b>	<b>24</b>	<b>6</b>
<b>4.1.1. аудиторная работа</b>	<b>а</b>	<b>а</b>
в том числе:		
лекции	12	2
практические занятия, семинары, в том числе практическая подготовка	12	4
лабораторные занятия		
<b>4.1.2. внеаудиторная работа</b>	<b>В</b>	<b>в</b>
в том числе:		
индивидуальная работа обучающихся с		
курсовое проектирование/работа		
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем		
<b>4.2. Объем самостоятельной работы обучающихся</b>		
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену	48	66

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 2.1. Тематическое планирование дисциплины (модуля):

ОЧНО: Лекционные - 12 ч; Практические - 12 ч; Самостоятельные – 48ч. Всего часов 72 ч.  
 ЗАОЧНО: Лекционные - 2 ч; Практические - 4 ч; Самостоятельные – 66ч. Всего часов 72 ч.

Таблица 3

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад. часах		Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах)							
				Лекции		Практ. занятия		Лаб. занятия		Сам. работа	
		Очно	Заочн.	Очно	Заочн.	Очно	Заочн.	Очно	Заочн.	Очно	Заочн.
1.	Теоретические основы оптимизации учебно-тренировочного процесса.	4	2	2	2	2				8	11
2.	Физиотерапия в системе физической реабилитации.	4		2		2	4			8	11
3.	Психотерапия в системе физической реабилитации.	4		2		2				8	11
4.	Оздоровительные системы физической культуры.	4		2		2				8	11
5.	Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии.	4		2		2				8	11
6.	Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	4		2		2				8	11

*Часы, отведенные на лабораторные занятия, все считаются как практическая подготовка. Из часов практических занятий через косую линию указываются часы, отведенные на практическую подготовку.*

## 1.2. Содержание разделов дисциплины (модуля):

Таблица 4

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание дисциплины (дидактические единицы) <i>(для педагогических профилей наполняется с учетом ФГОС основного общего и среднего общего)</i>

1	Теоретические основы оптимизации учебно-тренировочного процесса.	Общая характеристика периодов развития школьников как предпосылка разработки системы учебно-тренировочного процесса. Развитие опорно-двигательного аппарата и тренировочные нагрузки разновозрастных школьников. Психолого-педагогические проблемы оптимизации учебно-тренировочных занятий (состояние, проблемы, перспективы).
2	Физиотерапия в системе физической реабилитации.	Применение постоянного, переменного тока, ультразвука, магнитотерапии, светолечения, теплотечения, водолечения, ингаляций в системе восстановления физиологических функций организма человека.
3	Психотерапия в системе физической реабилитации.	Факторы лечебного действия психотерапии в эмоциональной и когнитивной сферах. Типы отношения к болезни. Личностные реакции на болезнь, аггравация, симуляция, диссимуляция. Уровни внутренней картины болезни: сенсорный, эмоциональный, когнитивный и поведенческий. Основные понятия: энергии (органа), мышечный панцирь, заземление. Основные приемы: работа с дыханием (брюшное дыхание), <u>напряженные</u> позы, динамические упражнения. Рациональные и иррациональные суждения, основные иррациональные суждения, принцип действия. Изменения эмоций через изменение мыслей.
4	Оздоровительные системы физической культуры.	Оздоровительные системы восточного типа: ха-тха йога, цигун. Оздоровительные системы западного типа: система физических упражнений Купера, система Изотон, система оздоровления по П. К. Иванову.
5	Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии.	Понятие о травме и травматической болезни. Физическая реабилитация при переломах длинных трубчатых костей и костей плечевого пояса. Физическая реабилитация при повреждениях суставов. Физическая реабилитация при переломах позвоночника и таза. Физическая реабилитация при травмах кисти и стоп. Физическая реабилитация при челюстно-лицевых травмах, повреждениях ЛОР-органов и глаз. Физическая реабилитация больных при ожогах и отморожениях. Основные принципы реабилитации спортсменов при повреждениях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии.

6	Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Физическая реабилитация при <u>атеросклерозе</u> . Физическая реабилитация при <u>ишемической</u> болезни сердца. Физическая реабилитация при инфаркте миокарда. Физическая реабилитация при гипертонической болезни. Физическая реабилитация при гипотонической болезни и нейроциркуляторной дистонии. Физическая реабилитация при приобретенных пороках сердца. Физическая реабилитация при облептирующем эндартериите и варикозном расширении вен.
---	---	--

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 3.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Таблица 5

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
1	Теоретические основы оптимизации учебно-тренировочного процесса.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
2	Физиотерапия в системе физической реабилитации.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
3	Психотерапия в системе физической реабилитации.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
4	Оздоровительные системы физической культуры.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
5	Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
6	Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.

#### 3.1 Учебно-методическое и информационное обеспечение программы дисциплины (модуля)

##### 3.1.1. Основная и дополнительная литература

Таблица 6

№ п/п	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов,	Количество	Количество	Режим доступа ЭБС/электронный носитель (CD, DVD)	Обеспеченность обучающихся
<b>Основная литература</b>						
	1. Физическая реабилитация и коррекция психофизического статуса школьников с				ЭБС Лань: URL:	100 %

	нарушениями слуха средствами оздоровительной аэробики : учебно-методическое пособие / составители Я. В. Платонова, В. И. Сюткина. — Тамбов : ТГУ им. Г.Р.Державина, 2019. — 158 с.				<a href="https://e.lanbook.com/book/156855">https://e.lanbook.com/book/156855</a>	
	2. Ериков, В. М. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / В. М. Ериков, А. А. Никулин, Т. В. Иванникова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 192 с.				ЭБС Лань URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/159530">https://e.lanbook.com/book/159530</a>	100 %
	3. Физическая культура и спорт с элементами адаптивной физической культуры : учебное пособие / Р. Р. Магомедов, Н. О. Щупленков, О. А. Щупленков [и др.] ; под редакцией Р. Р. Магомедова. — Ставрополь : СГПИ, 2017. — 476 с.				ЭБС Лань URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/117747">https://e.lanbook.com/book/117747</a>	100 %
<b>Дополнительная литература</b>						
	1. Ериков, В. М. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / В. М. Ериков, А. А. Никулин, Т. В. Иванникова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 192 с.				ЭБС Лань: URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/159530">https://e.lanbook.com/book/159530</a>	100 %
	2. Рубцова, Н. О. Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания : учебное пособие для вузов / Н. О. Рубцова, А. В. Рубцов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 124 с.				ЭБС Лань: URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/154395">https://e.lanbook.com/book/154395</a>	100 %
	3. Теория и методика физической культуры: курс лекций : учебно-методическое пособие / составители В.В. Борисова, Л. В. Руднева. — Тула : ТГПУ, 2021. — 243 с.				ЭБС Лань: URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/253685">https://e.lanbook.com/book/253685</a>	100 %

### 3.1.2. Интернет-ресурсы

1. ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № 6312/20 на предоставление доступа к элек-тронно-библиотечной системе IPRbooks от 05.02.2020 г. (срок действия договора с 09.02.2020 г. до 09.02.2023г) ( [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru))

2. ДОГОВОР № 4710 на оказание услуг по предоставлению доступа к «Образовательной платформе ЮРАЙТ» от 05.08.2021г. (срок действия договора с 06.08.2021 по 05.08.2022г.). (<https://urait.ru/>)

3. Договор № 2 на оказание услуг ЭБС «Лань» от 18.01.2022 г. (<https://e.lanbook.com/>) (срок действия договора с 08.02.2022г. по 07.02.2023г.)

4. Договор о сотрудничестве с НГПУ от 21.07.2016г. МЭБ (Межвузовская элек-тронная библиотека ) НГПУ. (<https://icdlib.nspu.ru/>) (доступ по IPадресам )

### 3.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

Таблица 7

Помещения для осуществления образовательного процесса	Перечень основного оборудования (с указанием кол-ва посадочных мест)	Адрес (местоположение)
Аудитории для проведения лекционных занятий		
Лекционная аудитория - ауд.	Аудиторная доска, (столы ученические, стулья ученические) на 48 посадочных мест, компьютер - 1, проектор -1, интерактивная доска- 1	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости		
Компьютерный класс - ауд.	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза, технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест -30.	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
Аудитория для практических занятий - ауд.	Технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест -30.	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
Помещения для самостоятельной работы		
Читальный зал библиотеки ЧГУ	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-	Электронный читальный зал. этаж 1 Библиотечно-компьютерный центр г. Грозный, ул. С Кишиевой ,



	образовательную среду вуза. Количество посадочных мест - 50.	33
--	--	----

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

### 4.1. ХАРАКТЕРИСТИКА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины / модуля осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и лабораторных занятий, контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.

Таблица 8

№ п/п	Наименование темы (раздела) с контролируемым содержанием	Код и наименование проверяемых компетенций	Оценочные средства	
			текущий контроль	промежуточная аттестация
1.	Теоретические основы оптимизации учебно-тренировочного процесса.	ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	Устный, письменный.	Тестирование

2.	Физиотерапия в системе физической реабилитации.	ПК-14 Способен устанавливать содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения) со смежными научными областями.	Устный, письменный.	Тестирование
3	Психотерапия в системе физической реабилитации.	ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	Устный, письменный.	Тестирование
4	Оздоровительные системы физической культуры.	ПК-14 Способен устанавливать содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения) со смежными научными областями.	Устный, письменный.	Тестирование

5	Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии.	ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	Устный, письменный.	Тестирование
6	Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	Устный, письменный.	Тестирование

## 4.2. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

### 4.2.1. Наименование оценочного средства: тестирование

*Методические материалы: приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.*

#### **Вопросы к тестированию**

1. Дайте определение понятия «реабилитация».
2. Расскажите об отдельных аспектах реабилитации.
3. Что такое физическая реабилитация?
4. Перечислите принципы медицинской и физической реабилитации и охарактеризуйте их.
5. Средства медицинской и физической реабилитации.
6. Каковы требования к составлению реабилитационных программ?
7. Раскройте понятие «лечебная физическая культура».
8. Какие особенности метода ЛФК по сравнению с другими методами лечения?
9. Назовите четыре механизма влияния физических упражнений и дайте каждому характеристику.
10. Какие существуют средства ЛФК?
11. Раскройте содержание следующих средств ЛФК: гимнастические упражнения, спортивно-прикладные упражнения, малоподвижные и спортивные игры, трудотерапия, естественные факторы природы, массаж.
12. Какие существуют периоды в ЛФК?

13. Дайте характеристику 3 периодам в ЛФК.
14. Какие существуют формы ЛФК?
15. Раскройте и дайте характеристику основной форме ЛФК – занятию лечебной гимнастикой.
16. Дайте определение понятий «физиотерапия» и «физические факторы».
17. Задачи общей и частной физиотерапии.
18. Какое местное и общее воздействие на организм оказывают физические факторы?
19. Раскройте понятие «электролечение» и назовите его виды.
20. Дайте характеристику лечебного массажа.
21. Методы лечебного массажа.
22. Каковы методические особенности лечебного массажа?
23. Общие показания и противопоказания к проведению лечебного массажа.
24. Сочетание лечебного массажа с различными физиотерапевтическими процедурами и ЛФК.
25. Дайте представление о видах лечебного массажа.
26. Расскажите о сегментарно-рефлекторном массаже.
27. Задачи и методы массажа при травмах ОДА.
28. Массаж при заболеваниях суставов.
29. Расскажите о массаже при травмах и заболеваниях нервной системы.
30. Факторы лечебного действия психотерапии.
31. Психология больного. Внутренняя картина болезни.
32. Телесноориентированная психотерапия.
33. Основные понятия рационально-эмотивной психотерапии.
34. Дайте определение понятию «травма» и «травматическая болезнь».
35. Назовите виды травм.
36. Какие стадии выделяют в развитии травматического шока и чем они характеризуются?
37. Переломы, виды переломов.
38. Дайте характеристику методам лечения переломов.
39. Характеристика повреждений суставов (виды, симптоматика, лечение).
40. Периоды физической реабилитации при внутрисуставных переломах и вывихах.
41. Перелом хирургической шейки бедра: задачи и методика физической реабилитации по трем периодам.
42. «Привычный вывих плеча», причины.
43. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов в первом периоде после оперативного лечения привычного вывиха плеча.
44. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов во втором и третьем периодах после оперативного лечения привычного вывиха плеча.
45. Охарактеризуйте повреждения локтевого сустава.
46. Внутрисуставной перелом локтевого сустава: задачи и методы физической реабилитации.
47. Виды вывихов в локтевом суставе. Методика физической реабилитации при вывихах в локтевом суставе.
48. Виды повреждений коленного сустава.
49. Физическая реабилитация при оперативном лечении разрыва крестообразных связок.
50. Физическая реабилитация при переломе мыщелков бедра и большеберцовой кости.
51. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов в раннем послеоперационном лечении при менискэктомии.

52. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов во втором периоде после менискэктомии.
53. Задачи и методика физической реабилитации спортсменов в тренировочно-восстановительном периоде после менискэктомии.
54. Физическая реабилитация при повреждениях голеностопного сустава.
55. Повреждения позвоночника.
56. Причины возникновения и методы лечения компрессионных переломов позвоночника.
57. Физическая реабилитация при компрессионных переломах шейных позвонков.
58. Физическая реабилитация при компрессионных переломах грудных и поясничных позвонков.
59. Виды переломов таза.
60. Восстановительное лечение при разрыве лонного сочленения. Средства ЛФК и характеристика периодов.
61. Методика ЛФК при переломе вертлужной впадины.
62. Методика ЛФК при переломах типа Мальгенья.
63. Повреждения кисти и методы их лечения и реабилитации.
64. Физическая реабилитация при переломах отдельных костей стопы.
65. Физическая реабилитация при оперативном сшивании ахиллова сухожилия.
66. Особенности физической реабилитации при челюстно-лицевых травмах.
67. Физическая реабилитация при повреждениях ЛОР-органов.
68. Методика физической реабилитации при травмах глаз.
69. Дайте характеристику ожогам и «ожоговой болезни».
70. Физическая реабилитация на разных стадиях развития ожоговой болезни.
71. Отморожение, степени отморожения и течение.
72. Физическая реабилитация при отморожениях.
73. Основные принципы реабилитации спортсменов.
74. Этапы реабилитации спортсменов.
75. Построение этапа начальной спортивной тренировки.
76. Экспертная оценка готовности спортсмена к тренировочно-соревновательным нагрузкам после травмы и операции.
77. Правильная осанка дошкольника.
78. Правильная осанка школьника.
79. Правильная осанка взрослого человека.
80. Нарушение осанки, степени нарушения, причины.
81. Виды нарушения осанки.
82. Сколиотическая болезнь.
83. Плоскостопие.
84. Специальные физические упражнения при плоскостопии.
85. Задачи и методика физической реабилитации на стационарном этапе при инфаркте миокарда.
86. Задачи и методика физической реабилитации на санаторном этапе при инфаркте миокарда.
87. Задачи и методика физической реабилитации на поликлиническом этапе при инфаркте миокарда.
88. Каковы механизмы лечебного действия физических упражнений при гипертонической болезни?

89. Каковы задачи и содержание методики ЛФК по двигательным режимам при гипертонической болезни?
90. Каковы задачи и методики физической реабилитации при нейроциркуляторной дистонии?
91. Задачи и методика физической реабилитации при заболеваниях органов пищеварения.
92. Каковы механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов пищеварения, задачи и содержание методики ЛФК по двигательным режимам?
93. Какие методы физиотерапии применяют при заболеваниях органов пищеварения?
94. Задачи и методика физической реабилитации при нарушениях основного обмена.
95. Каковы механизмы лечебного действия физических упражнений при нарушениях основного обмена, задачи и содержание методики ЛФК по двигательным режимам?
96. Какие методы физиотерапии применяют при нарушениях основного обмена?
97. Задачи и методика физической реабилитации при заболеваниях суставов.
98. Каковы механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях суставов, задачи и содержание методики ЛФК по двигательным режимам?
99. Какие методы физиотерапии применяют при заболеваниях суставов?
100. Задачи и методика физической реабилитации при заболеваниях органов системы выделения.
101. Каковы механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов системы выделения, задачи и содержание методики ЛФК по двигательным режимам?
102. Какие методы физиотерапии применяют при заболеваниях органов системы выделения?

#### *Критерии оценивания результатов тестирования*

Таблица 9

Уровень освоения	Критерии	Баллы
Высокий и достаточный уровень	Выполнены правильно все или больше половины задания теста (тест зачтен 51-100% правильных ответов)	6-10
Недостаточный уровень	Выполнено правильно меньше половины заданий (тест зачтен 0-50% правильных ответов)	0-5

### **4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

Представлено в приложении №1.

**Автор(ы) рабочей программы дисциплины (модуля):**

Стар. препод. кафедры ТМПФК

  
(подпись)

Цетиев А.А.

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор библиотеки

  
(подпись)

Арсагириева Т.А.

**Оценочные средства  
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине  
«Теория и методика физической рекреации»**

**Направление подготовки  
49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм**

**Профили подготовки  
Рекреативно-оздоровительная деятельность**

**1. Характеристика оценочной процедуры:**

Семестр – 7

Форма аттестации – зачет

**2. Примерные оценочные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности**

1. Физиологически обоснованные, педагогические принципы лечебно-восстановительной тренировки.
2. Является ли метод ЛФК одновременно методом неспецифической и патогенетической терапии?
3. Как широко используются физиотерапевтические средства при лечении и реабилитации?
4. В чем заключаются профилактические позиции ЛФК?
5. Какие существуют способы дозировки физической нагрузки при лечебном использовании физических упражнений?
6. Расскажите об использовании импульсных токов.
7. Какое воздействие на организм оказывают диадинамотерапия и импульсотерапия?
8. Расскажите о различных видах магнитотерапии.
9. Каково назначение метода электростимуляции?
10. Охарактеризуйте воздействие электрического поля ультравысокой частоты (УВЧ) и индуктотерапии.
11. Вибротерапия и ультразвуковая терапия. Механизмы их влияния на организм.
12. Лечебное воздействие светолечения и лазерного излучения.
13. Перечислите применяемые процедуры водолечения и охарактеризуйте их.
14. Раскройте понятия «теплелечение» и «бальнеолечение».
15. Расскажите о мануальной терапии.
16. Классификация видов массажа.
17. Расскажите о периодах физической реабилитации больных с переломами диафиза плечевой кости.
18. Физическая реабилитация больных с переломами лучевой кости в типичном месте.
19. Физическая реабилитация больных при переломе бедренной кости (при консервативном и оперативном лечении).

20. Двигательные тесты, характеризующие степень восстановления плечевого сустава после операции.
21. Двигательные тесты, характеризующие степень восстановления спортсменов после операции (менискэктомия).

**1. Критерии и шкала оценивания устного ответа обучающегося на экзамене (зачете)**

**Максимальное количество баллов на экзамене (зачете) – 30, из них:**

1. Ответ на первый вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.
2. Ответ на второй вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.

Таблица 11

№ n/n	Характеристика ответа	Баллы
1.	Обучаемый продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание программного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	<b>13-15</b>
2.	Обучаемый продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания программного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой, рекомендованной учебной программой	<b>10-12</b>
3	Обучаемый продемонстрировал: твердые знания и понимание основного программного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой	<b>7-9</b>
4.	Обучаемый продемонстрировал: неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; не владеет основной литературой, рекомендованной учебной программой	<b>6 и менее</b>

**Расчет итоговой рейтинговой оценки**

Таблица 12

До 50 баллов включительно	«неудовлетворительно»
От 51 до 70 баллов	«удовлетворительно»
От 71 до 85 баллов	«хорошо»
От 86 до 100 баллов	«отлично»

**2. Уровни сформированности компетенций по итогам освоения дисциплины (модуля)**

Таблица 13

Индикаторы достижения компетенции (ИДК)	Уровни сформированности компетенций			
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
	86-100	71-85	51-70	Менее 51
	«зачтено»			«не зачтено»
<b>Код и наименование формируемой компетенции</b>				
	Знает	Знает	Знает	Не знает



ПК-5, Пк-14	<p>Обучаемый продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание программного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания программного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал: твердые знания и понимание основного программного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал: неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; не владеет основной литературой, рекомендованной учебной программой</p>
	<p><b>Умеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); логически последовательные, содержательные, полные, правильные и конкретные ответы (решения) на все поставленные задания (вопросы), включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p><b>Умеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); логически последовательные, правильные и конкретные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; устранение 9 замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой,</p>	<p><b>Умеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок, решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); правильные, без грубых ошибок, ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные, при наводящих вопросах преподавателя, замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); недостаточное полное владение литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p><b>Не умеет</b> Обучаемый продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); не дал правильные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; не устранил, при наводящих вопросах преподавателя, замечания и грубые ошибки по заданию (вопросу); не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой</p>

		рекомендованной учебной программой		
	<p><b>Владеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); успешно защитил индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии объективных практических результатов, характеризующих уровень сформированности компетенции(ий); логически последовательные, полные, правильные и конкретные ответы в ходе защиты задания (проекта, портфолио), включая дополнительные уточняющие вопросы (задания); свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p><b>Владеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); достаточно успешно защитил индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии практического результата, характеризующего уровень сформированности компетенции; продемонстрировал логически последовательные, достаточно полные, правильные ответы в ходе защиты задания (проекта, портфолио), включая дополнительные; самостоятельно устранил замечания по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p><b>Владеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок, решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); защитил, с устранением ошибок, индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии практического результата, характеризующего уровень сформированности компетенции; без грубых ошибок дал ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе 10 защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p><b>Не владеет</b> Обучаемый продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение, решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); не смог защитить индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии грубых ошибок дал неправильные ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой</p>

**ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ  
Теория и методика физической рекреации**

(наименование дисциплины / модуля)

Направление подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Профиль: Рекреативно-оздоровительная деятельность

(год набора \_\_\_\_\_, форма обучения \_\_\_\_\_)  
на 20\_\_ / 20\_\_ учебный год

В рабочую программу дисциплины / модуля вносятся следующие изменения:

№ п/п	Раздел рабочей программы (пункт)	Краткая характеристика вносимых изменений	Основание для внесения изменений