

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Утверждено на заседании кафедры
«Физкультурно-оздоровительные
технологии»

«24» января 2023г., протокол №6

Заведующий кафедрой



С.А. Архипова

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ) ДЛЯ
ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

«Оздоровительно-реабилитационные технологии»

**основной профессиональной образовательной программы
высшего образования – программы бакалавриата**

по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

с направленностью (профилем)
Физкультурно-оздоровительные технологии

Форма(ы) обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 490301-01-23

Тула 2023 год

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
фонда оценочных средств (оценочных материалов)

Разработчик(и):

Егоров В.Н., профессор каф. ФОТ, к.п.н.



1. Описание фонда оценочных средств (оценочных материалов)

Фонд оценочных средств (оценочные материалы) включает в себя контрольные задания и (или) вопросы, которые могут быть предложены обучающемуся в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Указанные контрольные задания и (или) вопросы позволяют оценить достижение обучающимся планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), установленных в соответствующей рабочей программе дисциплины (модуля), а также сформированность компетенций, установленных в соответствующей общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

Полные наименования компетенций и индикаторов их достижения представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

2. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.1)

1. К активным средствам физической реабилитации относятся:

а) все формы лечебной физической культуры (разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной подготовки, ходьба, бег), физиотерапия, мануальная терапия.

б) все формы лечебной физической культуры (разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной подготовки, ходьба, бег), трудотерапия, работа на тренажерах.

в) массаж, мануальная терапия, физиотерапия, работа на тренажерах

2. Основной показатель, отражающий функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем и физическое состояние в целом:

а) частота сердечных сокращений

б) максимальное потребление кислорода

в) артериальное давление

3. Для устранения недостатков физического развития необходимо:

а) подбирать для занятий систему физических упражнений или вид спорта исходя из личных интересов.

б) с помощью антропометрических измерений с учетом известных стандартов и индексов определить имеющиеся индивидуальные отклонения от норм и затем подбирать для занятий систему физических упражнений.

в) использовать уже разработанные в научно-методической литературе комплексы и программы занятий физическими упражнениями.

4. Миотонометрия это:

а) метод определения тонуса мышц.

б) метод регистрации биопотенциалов скелетной мышцы.

в) метод исследования нервной системы, анализаторов, двигательного аппарата.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.1)

1. Устойчивость к длительному концентрированному вниманию формируется при занятиях:

- а) спортивными и подвижными играми (футбол, баскетбол, волейбол и т.п.).
- б) видами пулевой и стендовой стрельбы, стрельбой из лука.
- в) видами единоборств (бокс, различными видами борьбы, фехтование).

2. Самый доступный вид физических упражнений может быть рекомендован людям всех возрастов, имеющих различную подготовленность и состояние здоровья:

- а) оздоровительный бег;
- б) плавание;
- в) оздоровительная ходьба.

3. К субъективным показателям определения доступных нагрузок и заданий относятся:

- а) сон, аппетит, самочувствие;
- б) артериальное давление, различные функциональные пробы, кардиограмма;
- в) динамика спортивных результатов, динамика роста физических качеств и технической подготовленности, жизненная емкость легких, максимальное потребление кислорода.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.1)

1. Метод исследования стопы:

- а) плантография
- б) энцефалография
- в) электрокардиография

2. Хронаксиметрия это:

- а) метод определения тонуса мышц.
- б) метод регистрации биопотенциалов скелетной мышцы.
- в) метод исследования нервной системы, анализаторов, двигательного аппарата

3. Гиперстенический тип телосложения характеризуется:

- а) преобладанием продольных размеров тела; лицо узкое, длинная и тонкая шея, тонкая шея, слаборазвитая мускулатура.
- б) пропорциональностью размеров тела.
- в) преобладанием поперечных размеров тела; голова округлой формы, лицо широкое, шея короткая и толстая, кожа плотная.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.2)

1. Главной задачей медицинской реабилитации является

- а) полноценное восстановление функциональных возможностей различных систем организма и опорно-двигательного аппарата (ОДА), а также развитие компенсаторных приспособлений к условиям повседневной жизни и труду;
- б) восстановление бытовых возможностей больного, т. е. способности к передвижению, самообслуживанию и выполнению несложной домашней работы;
- в) восстановление трудоспособности, т.е. утраченных инвалидом профессиональных навыков путем использования и развития функциональных возможностей двигательного аппарата.

2. Целью реабилитации является
- а) частичное восстановление либо компенсация нарушенной или утраченной функции;
 - б) наиболее полное восстановление утраченных возможностей организма;
 - в) замедление прогрессирования заболевания.

3. Какие этапы выделяют при трехэтапной реабилитации:
- а) специализированный стационар; специализированный реабилитационный центр или санаторий; отделение реабилитации поликлиники.
 - б) специализированная бригада скорой помощи; специализированный реабилитационный центр или санаторий; отделение реабилитации поликлиники.
 - в) специализированная бригада скорой помощи; специализированный реабилитационный центр или санаторий; стационарный центр реабилитации.

4. Механотерапия — это
- а) восстановление нарушенных функций с помощью специальных подобранных трудовых процессов;
 - б) специальная укладка конечностей в определенное корригирующее положение с помощью различных приспособлений;
 - в) восстановление утраченных функций с помощью специальных аппаратов.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.2)

1. Трудотерапия – это
- а) восстановление нарушенных функций с помощью специальных подобранных трудовых процессов;
 - б) лечение дозированной ходьбой с постепенным подъемом и спуском на специальных маршрутах.
 - в) восстановление утраченных функций с помощью специальных аппаратов.

2. Терренкур это
- а) лечение дозированной ходьбой с постепенным подъемом и спуском на специальных маршрутах.
 - б) специальная укладка конечностей в определенное корригирующее положение с помощью различных приспособлений;
 - в) восстановление утраченных функций с помощью специальных аппаратов.

3. Какого периода не существует в применении лечебной физической культуры
- а) щадящий
 - б) подготовительный
 - в) функциональный

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.2)

1. Лечение положением – это
- а) восстановление нарушенных функций с помощью специальных подобранных трудовых процессов;
 - б) специальная укладка конечностей в определенное корригирующее положение с помощью различных приспособлений;
 - в) восстановление утраченных функций с помощью специальных аппаратов.

2. Электролечение — это
- а) восстановление утраченных функций с помощью специальных аппаратов;
 - б) специальная укладка конечностей в определенное корригирующее положение с помощью различных приспособлений;
 - в) использование с лечебной и профилактическими целями различного рода электрической энергии, электрических и магнитных полей.

3. Лекарственный электрофорез - это
- а) сочетание (одновременно) воздействия постоянного тока и поступающего вместе с ним в организм небольшого количества лекарственных веществ;
 - б) лечение электрическими и электромагнитными колебаниями высокой частоты, высокого напряжения и малой силы;
 - в) лечение постоянными токами полусинусоидальной формы при непрерывном чередовании коротких или длительных периодов.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.3)

- 1. По какому признаку классифицированы спортивно-атлетические, оздоровительные и компенсаторные технические средства?
- 2. Технические средства какой группы делятся на слуховые, зрительные и тактильные устройства?
- 3. По какому признаку классифицированы спортивно-атлетические, оздоровительные и компенсаторные технические средства?
- 4. В чем заключается принцип ургентности?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.3)

- 1. Характерные особенности гимнастического метода в физической реабилитации
- 2. Какие мероприятия включает в себя первая часть разработки реабилитационной программы?
- 3. Каким образом при измерении окружности грудной клетки у женщин следует накладывать сантиметровую ленту?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.3)

- 1. Какую форму грудной клетки обычно имеет человек с хорошим физическим развитием?
- 2. На основании результатов каких исследований определяют тип телосложения?
- 3. К занятиям какого типа относятся оздоровительный бег, плавание, гигиеническая гимнастика, подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам, прогулки, экскурсии, туризм и т.д.?

3. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.1)

- 1. К активным средствам физической реабилитации относятся:

а) все формы лечебной физической культуры (разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной подготовки, ходьба, бег), физиотерапия, мануальная терапия.

б) все формы лечебной физической культуры (разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной подготовки, ходьба, бег), трудотерапия, работа на тренажерах.

в) массаж, мануальная терапия, физиотерапия, работа на тренажерах

2. Основной показатель, отражающий функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем и физическое состояние в целом:

а) частота сердечных сокращений

б) максимальное потребление кислорода

в) артериальное давление

3. Для устранения недостатков физического развития необходимо:

а) подбирать для занятий систему физических упражнений или вид спорта исходя из личных интересов.

б) с помощью антропометрических измерений с учетом известных стандартов и индексов определить имеющиеся индивидуальные отклонения от норм и затем подбирать для занятий систему физических упражнений.

в) использовать уже разработанные в научно-методической литературе комплексы и программы занятий физическими упражнениями.

4. Миотонометрия это:

а) метод определения тонуса мышц.

б) метод регистрации биопотенциалов скелетной мышцы.

в) метод исследования нервной системы, анализаторов, двигательного аппарата.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.1)

1. Назовите рекомендуемую длительность занятий при щадящем режиме двигательной активности.

2. К какой группе психологических средств относится психорегулирующая тренировка?

3. Назовите характерные особенности гимнастического метода в физической реабилитации.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.1)

1. Метод исследования стопы:

а) плантография

б) энцефалография

в) электрокардиография

2. Устойчивость к длительному концентрированному вниманию формируется при занятиях:

а) спортивными и подвижными играми (футбол, баскетбол, волейбол и т.п.).

б) видами пулевой и стендовой стрельбы, стрельбой из лука.

в) видами единоборств (бокс, различными видами борьбы, фехтование).

3. Основной показатель, отражающий функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем и физическое состояние в целом:

- а) частота сердечных сокращений
- б) максимальное потребление кислорода
- в) артериальное давление

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.2)

1. Главной задачей медицинской реабилитации является

- а) полноценное восстановление функциональных возможностей различных систем организма и опорно-двигательного аппарата (ОДА), а также развитие компенсаторных приспособлений к условиям повседневной жизни и труду;
- б) восстановление бытовых возможностей больного, т. е. способности к передвижению, самообслуживанию и выполнению несложной домашней работы;
- в) восстановление трудоспособности, т.е. утраченных инвалидом профессиональных навыков путем использования и развития функциональных возможностей двигательного аппарата.

2. Целью реабилитации является

- а) частичное восстановление либо компенсация нарушенной или утраченной функции;
- б) наиболее полное восстановление утраченных возможностей организма;
- в) замедление прогрессирования заболевания.

3. Какие этапы выделяют при трехэтапной реабилитации:

- а) специализированный стационар; специализированный реабилитационный центр или санаторий; отделение реабилитации поликлиники.
- б) специализированная бригада скорой помощи; специализированный реабилитационный центр или санаторий; отделение реабилитации поликлиники.
- в) специализированная бригада скорой помощи; специализированный реабилитационный центр или санаторий; стационарный центр реабилитации.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.2)

1. Хронаксиметрия это:

- а) метод определения тонуса мышц.
- б) метод регистрации биопотенциалов скелетной мышцы.
- в) метод исследования нервной системы, анализаторов, двигательного аппарата

2. Гипертенический тип телосложения характеризуется:

- а) преобладанием продольных размеров тела; лицо узкое, длинная и тонкая шея, тонкая шея, слаборазвитая мускулатура.
- б) пропорциональностью размеров тела.
- в) преобладанием поперечных размеров тела; голова округлой формы, лицо широкое, шея короткая и толстая, кожа плотная.

3. Самый доступный вид физических упражнений может быть рекомендован людям всех возрастов, имеющих различную подготовленность и состояние здоровья:

- а) оздоровительный бег;
- б) плавание;
- в) оздоровительная ходьба.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.2)

1. Механотерапия — это
 - а) восстановление нарушенных функций с помощью специальных подобранных трудовых процессов;
 - б) специальная укладка конечностей в определенное корригирующее положение с помощью различных приспособлений;
 - в) восстановление утраченных функций с помощью специальных аппаратов.
2. Лечение положением — это
 - а) восстановление нарушенных функций с помощью специальных подобранных трудовых процессов;
 - б) специальная укладка конечностей в определенное корригирующее положение с помощью различных приспособлений;
 - в) восстановление утраченных функций с помощью специальных аппаратов.
3. К объективным показателям определения доступных нагрузок и заданий являются:
 - а) сон, аппетит, самочувствие;
 - б) артериальное давление, различные функциональные пробы, кардиограмма;
 - в) динамика спортивных результатов, динамика роста физических качеств и технической подготовленности, жизненная емкость легких, максимальное потребление кислорода.
4. К активным средствам физической реабилитации относятся:
 - а) все формы лечебной физической культуры (разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной подготовки, ходьба, бег), физиотерапия, мануальная терапия.
 - б) все формы лечебной физической культуры (разнообразные физические упражнения, элементы спорта и спортивной подготовки, ходьба, бег), трудотерапия, работа на тренажерах.
 - в) массаж, мануальная терапия, физиотерапия, работа на тренажерах.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.3)

1. По какому признаку классифицированы спортивно-атлетические, оздоровительные и компенсаторные технические средства?
2. Технические средства какой группы делятся на слуховые, зрительные и тактильные устройства?
3. По какому признаку классифицированы спортивно-атлетические, оздоровительные и компенсаторные технические средства?
4. В чем заключается принцип ургентности?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.3)

1. Какие рекомендуется использовать упражнения при параличах, парезах и тугоподвижности суставов?

2. К упражнениям какой интенсивности относятся движения, выполняемые средними и крупными мышечными группами в медленном и среднем темпе?
3. Сколько различают типов исходных положений?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.3)

1. Какие исходные положения позволяют усилить локальное воздействие физических упражнений и выключить всякого рода компенсаторные движения?
2. Какие исходные положения рекомендуется использовать для увеличения или уменьшения нагрузки?
3. К занятиям какого типа относятся оздоровительный бег, плавание, гигиеническая гимнастика, подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам, прогулки, экскурсии, туризм и т.д.?

4. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся (защиты курсовой работы (проекта)) по дисциплине (модулю)

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.1)

1. Почему вы выбрали эту тему для своего исследования?
2. В чём заключается актуальность вашей работы?
3. Как отражена в Вашем исследовании связь с актуальными проблемами в оздоровительно-реабилитационных технологиях?
4. Какие цели Вы ставили в своем научном исследовании?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.1)

1. Что вы хотели доказать в своей работе?
2. Что нового вы узнали в изучаемом вами дополнительном материале по сравнению с учебной литературой?
3. На каких основных источниках вы основывали написания своей курсовой работы?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.1)

1. Что показалось вам интересным в той или иной работе, что конкретно вы использовали в своей курсовой работе?
2. С кем из авторов вы согласны по ряду и дискуссионных вопросов, а с кем - нет?
3. Какие задачи Вы ставили в своем научном исследовании?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.2)

1. Какие методы исследования вы использовали в процессе выполнения работы?
2. Какие основные физкультурно-оздоровительные показатели вы рассчитывали?
3. Какие основные проблемы были выявлены в результате исследований?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.2)

1. Какие выводы в своем исследовании вы сделали?
2. Какие предложения по своей теме исследования вы сделали?
3. Проводили ли Вы эксперименты в ходе Вашего исследования? Если «да», то какие?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.2)

1. Каков основной итог вашей работы?
2. Собираетесь ли вы продолжать свои исследования по данной теме в будущем? Если да, то по каким основным направлениям?
3. Чем вам могут помочь знания, полученные в данной области, в вашей дальнейшей научной и практической работе?
4. Раскройте более подробно этапы исследования вашей работы.

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-6 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-6.3)

1. Приведите примеры по некоторым отдельным моментам презентации вашей работы.
2. Скажите, чему вы научились, работая над исследованиями, какие сложности при работе возникли?
3. Какие навыки Вы можете применить в работе после своих исследований?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-11 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-11.3)

1. Какие методы и средства вы применяли в своей работе?
2. Какие средства для развития работоспособности вы применяли для занимающихся в своей работе?
3. Как Вы использовали теоретические и практические навыки при выполнении работы?

Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-12 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-12.3)

1. Как Вы проводили обобщение и анализ фактического материала?
2. Как проходило структурирование доклада?
3. Какими основными принципами вы руководствовались при планировании различных форм занятия?
4. Какие функциональные тесты вы применяли в своей работе?