

Приложение
к ООП 49.02.02 «Адаптивная
физическая культура»
(часть 2)

**КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ПО ПРОГРАММЕ
ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА ПО
СПЕЦИАЛЬНОСТИ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

49.02.02

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

ОГСЭ.01 Основы философии
ОГСЭ.02 Психология общения
ОГСЭ.03 История
ОГСЭ.04 Иностранный язык
ОГСЭ.05 Физическая культура
ОГСЭ.06 Русский язык и культура речи
ЕН.01 Математика
ЕН.02 Информатика и информационно-коммуникационные технологии
ОП.01 Педагогика
ОП.02 Психология
ОП.03 Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии
ОП.04 Анатомия
ОП.05 Физиология с основами биохимии
ОП.06 Гигиенические основы физического воспитания
ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа
ОП.08 Основы биомеханики
ОП.09 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой
тренировки
ОП.10 Правовое обеспечение профессиональной деятельности
ОП.11 Теория и история физической культуры
ОП.12 Теория и организация адаптивной физической культуры
ОП.13 Основы общей патологии
ОП.14 Безопасность жизнедеятельности
ОП.15 Основы предпринимательской деятельности и финансовой грамотности
ОП.16 Ключевые компетенции цифровой экономики
ПМ.01 Организация адаптивного физического воспитания обучающихся в
общеобразовательных организациях
ПМ.02 Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к
специальным медицинским группам
ПМ.03 Методическое обеспечение процесса адаптивного физического воспитания

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОГСЭ.01 Основы философии

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2024 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура «Основы философии».

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Пирогова Виктория Васильевна, преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины «Основы философии» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

З 1	- основные категории и понятия философии
З 2	- роль философии в жизни человека и общества
З 3	- основы философского учения о бытии
З 4	- сущность процесса познания
З 5	- основы научной, философской и религиозной картин мира
З 6	- об условиях формирования личности, свободе и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды
З 7	- социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий

Обучающийся должен уметь:

У1	- ориентироваться в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основах формирования культуры гражданина и будущего специалиста

Личностные результаты с учетом особенностей учебной дисциплины:

ЛР1	- осознающий себя гражданином и защитником великой страны
ЛР2	- проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости. Экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующие и участвующие в деятельности общественных организаций. Готовый использовать свой личный и профессиональный потенциал для защиты национальных интересов России
ЛР 3	- демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих
ЛР 4	- принимающий семейные ценности своего народа, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания
ЛР 5	- занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля
ЛР 6	- принимающий цели и задачи научно-технологического, экономического, информационного развития России, готовый работать на их достижение. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностного и профессионального, конструктивного «цифрового следа».

ЛР 7	- готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость
ЛР 8	ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства
ЛР 9	ЛР 9. Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛР 10	ЛР 10. Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.
ЛР 11	- лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением
ЛР 12	- осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности
Л 13	- умение реализовывать личностные качества в производственном процессе
ЛР 14	- стрессоустойчивость, коммуникабельность
ЛР 15	- опыт научно-исследовательской деятельности
ЛР 16	- открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития
ЛР17	- инновационность мышления в реализации производственных задач
ЛР 18	- выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия; выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия
Л 19	- профессиональная идентичность и ответственность.
Л 20	- самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития

Формируемые ОК

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ПК 3.2. Систематизировать педагогический опыт в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта на основе изучения педагогической литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является дифференцированный зачет.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 1 - ориентироваться в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основах формирования культуры гражданина и будущего специалиста ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.3	- ориентируются в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основах формирования культуры гражданина и будущего специалиста - называют, перечисляют, объясняют факты, общие философские проблемы бытия, познания, др - интерпретируют, систематизируют, аргументируют изученные факты - организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их

	эффективность и качество - ставят цели, мотивируют (анализируют, систематизируют, оценивают) деятельность обучающихся, организуют и контролируют их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса
Знать:	
3 1 - основные категории и понятия философии	- основные категории и понятия философии
3 2 - роль философии в жизни человека и общества	- роль философии в жизни человека и общества
3 3 - основы философского учения о бытии	- основы философского учения о бытии
3 4 - сущность процесса познания	- сущность процесса познания
3 5 - основы научной, философской и религиозной картин мира	- основы научной, философской и религиозной картин мира
3 6 - об условиях формирования личности, свободе и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды	- об условиях формирования личности, свободе и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды
37- социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий	- социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам) Таблица 2

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Предмет философии и её истории				
Тема 1.1 Основные понятия и предмет философии	У 1 З 1,2 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.3 ЛР 1-20	Устный опрос, самостоятельная работа, тестирование, практическая работа	У 1 З 1-7 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.2	4 семестр – дифференцированный зачет
Тема 1.2 Философия. Древнего мира и средневековая философия	У 1 З 6-7 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3. ЛР 1-203	Устный опрос, самостоятельная работа, тестирование, практическая работа		
Тема 1.3	У 1	Устный опрос,		

Философия Возрождения и Нового времени	З 6-7 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.3 ЛР 1-20	самостоятельная работа, тестирование, практическая работа		
Тема 1.4 Современная философия	У 1 З 5-7 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.3 ЛР 1-20	Устный опрос, самостоятельная работа, тестирование, практическая работа		
Раздел 2 Основной вопрос философии				
Тема 2.1 Философское понимание мира	У 1 З 3-5 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.3 ЛР 1-20	Устный опрос, самостоятельная работа, тестирование, практическая работа		
Тема 2.2 Гносеология, как общая теория познавательной деятельности	У 1 З 3-5 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.3 ЛР 1-20	Устный опрос, самостоятельная работа, тестирование, практическая работа		
Раздел 3 Философское учение о человеке и обществе				
Тема 3.1 Человек и его бытие в мире	У 1 З 3, 5-7 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.3 ЛР 1-20	Устный опрос, самостоятельная работа, тестирование, практическая работа		
Тема 3.2 Место философии в духовной культуре и ее значение	У 1 З 4 ОК 1-9 ПК 3.2 ПК 3.3 ЛР 1-20	Устный опрос, самостоятельная работа, тестирование, практическая работа		

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения заполнения таблиц, ведения конспекта статьи (первоисточника, научного текста и др.); правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, цитаты др.; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Дифференцированный зачёт

1. Форма проведения: письменная, комплексная проверочная работа (задания в форме теста, задания с развернутым ответом).

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование учебного кабинета: рабочие места по количеству обучающихся; рабочее место преподавателя; раздаточный материал

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

1. Горелов А.А. Основы философии: учебное пособие для студ. СПО. - Москва: Академия, 2020. – 300с.
2. Основы философии / Б.И. Липский и др. – Москва: Инфра- М, 2021. – 307 с.
3. Основы философии / под ред. М.А. Гласер. – Санкт-Петербург: Лань, 2021. – 360 с.
4. Основы философии / О.Д. Волкогонова, Н.М. Сидорова. – Москва: Форум, 2021. – 480 с.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН, техники безопасности.

3.Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 1.1 Основные понятия и предмет философии

Тема 1.2 Философия. Древнего мира и средневековая философия

Тема 1.3 Философия Возрождения и Нового времени

Тема 1.4 Современная философия

Тема 2.1 Философское понимание мира

Тема 2.2 Гносеология, как общая теория познавательной деятельности

Тема 3.1 Человек и его бытие в мире

Тема 3.2 Место философии в духовной культуре и ее значение

2. Проверочная работа (2 варианта).

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У 1 - ориентироваться в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основах формирования культуры гражданина и будущего специалиста	- ориентироваться в наиболее общих философских проблемах бытия, познания, ценностей, свободы и смысла жизни как основах формирования культуры гражданина и будущего специалиста
З 1 - основные категории и понятия философии З 2- роль философии в жизни человека и общества З 3 - основы философского учения о бытии З 4- сущность процесса познания З 5- основы научной, философской и религиозной картин мира З 6- об условиях формирования личности, свободе и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды З 7- социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий	- основные категории и понятия философии - роль философии в жизни человека и общества - основы философского учения о бытии - сущность процесса познания - основы научной, философской и религиозной картин мира - об условиях формирования личности, свободе и ответственности за сохранение жизни, культуры, окружающей среды - социальных и этических проблемах, связанных с развитием и использованием достижений науки, техники и технологий
ОК 1 - 9	- выбирать способы решения задач профессиональной деятельности

	применительно к различным контекстам; - использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности; - планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях; - эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; - осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста; - проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения; - содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях; - использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности; - пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.
ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения	- систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения

профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.3 ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	- оформляет педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

Образец проверочной работы

Часть А

1. Мировоззренческая форма общественного сознания, рационально обосновывающая предельные основания бытия, включая общество и право:

- А. история
- Б. философия
- В. социология
- Г. культурология

2. Философия в Средние века занимала подчиненное положение по отношению к:

- А. богословию
- Б. психологии
- В. науке
- Г. этике

3. Основное утверждение рационализма заключается в том, что:

- А. разум играет приоритетную роль в познавательной деятельности человека
- Б. главенствующую роль в науке играет эксперимент
- В. познание мира возможно благодаря божественному откровению
- Г. суть процесса познания состоит только в восприятии мира отдельным человеком

4. Вопрос о роли и месте России в истории человечества был поставлен в «Философических письмах»:

- А. В. Соловьевым
- Б. П. Чаадаевым
- В. А. Хомяковым
- Г. А. Герценом

5. Философская категория для обозначения объективной реальности, которая дана человеку в его ощущениях, это –

- А. материя
- Б. явление
- В. мера
- Г. качество

6. Ощущения, восприятия, понятия, мышление входят в структуру:

- А. мозга
- Б. сознания
- В. бессознательного
- Г. живого существа

7. Диалектика – это

- А. Учение о структуре мироздания
- Б. Теория, описывающая движение материальных тел
- В. Учение о развитии и всеобщих взаимосвязях

Г. Наука о многообразии мира

8. Понятие общественно-экономической формации принадлежит:

А. позитивизму

Б. марксизму

В. фрейдизму

Г. экзистенциализму

9. Единой истории человечества не существует, есть только история локальных цивилизаций согласно:

А. формационному подходу

Б. цивилизационному подходу

В. культурологическому подходу

Г. марксистскому подходу

10. Глобальные проблемы – это

А. Проблемы, решение которых еще не найдено наукой

Б. Проблемы, от решения которых зависит выживаемость всего человечества

В. Присущие только развивающимся и бывшим социалистическим странам

Г. Экологические проблемы

Часть В

11. Установите соответствие между терминами и понятиями: к каждой позиции, данной в первом столбце, подберите соответствующую позицию из второго столбца.

Термин	Понятие
А. Идеализм	1.Совокупность многообразных вещей и явлений окружающего мира
Б. Сущее	2.Учение о человеке
В. Истина	3.Соответствие мыслей и высказываний действительности
Г. Философская антропология	4.Направление, утверждающее, что единственной достоверной реальностью можно считать лишь наше сознание

12. Установите соответствие между разделами философии и философами, относящимися к данному периоду развития науки: к каждой позиции, данной в первом столбце, подберите соответствующую позицию из второго столбца.

Период	Представитель философской школы (философ)
А. Философия Античности	1.Конфуций
Б. Философия Древнего Китая	2. И.Кант
В. Философия Возрождения и Нового времени	3. В.С.Соловьев
Г. Русские философы	4.Платон

13. Ниже приведен перечень направлений (школ) в философии. Все из них, за исключением одной, относятся к философии Нового времени.

Рационализм, немецкая классическая философия, французское просвещение, схоластика.

Найдите и выпишите термин, «выпадающий» из общего ряда.

14. Найдите в приведенном ниже списке основные направления русской философии XIX – XX веков. Обведите цифры, под которыми они указаны.

- 1) теологическое
- 2) эпикурейское
- 3) западническое и славянофильское
- 4) марксизма – ленинизма
- 5) объективного идеализма

Часть С

15. Назовите любые три черты, объединяющие древнегреческую и древнеримскую философию.

16. Какой смысл ученые вкладывают в понятие «философия»? Привлекая знания дисциплины, составьте два предложения, содержащие информацию о философии как науке.

17. Напишите три глобальных проблемы современного мира. К каждой проблеме приведите краткий пример (сначала пишите проблему, затем приводите пример).

18. Выберите одно из предложенных ниже высказываний и изложите свои мысли (свою точку зрения, отношение) по поводу поднятой проблемы. Приведите необходимые аргументы для обоснования своей позиции. Выполняя задание, используйте знания, полученные по дисциплине, соответствующие понятия, а также факты общественной жизни и собственный жизненный опыт.

- 1) «Философия — мать всех наук» (Цицерон).
- 2) «Философы — это люди, которые к ключам подбирают замки» (Станислав Лем)
- 3) «Философия одного века – это здравый смысл следующего» (Генри Уорд Бичер)

4.Эталоны ответов

Часть А

№№ 1Б, 2А, 3А, 4Б, 5А, 6Б, 7В, 8Б, 9Б, 10Б.

Часть В

№ 11. - А4 Б1 В3 Г2

№ 12. - А4 Б1 В2 Г3

№ 13. - Схоластика.

№ 14. - 1,3,4

Часть С

№ 15. Три черты, объединяющие древнегреческую и древнеримскую философию: 1) обе философские школы относятся к периоду Античности (примерно VII век до нашей эры до 5-6 веков нашей эры); 2) влияние полисной демократии на развитие философии; 3) заложены идеалистическое и материалистическое направления в философии. Обучающимся могут быть приведены три любые аргумента, не противоречащих научному знанию.

№ 16. Философия — это наука о мире в целом, об общих принципах и закономерностях его бытия и характеризуется систематичностью, полнотой и аргументированностью рассмотрения мировоззренческих проблем, использованием специальных философских понятий и методов. История философии насчитывает более 2500 лет. Видными представителями философских школ разных периодов являются Аристотель, Сократ, И. Кант, К.Г. Юнг, Ф.М. Достоевский и др. Обучающимся могут быть составлены любые три предложения, не противоречащих научному знанию. Первое – понятие философии как науки, два других – информация о философии в любом контексте.

№ 17. Глобальные проблемы современного мира: 1) экологическая (загрязнение Мирового океана), 2) проблема международного терроризма (террористические акты в Западной и Восточной Европе (Лондон, Париж, Мадрид, Москва), США (Вашингтон, Нью-Йорк), Индонезия (Бали), Африка (Конго); 3) демографическая (в развитых странах Запада наблюдается демографический кризис, связанный с низкой рождаемостью, старением населения. В странах Азии и Африки происходит стремительный рост населения. Численность населения развивающихся стран в 3 раза превышает численность населения развитых стран). Обучающимся могут быть приведены три проблемы и примеры к ним, не противоречащие научному знанию.

№ 18. В рассуждении студента должен быть соблюден алгоритм: 1) смысл высказывания раскрыт (проблема, которую поднимает автор); 2) выбранная тема раскрыта обучающимся в 1-2 аспектах с опорой на соответствующие понятия, теоретические положения, рассуждения и выводы; 3) факты и примеры, относящиеся к обосновываемому тезису почерпнуты из различных источников: используются сообщения СМИ, материалы учебных дисциплин, факты личного социального опыта и собственные наблюдения; 4) приведено не менее двух примеров из различных источников; 5) сделан вывод.

4.Критерии оценки ответов

Оценка «5» - выполнено 75 % заданий части А + 50 % заданий части В + 50 % заданий части С

Оценка «4» - выполнено 75 % заданий части А + 50 % заданий части В

Оценка «3» - выполнено 75 % заданий части А. Оценка 3 «удовлетворительно может быть поставлена, если обучающийся выполнил менее 60 % заданий части А любые два задания частей В и С.

Оценка «2» - выполнено менее 75 % заданий части А. Оценка 2 «неудовлетворительно может быть поставлена, если обучающийся выполнил менее 75 % заданий части А и ни одного задания частей В и С.

5.Раздаточные материалы.

6.Зачетная ведомость

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОБЩЕГО ГУМАНИТАРНОГО И СОЦИАЛЬНО-
ЭКОНОМИЧЕСКОГО ЦИКЛА**

ОГСЭ.03 История

подготовки специалистов среднего звена

код специальности: 49.02.02. Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе рабочей программы и в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности: 49.02.02. «Адаптивная физическая культура учебной дисциплины «История».

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Михайлова Ирина Александровна, преподаватель истории.

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины(предмета)
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины (предмета) по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания)
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины ОГСЭ.03 «История» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02. «Адаптивная физическая культура» на базовом уровне следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

- основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.);
- сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX - начале XXI вв.;
- основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира;
- назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций и основные направления их деятельности;
- о роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций;
- содержание и назначение важнейших правовых и законодательных актов мирового и регионального значения.

Обучающийся должен уметь:

- ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире;
- выявлять взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем.

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникативные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, её регулирующих.

Формируемые ПК:

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является дифференцированный зачёт.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У.1 Ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире;	Определять положение России в мире, характеризовать её экономическую, политическую и культурную ситуации;
У.2 Выявлять взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем.	Уметь логически обоснованно объяснять взаимосвязь политических и культурных процессов разного уровня.
Знать:	
З.1 Основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.);	Называть основные регионы мира и направления их развития
З.2 Сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX-начале XXI в.;	Формулировать сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX-начале XXI в.;
З.3 Основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира;	Перечислять основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира;
З.4 Назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций и основные направления их деятельности;	Называть основные международные организации и направления их деятельности
З.5 О роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций;	Сформулировать значение науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций;

3.6 Содержание и назначение важнейших правовых и законодательных актов мирового и регионального значения.	Знать названия и источники важнейших правовых и законодательных актов мирового и регионального значения.
ОК 1-11, ПК 3.2-3.4	

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Тема 1.1. Введение	3. 1, У. 1 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос	У 1-2 З 1-6 ОК 2-3 ПК 3.2-3.4	3 семестр – дифференцированны й зачёт
Тема 1.2 Дезинтеграционны е процессы в России и странах Восточной Европы во второй половине 80-х гг. XX в.	3. 1, 3. 2 У 1. У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос Самостоятель ная работа Тестирование		
Тема 1.3. Августовский политический кризис 1991 г. и его последствия	3. 2, 3. 3 У. 1, У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос, Самостоятель ная работа		
Тема 2.1. Развитие России в конце XX – начале XXIв.	3.3, 3.5. 3. 6 У. 1, У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос Практическая работа Тестирование Самостоятель ная работа		
Тема 2.2 Развитие ведущих государств мира в конце XX – начале XXIв.	3.1, 3. 3, 3. 4, 3. 5 У. 1, У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос Тестирование Самостоятель ная работа		
Тема 2.3 Локальные и региональные	3. 1, 3. 2. 3. 4 У. 1, У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4	Устный опрос Тестирование Самостоятель ная работа		

конфликты современности	ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.			
Тема 2.4 Важнейшие правовые и законодательные акты мирового и регионального значения	3.3, 3.4. 3.6 У. 1, У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос Тестирование Самостоятельная работа		
Тема 2.5 Россия и мировые интеграционные процессы	3.3, 3.4. 3.5, 3.6 У. 1, У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос Тестирование Самостоятельная работа		
Тема 2.6 Развитие культуры, науки и религии в России.	3.5 У. 1, У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос Тестирование Самостоятельная работа		
Тема 2.7 Перспективы развития РФ в современном мире.	3.3, 3.5, 3.6 У. 1, У. 2 ОК 01- 11. ПК 3.2-3.4 ЛР 1-3, 5, 8, 12-20.	Устный опрос Тестирование Самостоятельная работа		

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные, грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Отметка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Отметка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы,

Отметка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Тестирование. Критерии оценивания.

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
85-100	5	отлично
70-84	4	хорошо
55- 69	3	удовлетворительно
менее 55	2	неудовлетворительно

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Дифференцированный зачёт

1. Форма проведения: письменная, тест.

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование учебного кабинета:

- комплект учебно-наглядных пособий;
- комплект электронных видеоматериалов;
- задания для промежуточной аттестации
- посадочные места по количеству обучающихся;

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

1. Артемов В.В., Лубченков Ю.Н. История для профессий и специальностей технического, естественнонаучного, гуманитарного профилей: учебник. – М., 2017г.
2. Артемов В.В., Лубченков Ю.Н. История для профессий и специальностей технического, естественнонаучного, гуманитарного профилей. Практикум: учеб. пособие. –М., 2017.
3. Артемов В.В., Лубченков Ю.Н. История для профессий и специальностей технического, естественно-научного, гуманитарного профилей. Контрольные задания: учеб. пособие. –М., 2017.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

1.1. Перечень тем:

- Дезинтеграционные процессы в СССР и Европе во второй половине 1980-х г.;
- Августовский политический кризис 1991 г. и его последствия;
- Развитие России в конце XX – начале XXI вв.;

- Локальные и региональные конфликты современности;
- Россия и мировые интеграционные процессы;
- Развитие культуры, науки и религии в России
- Перспективы развития РФ в современном мире

1.2. Перечень вопросов, выносимых на дифференцированный зачёт

Вариант I

Часть А

- В этом году был подписан договор ОДКБ:
 - 1991
 - 1996
 - 1992
 - 1993
 - 1994
- Какая специализированная организация в составе ООН занимается вопросами образования, науки и культуры?
 - ВОЗ
 - ЮНИСЕФ
 - ЮНЕСКО
 - МВФ.
- Что из перечисленного относится к экономическим последствиям глобализации?
 - глобальные проблемы
 - деятельность транснациональных корпораций
 - создание глобальной финансовой сети
 - развитие международной торговли
 - создание всемирной компьютерной сети
 - рост миграции
- Какие права получили граждане СССР согласно статьям Конституции РФ 1993 года?
 - На труд
 - На отдых
 - На бесплатное образование
 - На жилище
 - На создание политических партий
- Эти два государства, объединившиеся в 1990 году, признали друг друга только в 1992 году.
 - ФРГ и ГДР
 - КНДР и КНР
 - СФРЮ и НРА
 - ЧССР и УССР
- Террористический акт в Беслане произошёл:
 - 1 сентября 2011 г.;
 - 1 сентября 2001 г.;
 - 1 сентября 2004 г.;
 - 1 сентября 2000 г.
- Назовите основные приоритеты внешней политики России. Выберите несколько вариантов ответа:
 - Обеспечение надёжной безопасности
 - Укрепление суверенитета
 - Сохранение территориальной целостности
 - Содействие позитивному восприятию РФ в мире
 - Усиление позиций в мировом сообществе
- Эти организации социалистического блока прекратили существование в 1991 году.
 - ОВД
 - СЭВ
 - КПСС
 - КГБ
 - ОДКБ
- В каких городах России произошли теракты в сентябре 1999 года?
 - Буйнакск
 - Волгодонск
 - Орел
 - Москва
 - Калуга
- К странам Восточной Европы в послевоенный период относили:
 - Испания, Португалия, Греция;
 - Польша, Венгрия, Румыния;
 - Дания, Норвегия, Швеция;
 - Франция, Бельгия, Голландия;
 - Германия, Италия, Испания
- Как называется система образования, переход на которую произошёл в России в 2003 году?
 - Лондонская

- 2) Болонская
- 3) Американская
- 4) Европейская
- 5) Женевская
12. Назовите основные условия вступления государств в ЕС.
 - 1) Согласие на вступление в НАТО
 - 2) Отсутствие в правительстве коммунистов
 - 3) Соблюдение прав и свобод человека
 - 4) Стабильное демократическое правительство
 - 5) Рыночная экономика
 - 6) Признание верховенства закона
13. В начале XXI века на территории бывшего СССР прокатилась волна изменений политических режимов, которая получила название;
 - 1) «цветные революции»
 - 2) «бархатные революции»
 - 3) «октябрьские революции»
 - 4) «демократические перевороты»
14. Какие три художественных произведения были опубликованы в период перестройки:
 - 1) «Белые одежды» – В. Дудинцева;
 - 2) «Война и мир» – Л. Толстого;
 - 3) «Ночевала тучка золотая» – А. Приставкина;
 - 4) «Тихий Дон» – М. Шолохова;
 - 5) «Колымские рассказы» – В. Шаламова;
 - 6) «Рассказы» – М. Зощенко.
15. Беловежское соглашение 1991 г. объявило:
 - 1) Принятие новой Конституции СССР;
 - 2) Вывод советских войск из ГДР;
 - 3) Создание СНГ;
 - 4) Создание ГКЧП;
 - 5) Роспуск КПСС.

Часть В

16. Какому термину соответствует определение?
Бескровные переходы от социалистической к либеральной системе в государствах Восточной Европы получили название «_____».
17. Укажите истинность утверждений о реформе управления в 2000-е гг.:
 - 1) Отменены губернаторские выборы.
 - 2) Президент не имел права отзывать губернаторов с должности.
 - 3) Численность партий не имела минимальных или максимальных ограничений.
 - 4) Были укрупнены министерства.
 - 5) Выборы в Думу проходили по партийным спискам.
18. Укажите три изменения, которые произошли в культурной жизни СССР в период перестройки:
 - 1) Появление бесплатного образования;
 - 2) Возвращение «запрещенных» книг и фильмов;
 - 3) Утверждение коммунистической идеологии;
 - 4) Изменение положения церкви;
 - 5) Ужесточение цензуры;
 - 6) Появление продукции западной культуры.
19. Установите соответствие: август 1991 года:

1. М.С. Горбачев	А) Президент РФ
2. Г.И. Янаев	Б) Премьер-министр

3. В.С. Павлов	В) Президент СССР
4. Р.И. Хасбулатов	Г) Вице-президент СССР
5. Б.Н. Ельцин;	Д) Председатель Верховного Совета
	Е) Генеральный прокурор

Часть С

20. В исторической науке существуют дискуссионные проблемы, по которым высказываются различные, часто противоречивые точки зрения. Ниже приведена одна из спорных точек зрения, существующих в исторической науке.

«Экономическая политика российского правительства в начале 1990-х гг., известная как "шоковая терапия", способствовала преодолению кризисных явлений в экономике».

Используя исторические знания, приведите два аргумента, которыми можно подтвердить данную точку зрения, и два аргумента, которыми можно опровергнуть её. При изложении аргументов обязательно используйте исторические факты.

4 Эталоны ответов обучающихся

1.3, 2.3, 3.2,3,4,6, 4. 5, 5. 1, 6.3, 7.1-5, 8.1,2, 9.1,2,4, 10.2, 11.2, 12.3,4,5,6, 13. 2, 14. 1,3,5, 15. 3, 16. Бархатные революции, 17. 1-г, 2-а, 3-в, 4-б, 18. 2,4,6, 19. 1-в,2-г,3-б, 4-д, 5-а
20. аргументы в подтверждение:

– либерализация торговли и отпуск цен позволили насытить рынок товарами и продуктами первой необходимости

и ликвидировать угрозу голода;

– либерализация торговли содействовала развитию российского рынка в сфере импортных операций;

аргументы в опровержение:

– отпуск цен привёл к беспрецедентному их росту в сфере потребительского рынка, оптового рынка на продукцию промышленных предприятий, к росту закупочных цен на сельскохозяйственную продукцию, росту тарифов на коммунальные и другие услуги;

– политика «шоковой терапии», приведшая к резкому падению реальных доходов населения и обесценивание денежных накоплений в банке,

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
Обучающийся должен знать:	
3.1 Основные направления развития ключевых регионов мира на рубеже веков (XX и XXI вв.);	Знает основные регионы мира и направления их развития;
3.2 Сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX-начале XXI в.;	Формулирует сущность и причины локальных, региональных, межгосударственных конфликтов в конце XX-начале XXI в.;
3.3 Основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира;	Перечисляет основные процессы (интеграционные, поликультурные, миграционные и иные) политического и экономического развития ведущих государств и регионов мира;
3.4 Назначение ООН, НАТО, ЕС и других организаций и основные направления их деятельности;	Называет основные международные организации и направления их деятельности;
3.5 О роли науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций;	Формулирует значение науки, культуры и религии в сохранении и укреплении национальных и государственных традиций;

3.6 Содержание и назначение важнейших правовых и законодательных актов	Знает названия и источники важнейших правовых и законодательных актов мирового и регионального значения.
Обучающийся должен уметь:	
У.1 Ориентироваться в современной экономической, политической и культурной ситуации в России и мире;	Определяет положение России в мире, характеризует её экономическую, политическую и культурную ситуации;
У.2 Выявлять взаимосвязь отечественных, региональных, мировых социально-экономических, политических и культурных проблем.	Умеет логически обоснованно объяснять взаимосвязь политических и культурных процессов разного уровня.
ОК1-11, ПК 3.2-3.4	

5. Критерии оценки ответов

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
85-100	5	отлично
70-84	4	хорошо
55- 69	3	удовлетворительно
менее 55	2	неудовлетворительно

6. Зачетная ведомость

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОГСЭ. 04 Иностранный язык

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура программы учебной дисциплины «Иностранный язык».

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Стрельникова Валерия Денисовна, преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины(предмета)
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины (предмета) по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины «Иностранный язык» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

3.1	лексический (1200–1400 лексических единиц) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности

Обучающийся должен уметь:

У. 1	общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы
У. 2	переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности
У. 3	самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас

Личностные результаты учебной дисциплины

Код	Личностные результаты реализации программы (<i>дескрипторы</i>)
ЛР 1	Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.
ЛР 2	Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости. Экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующие и участвующие в деятельности общественных организаций. Готовый использовать свой личный и профессиональный потенциал для защиты национальных интересов России.
ЛР 3	Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.
ЛР 4	Принимающий семейные ценности своего народа, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.
ЛР 5	Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.
ЛР 6	Принимающий цели и задачи научно-технологического, экономического, информационного развития России, готовый работать на их достижение. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностного и профессионального, конструктивного «цифрового следа».
ЛР 7	Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с

	другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.
ЛР 8	Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.
ЛР 9	Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛР 10	Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.
ЛР 11	Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением.
ЛР 12	Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
Личностные результаты реализации программы, определенные ключевыми работодателями	
ЛР 13	Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе
ЛР 14	Стрессоустойчивость, коммуникабельность
ЛР 15	Опыт научно-исследовательской деятельности
ЛР 16	Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.
Личностные результаты реализации программы, определенные субъектами образовательного процесса	
ЛР 17	Инновационность мышления в реализации производственных задач
ЛР 18	Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия
ЛР 19	Профессиональная идентичность и ответственность
ЛР 20	Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития

Обучающийся должен иметь практический опыт: решения прикладных задач в области профессиональной деятельности.

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения

профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

профессиональными компетенциями, соответствующим основным видам профессиональной деятельности:

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является дифференцированный зачёт.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы	сообщает наиболее важную информацию по теме или проблеме (в устной/письменной форме)

ОК 1-9	
У. 2 Переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	использует переводные (двухязычные) и толковые (одноязычные) словари и другую справочную литературу; относительно полно и точно понимает высказывания собеседника в распространенных стандартных ситуациях повседневного и профессионального общения; использует современные электронные ресурсы (в том числе ресурсы сети Интернет) с целью поиска информации, необходимой в образовательных и самообразовательных целях полностью отражает в содержании перевода содержание оригинала Систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов. Участвует в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.
У.3 Самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас ОК 1-7	участвует в беседе на знакомые повседневные темы (запрос информации, обращение за разъяснениями, выражение своего отношения к высказыванию партнера и своего мнения по обсуждаемой теме) излагает сведения о себе в форме, принятой в стране /странах изучаемого языка (автобиография/резюме)
Знать:	
3. 1 лексический (1200–1400 лексических единиц) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности ОК 1-11	Значения лексических единиц и грамматических форм, необходимых для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)Т

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля

Моя спортивная жизнь	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Устный опрос. Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	3, 5, 7 семестры контрольные работы, 4, 6, 8 семестры – дифференцированный зачёт
Российская Федерация и её города	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Устный опрос. Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	
Страны изучаемого языка	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	
Спорт и физическая культура в нашей жизни	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 1.1-1.5	Устный опрос. Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	
Подготовка специалистов по физической культуре и спорту	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	
Соревнования	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Устный опрос. Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	
Различные виды спорта	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	
Спорт и здоровье	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Устный опрос. Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	
Великие спортсмены мира	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2	Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	

	ПК 3.4			
Избранный вид спорта	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Устный опрос. Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 50	
Выдающиеся педагоги в области физической культуры и спорта	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 1-11 ПК 3.2 ПК 3.4	Самостоятельная и практическая работа.	У. 1, 2, 3, 3.1 ОК 2, 4, 5	

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа (3 семестр)

1. Форма проведения: письменная работа.

2. Условия выполнения

1. Инструкция для обучающихся:

2. Время выполнения: 90 минут.

3. Оборудование учебного кабинета: материалы контрольной работы; комплект учебно-наглядных пособий; задания для контрольной работы: посадочные места по количеству обучающихся.

4. Технические средства обучения: нет.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на контрольной работе: тетрадь с конспектами, словарь.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет материалов

1. Перечень вопросов (тем), которые включает контрольная работа:

- Моя спортивная жизнь
- Российская Федерация и её города

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы ОК 1-9	-сообщает наиболее важную информацию по теме или проблеме (в устной/письменной форме)
У. 2 Переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности ОК 1-11 ПК 3.2	-использует переводные (двуязычные) и толковые (одноязычные) словари и другую справочную литературу относительно полно и точно понимает высказывания собеседника в распространенных стандартных ситуациях повседневного и профессионального общения использует современные электронные ресурсы (в том числе ресурсы сети Интернет) с целью поиска информации, необходимой в образовательных и самообразовательных

	целях полностью отражает в содержании перевода содержание оригинала Систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
У. 3 Самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас ОК 1-7	-участвует в беседе на знакомые повседневные темы (запрос информации, обращение за разъяснениями, выражение своего отношения к высказыванию партнера и своего мнения по обсуждаемой теме) излагает сведения о себе в форме, принятой в стране /странах изучаемого языка (автобиография/резюме)
Знать:	
3. 1 Лексический минимум (1200-1400 лексических единиц, обслуживающих социально-бытовую и профессиональную сферу, включая оценочную лексику и этикетные клише) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности ОК 1-11	-значения лексических единиц и грамматических форм, необходимых для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности

Образец контрольной работы

Поставьте глагол to be в настоящем времени или вспомогательные глаголы do\does, have

1. — Hello, I ... Kate Kern. And what ... your name?
2. — Hi, my name ... Ann Brown. I ... glad to meet you.
3. — Where ... you live, Ann?
4. — I ... from Leeds. And where ... you from?
5. — I ... from London. Where ... a sports center in Leeds?
6. — Yes, there ... three big sports centers in my town.
7. — What ... your favourite sport?
8. — I like swimming. And what about you? ... you like swimming?
9. — No, I But my best friend ... And I like tennis.
10. — ... you ... any hobbies? ... you like reading?
11. — Yes, I ...

12. — What ... your favourite books?
— I like detective stories. Do you?
13. — No, I ... you ... any brothers or sisters?
14. — No, I ... an only child.
15. — And I ... a brother.
16. — How old ... he?
17. — He ... 4. He ... go to school. I help him much.
18. — You ... a happy girl

4. Эталоны ответов.

1. am, is; 2. is, am; 3. do; 4. am, are; 5. am, is; 6. are; 7. is; 8. do; 9. don't, does; 10. have... got (do... have), do; 11. am; 12. are; 13. don't, have ...got (do ... have); 14. am; 15. have; 16. is; 17. is, is; 18. are.

5. Критерии оценки ответов обучающихся

Каждое правильно выполненное задание оценивается одним баллом.

Максимальный первичный балл за всю работу – 18 баллов.

Оценка 5 «отлично» - 85 – 100 %

Оценка 4 «хорошо» - 70 – 85 %

Оценка 3 «удовлетворительно» - 55 – 70 %

Оценка 2 «неудовлетворительно» – 0 – 55 %

2. Дифференцированный зачёт (4 семестр)

1. **Форма проведения:** письменная работа.

2. **Условия выполнения**

- Инструкция для обучающихся.
- Время выполнения: 90 минут.
- Оборудование учебного кабинета: нет: материалы контрольной работы; комплект учебно-наглядных пособий; задания для контрольной работы; посадочные места по количеству обучающихся.
- Технические средства обучения: нет.
- Информационные источники, допустимые к использованию на контрольной работе: тетрадь с конспектами, словарь.
- Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. **Пакет материалов**

1. Перечень вопросов (тем), которые включает дифференцированный зачёт:

- Моя спортивная жизнь
- Российская Федерация и её города
- Страны изучаемого языка
- Спорт и физическая культура в нашей жизни

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. Общаться (устно и письменно) на	-сообщает наиболее важную информацию по

иностранном языке на профессиональные и повседневные темы ОК 1-9	теме или проблеме (в устной/письменной форме)
У. 2 Переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности ОК 1-11 ПК 3.2	-использует переводные (двухязычные) и толковые (одноязычные) словари и другую справочную литературу относительно полно и точно понимает высказывания собеседника в распространенных стандартных ситуациях повседневного и профессионального общения использует современные электронные ресурсы (в том числе ресурсы сети Интернет) с целью поиска информации, необходимой в образовательных и самообразовательных целях полностью отражает в содержании перевода содержание оригинала Систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
У. 3 Самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас ОК 1-7	-участвует в беседе на знакомые повседневные темы (запрос информации, обращение за разъяснениями, выражение своего отношения к высказыванию партнера и своего мнения по обсуждаемой теме) излагает сведения о себе в форме, принятой в стране /странах изучаемого языка (автобиография/резюме)
Знать:	
З. 1 Лексический минимум (1200-1400 лексических единиц, обслуживающих социально-бытовую и профессиональную сферу, включая оценочную лексику и этикетные клише) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности ОК 1-11	-значения лексических единиц и грамматических форм, необходимых для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности

Образец дифференцированного зачёта

Choose the right variant

- 1 ... 1957, Russia announced the launching of a sputnik.
 - a) In October 4th
 - b) On October 4th
 - c) On 4th October
2. Yuri Gagarin was ... first man in space.
 - a) a
 - b) the
 - c) —
3. My friend Jack lives ... 55, Main Street ... Apartment 20.
 - a) in; in
 - b) at; in
 - c) on; at
4. He likes reading books by American authors of... century.
 - a) nineteen
 - b) the 19th century
 - c) the nineteen
5. There are more than three ... year-files of magazines and newspapers in the reading-room.
 - a) hundred
 - b) hundreds
 - c) hundred of
6. ... people watched the Olympic Games on television.
 - a) millions
 - b) Millions of
 - c) Million
7. Are all the students here? — Two-thirds of the group ... absent.
 - a) are
 - b) is
8. Helen felt tired; three miles ... too far to walk.
 - a) was
 - b) had
 - c) were
9. Twenty dollars ... too much for such a trifle.
 - a) is
 - b) are
10. The friends were just in time to catch ... train.
 - a) 4 o'clock
 - b) the four o'clock's
 - c) the four o'clock
11. At the end of the contest, twenty-one ... got prizes.
 - a) boy and girl
 - b) boys and girls
 - c) boy and girls

12. Henry ..., the Tudor king of England, became known for ... number of his marriages.
a) Eight; a
b) the Eighth; the
c) Eighth; the
13. The Beatles were very popular in ... and the mid
a) the 1960s; 70s
b) 1960;1970
c) 1960;70s
14. ... Boxing Day is celebrated in the United Kingdom ... the second day after Christmas.
a) The; at
b) A; in
c) —; on
15. The British Prime Minister resides at
a) Downing Street 10
b) 10 Downing Street
c) No 10 Downing Street
16. Japan's surrender marked the end of
a) the World War Two
b) World War II
c) the Second World War
17. What does she want? – A dozen ... eggs and a pound ... raisins.
a) - ; of
b) of; of
c) -; -
18. There are two ... in my telephone number.
a) 6
b) 6's
c) 6th

4. Эталоны ответов.

1. b, c, 2. b, 3. b, 4. b, 5. a, 6. b, 7. a, 8. a, 9. a, 10. c, 11. b, 12. b, 13. a, 14. c, 15. b, c, 16. b, c, 17. a, 18. b.

5. Критерии оценки ответов обучающихся

Каждое правильно выполненное задание оценивается одним баллом.

Максимальный первичный балл за всю работу – 18 баллов.

Оценка 5 «отлично» - 85 – 100 %

Оценка 4 «хорошо» - 70 – 85 %

Оценка 3 «удовлетворительно» - 55 – 70 %

Оценка 2 «неудовлетворительно» – 0 – 55 %

3. Контрольная работа (5 семестр)

1. Форма проведения: письменная работа.

2. Условия выполнения

1. Инструкция для обучающихся.

2. Время выполнения: 90 минут.

3. Оборудование учебного кабинета: материалы контрольной работы;

- комплект учебно-наглядных пособий; задания для контрольной работы; посадочные места по количеству обучающихся.

4. Технические средства обучения: нет.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на контрольной работе: тетрадь с конспектами, словарь.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет материалов

1. Перечень вопросов (тем), которые включает контрольная работа:

- Спорт и физическая культура в нашей жизни
- Подготовка специалистов по физической культуре и спорту

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы ОК 1-9	-сообщает наиболее важную информацию по теме или проблеме (в устной/письменной форме)
У. 2 Переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности ОК 1-11 ПК 3.2	-использует переводные (двухязычные) и толковые (одноразличные) словари и другую справочную литературу относительно полно и точно понимает высказывания собеседника в распространенных стандартных ситуациях повседневного и профессионального общения использует современные электронные ресурсы (в том числе ресурсы сети Интернет) с целью поиска информации, необходимой в образовательных и самообразовательных целях полностью отражает в содержании перевода содержание оригинала Систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
У. 3 Самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас ОК 1-7	-участвует в беседе на знакомые повседневные темы (запрос информации, обращение за разъяснениями, выражение своего отношения к высказыванию партнера)

	и своего мнения по обсуждаемой теме) излагает сведения о себе в форме, принятой в стране /странах изучаемого языка (автобиография/резюме)
Знать:	
3. 1 Лексический минимум (1200-1400 лексических единиц, обслуживающих социально-бытовую и профессиональную сферу, включая оценочную лексику и этикетные клише) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности ОК 1-11	-значения лексических единиц и грамматических форм, необходимых для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности

Образец контрольной работы

Choose the right variant

1. often - the cinema -The Milnes - to - go
 - a) The Milnes go to the cinema often
 - b) The Milnes often go to the cinema.
2. cigarettes-his -give -him
 - a) Give his cigarettes him.
 - b) Give him his cigarettes.
3. the theatre - go - often - very - we - to
 - a) We go to the theatre very often.
 - b) We very often go to the theatre.
 - c) Very often we go to the theatre.
4. him -give - to -cigarettes - his
 - a) Give to him his cigarettes.
 - b) Give his cigarettes to him.
5. drink -coffee -I - usually -strong - don't
 - a) I usually don't drink strong coffee
 - b) I don't usually drink strong coffee
 - c) I don't drink strong coffee usually.
6. round-at-table-wooden-they-a-large-sat
 - a) They sat at a large wooden round table. .
 - b) They sat at a round large wooden table.
 - c) They sat at a large round wooden table
7. doing -men - what - those - are?
 - a) What are those men doing?
 - b) What are doing those men ?
 - c) What those men are doing?
8. the news – yesterday – saw – television – I – on

- a) I yesterday saw the news on television.
- b) I saw on television the news yesterday.
- c) Yesterday I saw the news on television.
- 9. the novel – much – I – very - liked
- a) I very much liked the novel.
- b) I liked very much the novel.
- c) I liked the novel very much.
- 10. to – came – the office – he – yesterday – taxi - by
- a) He came by taxi to the office yesterday.
- b) He came to the office, by taxi yesterday.
- c) Yesterday he came by taxi to the office.
- 11. the table – and – on – is – there – two – a book - pens
- a) There is a book and two pens on the table.
- b) There is two pens and a book on the table.
- c) On the table there is a book and two pens.
- 12. tell – didn't – me – you – the truth – why?
- a) Why you didn't tell me the truth?
- b) Why didn't you tell me the truth?
- c) Why didn't you tell the truth me?
- 13. where – me – could – is the market – you – tell
- a) Could you tell me where the market is?
- b) Could you tell me where is the market?
- 14. airport – 10 p.m. – you'll – the – at – at - arrive
- a) You'll arrive at the airport at 10p.m.
- b) You'll arrive at 10p.m. at the airport.
- c) At the airport you'll arrive at 10 p.m.

4. Эталоны ответов.

1. b, 2. b, 3. a, 4. b, 5. b, 6. c, 7. a, 8. c, 9. c, 10. b, 11. a, 12. b, 13. a, 14. a.

5. Критерии оценки ответов обучающихся

Каждое правильно выполненное задание оценивается одним баллом.

Максимальный первичный балл за всю работу – 14 баллов.

Оценка 5 «отлично» - 85 – 100 %

Оценка 4 «хорошо» - 70 – 85 %

Оценка 3 «удовлетворительно» - 55 – 70 %

Оценка 2 «неудовлетворительно» – 0 – 55 %

4. Дифференцированный зачёт (6 семестр)

1. Форма проведения: письменная работа.

2. Условия выполнения

1. Инструкция для обучающихся.

2. Время выполнения: 90 минут.

3. Оборудование учебного кабинета: материалы контрольной работы; комплект учебно-наглядных пособий; задания для контрольной работы; посадочные места по количеству обучающихся.

4. Технические средства обучения: нет.
5. Информационные источники, допустимые к использованию на контрольной работе: тетрадь с конспектами, словарь.
6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет материалов

1. Перечень вопросов (тем), которые включает дифференцированный зачёт:

- Спорт и физическая культура в нашей жизни
- Подготовка специалистов по физической культуре и спорту
- Соревнования
- Различные виды спорта

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы ОК 1-9	-сообщает наиболее важную информацию по теме или проблеме (в устной/письменной форме)
У. 2 Переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности ОК 1-11 ПК 3.2	-использует переводные (двуязычные) и толковые (одноязычные) словари и другую справочную литературу относительно полно и точно понимает высказывания собеседника в распространенных стандартных ситуациях повседневного и профессионального общения использует современные электронные ресурсы (в том числе ресурсы сети Интернет) с целью поиска информации, необходимой в образовательных и самообразовательных целях полностью отражает в содержании перевода содержание оригинала Систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
У. 3 Самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас	-участвует в беседе на знакомые повседневные темы (запрос информации, обращение за разъяснениями, выражение

ОК 1-7	своего отношения к высказыванию партнера и своего мнения по обсуждаемой теме) излагает сведения о себе в форме, принятой в стране /странах изучаемого языка (автобиография/резюме)
Знать:	
3. 1 Лексический минимум (1200-1400 лексических единиц, обслуживающих социально-бытовую и профессиональную сферу, включая оценочную лексику и этикетные клише) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности ОК 1-11	-значения лексических единиц и грамматических форм, необходимых для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности

Образец дифференцированного зачёта

Choose the right variant.

- ... no life on Mars.
a) It is
b) There is
c) There are
- There aren't... unknown ways of mastering a foreign language.
a) some
b) any
c) no
- ... is wonderful weather we're having isn't...?
a) There, it
b) It, it
c) There, there
- Once upon a time ... a beautiful prince.
a) it was
b) there was
c) there lived
- My sister bought a lot of apples and ... a single rotten one among them.
a) there weren't
b) there wasn't
c) there was no
- How many groups of dialects ... in Old English? — Three.
a) were there
b) was there
c) there were
- ... the girls who asked me to telephone you.

- a) It was
 - b) There were
 - c) It were
8. When we opened the box, we saw that... nothing in it.
- a) it was
 - b) there were
 - c) there was
9. There is ... in the hall waiting for you.
- a) your sister
 - b) Mrs. Smith
10. When ... a break for lunch? I'm hungry.
- a) will be there
 - b) will there be
11. ... two children playing on the road at that time.
- a) It were
 - b) It was
 - c) There were
12. ... cold tomorrow morning and I'm afraid ... a lot of snow on the roads.
- a) There will be; it will be
 - b) It will be; there will be
 - c) It's going to be; there's going to be
13. ... only a loaf of bread and some eggs on the table.
- a) It was
 - b) There was
 - c) There were
14. ... seems to be something wrong with my computer. — ... nothing the matter with it.
- a) There is; It is
 - b) There; There is
 - c) It; it is

4. Эталоны ответов.

1. b, 2. b, 3. b, 4. b, c, 5. b, 6. a, 7. a, 8. c, 9. c, 10. b, 11. c, 12. b, c, 13. b, 14. b.

5. Критерии оценки ответов обучающихся

Каждое правильно выполненное задание оценивается одним баллом.

Максимальный первичный балл за всю работу – 14 баллов.

Оценка 5 «отлично» - 85 – 100 %

Оценка 4 «хорошо» - 70 – 85 %

Оценка 3 «удовлетворительно» - 55 – 70 %

Оценка 2 «неудовлетворительно» – 0 – 55 %

5. Контрольная работа (7 семестр)

1. Форма проведения: письменная работа.

2. Условия выполнения

1. Инструкция для обучающихся:

2. Время выполнения: 90 минут.

3. Оборудование учебного кабинета: материалы контрольной работы; комплект учебно-наглядных пособий; задания для контрольной работы; посадочные места по количеству обучающихся.

4. Технические средства обучения:

5. Информационные источники, допустимые к использованию на контрольной работе: тетрадь с конспектами, словарь.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет материалов

1. Перечень вопросов (тем), которые включает контрольная работа:

- Спорт и здоровье
- Великие спортсмены мира

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы ОК 1-9	-сообщает наиболее важную информацию по теме или проблеме (в устной/письменной форме)
У. 2 Переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности ОК 1-11 ПК 3.2	-использует переводные (двухязычные) и толковые (одноязычные) словари и другую справочную литературу относительно полно и точно понимает высказывания собеседника в распространенных стандартных ситуациях повседневного и профессионального общения использует современные электронные ресурсы (в том числе ресурсы сети Интернет) с целью поиска информации, необходимой в образовательных и самообразовательных целях полностью отражает в содержании перевода содержание оригинала Систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
У. 3 Самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас	-участвует в беседе на знакомые повседневные темы (запрос информации, обращение за разъяснениями, выражение

ОК 1-7	своего отношения к высказыванию партнера и своего мнения по обсуждаемой теме) излагает сведения о себе в форме, принятой в стране /странах изучаемого языка (автобиография/резюме)
Знать:	
3. 1 Лексический минимум (1200-1400 лексических единиц, обслуживающих социально-бытовую и профессиональную сферу, включая оценочную лексику и этикетные клише) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности ОК 1-11	-значения лексических единиц и грамматических форм, необходимых для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности

Образец контрольной работы

Choose the right variant

- I can give Bob the message if I (see) him.
 - will see
 - see
- If I (hear) any news, I (phone) you.
 - will hear, will phone
 - will hear, phone
 - hear, will phone
- If the weather (be) fine tomorrow, we are going to have a picnic.
 - is
 - will be
- Hurry up! If you (catch) a taxi, you (meet) Mary at the station.
 - catch, will meet
 - will catch, meet
 - will catch, will meet
- When I (arrive) in Manchester next week, I (phone) you.
 - will arrive, will phone
 - will arrive, phone
 - arrive, will phone
- If he (not/be) busy tomorrow morning, he probably (give) you a lift.
 - isn't busy, will probably give
 - won't be, will probably give
 - won't be, probably gives
- Call for an ambulance if he (feel) worse.
 - will feel
 - feels

- c) feel
8. Mrs. Clay (go) shopping today if she (finish) her work earlier than usual.
- a) goes, will finish
- b) will go, will finish
- c) will go, finishes
9. Watch the football match on TV at 11 p.m. if you (stay) at home tonight.
- a) will stay
- b) stay
- c) would stay
10. I'm tired, but if you (make) me strong coffee, I (go on) working.
- a) will make, go on
- b) will make, will go on
- c) make, will go on
11. If Dad (buy) a new car, we (go) to the seaside by car next summer.
- a) buy, will go
- b) buys, will go
- c) will buy, go
12. If they (want) your advice, they (get) in touch with you.
- a) will want, will get
- b) want, will get
- c) want, get

4. Эталоны ответов.

1. b, 2. c, 3. a, 4. a, 5. c, 6. a, 7. b, 8. b, 9. b, 10. c, 11. b, 12. b.

5. Критерии оценки ответов обучающихся

Каждое правильно выполненное задание оценивается одним баллом.

Максимальный первичный балл за всю работу – 12 баллов.

Оценка 5 «отлично» - 85 – 100 %

Оценка 4 «хорошо» - 70 – 85 %

Оценка 3 «удовлетворительно» - 55 – 70 %

Оценка 2 «неудовлетворительно» – 0 – 55 %

6. Дифференцированный зачёт (8 семестр)

1. Форма проведения: письменная.

2. Условия выполнения:

Время выполнения: 90 минут

Оборудование учебного кабинета: материалы зачёта. комплект учебно-наглядных пособий; задания для зачёта; посадочные места по количеству обучающихся;

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники, допустимые к использованию на зачёте: нет.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет к дифференцированному зачёту:

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации:

- Спорт и здоровье
- Великие спортсмены мира

- Избранный вид спорта
- Выдающиеся педагоги в области физической культуры и спорта

3.2 Практико-ориентированные задания.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. Общаться (устно и письменно) на иностранном языке на профессиональные и повседневные темы ОК 1-9	-сообщает наиболее важную информацию по теме или проблеме (в устной/письменной форме)
У. 2 Переводить (со словарем) иностранные тексты профессиональной направленности ОК 1-11 ПК 3.2	-использует переводные (двухязычные) и толковые (одноразовые) словари и другую справочную литературу относительно полно и точно понимает высказывания собеседника в распространенных стандартных ситуациях повседневного и профессионального общения использует современные электронные ресурсы (в том числе ресурсы сети Интернет) с целью поиска информации, необходимой в образовательных и самообразовательных целях полностью отражает в содержании перевода содержание оригинала Систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
У. 3 Самостоятельно совершенствовать устную и письменную речь, пополнять словарный запас ОК 1-7	-участвует в беседе на знакомые повседневные темы (запрос информации, обращение за разъяснениями, выражение своего отношения к высказыванию партнера и своего мнения по обсуждаемой теме) излагает сведения о себе в форме, принятой в стране /странах изучаемого языка (автобиография/резюме)
Знать:	
З. 1 Лексический минимум (1200-1400	-значения лексических единиц и

лексических единиц, обслуживающих социально-бытовую и профессиональную сферу, включая оценочную лексику и этикетные клише) и грамматический минимум, необходимый для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности ОК 1-11	грамматических форм, необходимых для чтения и перевода (со словарем) иностранных текстов профессиональной направленности

Примерный КИМ по дифференцированному зачёту

Choose the right variant and translate the sentences

- Where ... you from?
 - is
 - are
 - am
- How old ... you? How old ... your brother?
 - are
 - am
 - is
- What ... your aunt's name?
 - am
 - is
 - are
- I ... glad to see you. How ... you?
 - are, am
 - is, are
 - am, are
- The dog ... in the garden.
 - am
 - are
 - is
- Tom's parents ... travel agents.
 - are
 - is
 - am
- ... your father a carpenter? - No, he
 - are, is
 - is, isn't
 - am, aren't
- John ... (not) a student, he ... a doctor.
 - are, are
 - is, is

c) isn't, is

9. That book ... (not) very interesting. Take this one.

a) isn't

b) aren't

c) am not

10. The best seats ... 10\$.

a) is

b) am

c) are

11. Moscow ... the capital of Russia.

a) am

b) is

c) are

12. I ... hot. Open the window, please.

a) am

b) are

c) is

13. What... the weather like today?

a) are

b) is

c) are

14. I... (not) interested in football at all.

a) aren't

b) isn't

c) am not

15. ... Tom and Bob good football players?

a) are

b) is

c) am

16. ...you hungry?

a) is

b) are

c) am

17. The news... (not) very bad today.

a) am

b) is

c) are

18. What ... your parents' address?

a) is

b) are

c) am

19. Your money... in your handbag.

a) are

b) is

c) am

20. My father ... not a teacher, tie ... a scientist.

a) is, is

b) are, are

c) am, are

21.- ... your aunt a doctor? — Yes, she

a) are, am

b) am, is

c) is, is

22. ... they at home? — No, they ... not at home, they ... at work.

a) is, are, is

b) are, are, are

c) am, is, are

23. My brother ... a worker. He ... at work.

a) is, is

b) am, are

c) is, are

24. ... you an engineer? — Yes, I

a) is, am

b) are, am

c) is, are

25. ... your sister a typist? — No, she ... not a typist, she ... a student.

a) are, are, are

b) is, am, am

c) is, is, is

26. ... your brother at school? — Yes, he

a) is, is

b) are, am

c) are, are

27. ... your sister at school? — No, she ... not at school.

a) are, am

b) is, is

c) are, is

28. ... this your watch? — Yes, it

a) are, is

b) is, are

c) is, is

29. My uncle ... an office-worker.

a) are

b) is

c) am

30. Helen ... a painter. She has some fine pictures. They ... on the walls. She has

much paper. It ... on the shelf. The shelf ... brown. It ... on the wall. Helen has a brother. He ... a student. He has a family. His family ... not in St. Petersburg, it ... in Moscow.

a) is, are, is, is, is, is, is, is

b) are, is, is, is, am, am, am, are

c) are, am, is, is, is, are, am, are

4. Эталоны ответов обучающихся.

1. b, 2. a, 3. b, 4. c, 5. c, 6. a, 7. b, 8. c, 9. a, 10. c, 11. b, 12. a, 13. b, 14. c, 15. a, 16. b, 17. a, 18. a, 19. b, 20. a, 21. c, 22. b, 23. a, 24. b, 25. c, 26. a, 27. b, 28. a, 29. b, 30. a.

5. Критерии оценки ответов обучающихся.

Каждое правильно выполненное задание оценивается одним баллом.

Максимальный первичный балл за всю работу – 36 балла.

Оценка 5 «отлично» - 85 – 100 %

Оценка 4 «хорошо» - 70 – 85 %

Оценка 3 «удовлетворительно» - 55 – 70 %

Оценка 2 «неудовлетворительно» – 0 – 55 %

6. Зачётная ведомость

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОГСЭ.05 Физическая культура

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура «Физическая культура».

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Степанюк Александр Юрьевич, руководитель физического воспитания

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины «Физическая культура» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

З1	- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни

Обучающийся должен уметь:

У 1	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей

Личностные результаты с учетом особенностей учебной дисциплины:

ЛР 1	- осознающий себя частью народа, гражданином России
ЛР 2	- принимающий принципы демократического общества и следующий им, готовый защищать Родину, занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля
ЛР 3	- проявляющий интерес к изучению и освоению культурных традиций России, русского и родного языка; уважающий различные взгляды и вероисповедания, не нарушающие права и свободы других людей, заботящийся о тех, кто нуждается в помощи, в том числе через уплату установленных налогов, уважающий личность другого человека, готовый к рефлексии своих действий, в т.ч. высказываний, и оценке их влияния на других людей, признающий ценность жизни и уважение личности другого человека, его прав и свобод, не ущемляющих права и свободы других людей
ЛР 4	- заботящийся о сохранении исторического и культурного наследия России, принимающий и сохраняющий традиционные семейные ценности своего народа
ЛР 5	- демонстрирующий свободу выбора, самостоятельность и ответственность в принятии решений, стремление к саморазвитию и самосовершенствованию во всех сферах жизни
ЛР 6	- критически мыслящий, интеллектуально самостоятельный; стремящийся к саморазвитию и самосовершенствованию во всех сферах жизни; пользующийся свободой выбора и самостоятельный в принятии решений; готовый к рефлексии своих действий, в т.ч. высказываний, и оценке их влияния на других людей
ЛР 7	- обладающий проектным мышлением, командным духом, способный быть лидером, демонстрирующий готовность к продуктивному взаимодействию и сотрудничеству; демонстрирующий активную гражданскую позицию, в том числе в социальной и трудовой деятельности, мотивированный к познанию и личностному развитию
ЛР 8	- демонстрирующий самоуважение и уважение к другим людям, их

	правам и свободам; готовый к рефлексии своих действий, в т.ч. высказываний, и оценке их влияния на других людей
ЛР 9	- демонстрирующий развитое правосознание и законопослушность
ЛР 10	- присвоивший ценности, установки, отношения, личностные качества гражданина, необходимые для реализации его собственных прав и свобод, а также прав и свобод других граждан России; участвующий в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях; осознающий важность сохранения и укрепления здоровья, имеющий внутреннюю установку на активное здоровье сбережение и культуры
ЛР 11	- уважающий различные взгляды и вероисповедания, не нарушающие права и свободы других людей
ЛР 12	- самоуважение и уважение к другим людям, их правам и свободам
ЛР 13	- проявляющий ответственность за результат учебной деятельности и профессиональной деятельности, трудолюбивый, упорный и настойчивый в достижении цели, осознающий ценность образования
ЛР 14	- стремящийся к саморазвитию и самосовершенствованию во всех сферах жизни и деятельности, готовый учиться на протяжении жизни; критически мыслящий, интеллектуально самостоятельный, мотивированный к познанию, конструктивно взаимодействующий в коллективе
ЛР 15	- участвующий в исследовательской и научной работе; трудолюбивый, упорный и настойчивый в достижении цели; осознающий ценность образования
ЛР 15	- имеющий положительную динамику в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результата, стремящийся к саморазвитию и самосовершенствованию во всех сферах жизни и деятельности, готовый учиться на протяжении жизни
ЛР 16	- имеющий положительную динамику в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результата, стремящийся к саморазвитию и самосовершенствованию во всех сферах жизни и деятельности, готовый учиться на протяжении жизни
ЛР 17	- участвующий в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах; демонстрирующий свободу и ответственность выбора и принятия решений; критически мыслящий, интеллектуально самостоятельный, мотивированный к познанию
ЛР 18	- демонстрирующий навыки межличностного делового общения, социального имиджа, соблюдающий социальные нормы и правила внутреннего распорядка колледжа и предприятия
ЛР 19	- демонстрирующий интерес к будущей профессии, трудолюбивый, упорный и настойчивый в достижении цели, осознающий ценность

	образования
ЛР 20	- оценивающий собственное продвижение и личностное развитие, готовый к рефлексии своих действий, в т.ч. высказываний, и оценке их влияния на других людей

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются: 3 -6 семестр зачет, 7 семестр – дифференцированный зачет, 8 семестр – экзамен.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1-использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей ОК2, 4 -10 ПК 1.1 - 1.5, 2.1-2.5, 3.2 ЛР 3 – 5, 8 - 20	- выполнять упражнения - владеет техникой спортивных игр по одному из избранных видов - владеет элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах, в плавании - определить уровень собственного здоровья по тестам - составить и провести с группой комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики - составить комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления - применять на практике приемы массажа и самомассажа - повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая и лыжная подготовка) -владеет системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - выполнять сгибание и выпрямление рук в упоре лежа

	- выполнять подтягивание на перекладине - выполнять поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены - выполняет прыжки в длину с места - бег на заданную дистанцию - плавание на заданную дистанцию
Знать:	
31- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни ОК 1, 3 ЛР 1, 2, 6 - 7	- технику безопасности на занятиях (по видам спорта) - технику спортивных игр по одному из избранных видов - знает состояние своего здоровья, умеет составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности - комплексы упражнений утренней и производственной гимнастики - комплексы физических упражнений для восстановления работоспособности после умственного и физического утомления -приемы массажа и самомассажа - систему дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - основные принципы, методы и факторы регуляции индивидуальной нагрузки при выполнении физических упражнений

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Лёгкая атлетика	ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и	У1, 31 ОК 01-10 ПК 1.1. - 1.3, 2.2, 3.2 -3.3.	3 - 6 семестры – зачеты. 7 семестр – дифференцированный зачет. 8 семестр – экзамен.

		двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		
Раздел 2. Лыжная подготовка	ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		
Раздел 3. Спортивные игры (Баскетбол.)	У1, 31 ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		
Раздел 4. Гимнастика	У1, 31 ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов	У1, 31 ОК 01-10 ПК 1.1. - 1.3, 2.2, 3.2 -3.3.	

Раздел 5. Лёгкая атлетика	У1, 31 ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		
Раздел 6. Лыжная подготовка	У1, 31 ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		
Раздел 7. Гимнастика	У1, 31 ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		
Раздел 8. Спортивные игры (Волейбол)	У1, 31 ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9,	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических		

	10, 12-20	приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		
Раздел 9. Легкая атлетика	У1, 31 ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		
Раздел 10. Гимнастика	У1, 31 ОК 01-12 ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.5 ПК 3.2 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестовые задания, практическая работа, выполнение технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта, выполнение контрольных нормативов		

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета или не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Оценка результатов выполнения технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта на учебно-тренировочных занятиях, в том числе в игровой и соревновательной деятельности. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - приемы/действия выполнены технически правильно в полном объеме; учтены все требования; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены запланированные результаты.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета или не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа не выполнена, поставленная цель не достигнута.

5. Оценка выполнения контрольных нормативов. Критерии оценивания.

6. Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично». Оценка «Не зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно».

КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися нормативов.

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Оценка					
				Юноши			Девушки		
				5	4	3	5	4	3
1	Скоростные	Бег 30 м, с	16	4,4 и выше	5,1–4,8	5,2 и ниже	4,8 и выше	5,9–5,3	6,1 и ниже
			17	4,3	5,0–4,7	5,2	4,8	5,9–5,3	6,1
2	Координацион ные	Челночный бег 3×10 м, с	16	7,3 и выше	8,0–7,7	8,2 и ниже	8,4 и выше	9,3–8,7	9,7 и ниже
			17	7,2	7,9–7,5	8,1	8,4	9,3–8,7	9,6
3	Скоростно- силовые	Прыжки в длину с места, см	16	230 и выше	195–210	180 и ниже	210 и выше	170–190	160 и ниже
			17	240	205–220	190	210	170–190	160
4	Выносливость	6-минутный бег, м	16	1500 и выше 1500	1300– 1400	1100 и ниже	1300 и выше	1050– 1200	900 и ниже
			17		1300– 1400	1100	1300	1050– 1200	900
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	16	15 и выше	9–12	5 и ниже	20 и выше	12–14	7 и ниже
			17	15	9–12	5	20	12–14	7
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол- во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа	16	11 и выше	8–9	4 и ниже	18 и выше	13–15	6 и ниже
			17	12	9–10	4	18	13–15	6

ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНОШЕЙ ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
Бег 3000 м (мин, с)	12,30	14,00	б/вр
Плавание 50 м (мин, с)	45,00	52,00	б/вр
Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)	10	8	5
Прыжок в длину с места (см)	230	210	190
Бросок набивного мяча 2кг из-за головы (м)	9,5	7,5	6,5
Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)	13	11	8
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	12	9	7
Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)	7,3	8,0	8,3
Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)	7	5	3
Гимнастический комплекс упражнений: – утренней гимнастики – производственной гимнастики – релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	до 9	до 8	до 7,5

ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
1.Бег 2000 м (мин, с)	11,00	13,00	б/вр
3.Плавание 50 м (мин, с)	1,00	1,20	б/вр
4.Прыжки в длину с места (см)	190	175	160

5.Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге)	8	6	4
6.Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)	20	10	5
7.Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)	8,4	9,3	9,7
8.Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м)	10,5	6,5	5,0
9.Гимнастический комплекс упражнений: – утренней гимнастики – производственной гимнастики – релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	до 9	до 8	до 7,5

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Зачёт (3 семестр)

1. Форма проведения: выполнение практических заданий.

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование: спортивный зал, спортивный инвентарь.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

- Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М., 2017.
- Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М., 2017
- Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / (И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров и др.); под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М., 2017

3. Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 1. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста по физической культуре.

Тема 2. Гимнастика

Тема 3. Легкая атлетика

Тема 4.1. Волейбол

3.2. Перечень нормативов, выносимых на зачёт:

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)
1	Координационные	Челночный бег 3×10 м, с
2	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см
3	Выносливость	6-минутный бег, м
4	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см
5	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа

Оценка уровня физической подготовленности юношей основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Прыжок в длину с места (см)
2	Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)

3	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)
4	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)
5	Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)

Оценка уровня физической подготовленности девушек основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Прыжки в длину с места (см)
2	Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)
3	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)

3. Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей ОК 2, 4 -10 ПК 1.1 - 1.3, 2.1, 3.2 -3.3	- выполнять упражнения - владеет техникой спортивных игр по одному из избранных видов - владеет элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах - определить уровень собственного здоровья по тестам - повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая и лыжная подготовка) -владеет системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - выполнять сгибание и выпрямление рук в упоре лежа - выполнять подтягивание на перекладине - выполнять поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены - выполняет прыжки в длину с места - бег на заданную дистанцию -организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - осуществляет поиск, анализ и оценку

	информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием
31 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни ОК 1, 3	- технику безопасности на занятиях (по видам спорта) - технику спортивных игр по одному из избранных видов - знает состояние своего здоровья, умеет составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности - систему дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - основные принципы, методы и факторы регуляции индивидуальной нагрузки при выполнении физических упражнений - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях

4.Критерии оценки ответов обучающихся

Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично»: приемы/действия выполнены технически правильно в полном объеме; учтены все требования; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены запланированные результаты. Допускаются два-три недочета; одна негрубая ошибка и один-два недочета.

Оценка «Зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно» - работа не выполнена, поставленная цель не достигнута.

4.2. Оценка выполнения контрольных нормативов. Критерии оценивания даны в данном КОС в Разделе 3 «Оценка освоения учебной дисциплины». Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично». Оценка «Не зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно».

5. Зачетная ведомость.

2. Зачёт (4 семестр)

1. Форма проведения: выполнение практических заданий.

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование: спортивный зал, спортивный инвентарь.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

- Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М., 2017.
- Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М., 2017
- Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / (И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров и др.); под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М., 2017

3. Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 2. Гимнастика

Тема 3. Легкая атлетика

Тема 4.1. Баскетбол

Тема 4.2. Волейбол

3.2. Перечень нормативов, выносимых на зачёт:

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)
1	Скоростные	Бег 30 м, с
2	Координационные	Челночный бег 3×10 м, с
3	Скоростно-силовые	Пряжки в длину с места, см
4	Выносливость	6-минутный бег, м
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа

Оценка уровня физической подготовленности юношей основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Бег 3000 м (мин, с)
2	Прыжок в длину с места (см)
3	Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)
4	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)

5	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)
6	Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)

Оценка уровня физической подготовленности девушек основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Бег 2000 м (мин, с)
2	Прыжки в длину с места (см)
3	Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге)
4	Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)
5	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)

3. Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей ОК 2, 4 -10 ПК 1.1. -1.3, 2.1-2.5, 3.2.	- выполнять упражнения - владеет техникой спортивных игр по одному из избранных видов - владеет элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах - определить уровень собственного здоровья по тестам - повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая и лыжная подготовка) -владеет системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - выполнять сгибание и выпрямление рук в упоре лежа - выполнять подтягивание на перекладине - выполнять поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены - выполняет прыжки в длину с места - бег на заданную дистанцию -организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их

	эффективность и качество - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием
31 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни ОК 1, 3	- технику безопасности на занятиях (по видам спорта) - технику спортивных игр по одному из избранных видов - знает состояние своего здоровья, умеет составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности - систему дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - основные принципы, методы и факторы регуляции индивидуальной нагрузки при выполнении физических упражнений - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях

4.Критерии оценки ответов

Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично»: приемы/действия выполнены технически правильно в полном объеме; учтены все требования; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены запланированные результаты. Допускаются два-три недочета; одна негрубая ошибка и один-два недочета.

Оценка «Зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно» - работа не выполнена, поставленная цель не достигнута.

4.2. Оценка выполнения контрольных нормативов. Критерии оценивания даны в данном КОС в Разделе 3 «Оценка освоения учебной дисциплины». Оценка «Зачтено» соответствует

оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично». Оценка «Не зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно».

5.Зачетная ведомость.

3. Зачёт (5 семестр)

1. Форма проведения: выполнение практических заданий.

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование: спортивный зал, спортивный инвентарь.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

- Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО.– М.,2017
- Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М., 2017.
- Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М. , 2017

3.Пакет материалов для проведения зачёта

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 2. Гимнастика

Тема 3. Легкая атлетика

Тема 4.2. Волейбол

Тема 5. Подвижные игры

3.2. Перечень нормативов, выносимых на зачёт:

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)
1	Скоростные	Бег 30 м, с
2	Координационные	Челночный бег3×10 м, с
3	Скоростно-силовые	Пръжки в длину с места, см
4	Выносливость	6-минутный бег, м
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа

Оценка уровня физической подготовленности юношей основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Бег на лыжах 2 км (мин, с)
2	Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)
3	Прыжок в длину с места (см)
4	Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)
5	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)

6	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)
7	Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)

Оценка уровня физической подготовленности девушек основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Прыжки в длину с места (см)
2	Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)
3	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)

3.Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей ОК 2, 4 -10 ПК 1.1. -1.3, 2.1-2.5, 3.2.	- выполнять упражнения - владеет техникой спортивных игр по одному из избранных видов - владеет элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах - определить уровень собственного здоровья по тестам - повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая и лыжная подготовка) -владеет системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - выполнять сгибание и выпрямление рук в упоре лежа - выполнять подтягивание на перекладине - выполнять поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены - выполняет прыжки в длину с места - бег на заданную дистанцию -организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач,

	профессионального и личностного развития - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием
31 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни ОК 1, 3	- технику безопасности на занятиях (по видам спорта) - технику спортивных игр по одному из избранных видов - знает состояние своего здоровья, умеет составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности - систему дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - основные принципы, методы и факторы регуляции индивидуальной нагрузки при выполнении физических упражнений - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях

4.Критерии оценки ответов

Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично»: приемы/действия выполнены технически правильно в полном объеме; учтены все требования; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены запланированные результаты. Допускаются два-три недочета; одна негрубая ошибка и один-два недочета.

Оценка «Зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно» - работа не выполнена, поставленная цель не достигнута.

4.2. Оценка выполнения контрольных нормативов. Критерии оценивания даны в данном КОС в Разделе 3 «Оценка освоения учебной дисциплины». Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично». Оценка «Не зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно».

5.Зачетная ведомость.

4.Зачёт (6 семестр)

1. Форма проведения: выполнение практических заданий.

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование: спортивный зал, спортивный инвентарь.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

- Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017

- Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017

- Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М., 2017.

- Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М. , 2017

- Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / (И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров и др.); под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М., 2017

3. Пакет материалов для проведения зачёта

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 2. Гимнастика

Тема 3. Легкая атлетика

Тема 4.2. Волейбол

Тема 5. Подвижные игры

3.2. Перечень нормативов, выносимых на зачёт:

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)
1	Скоростные	Бег 30 м, с
2	Координационные	Челночный бег 3×10 м, с
3	Скоростно-силовые	Пряжки в длину с места, см
4	Выносливость	6-минутный бег, м
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа

Оценка уровня физической подготовленности юношей основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Бег 3000 м (мин, с)
2	Плавание 50 м (мин, с)
3	Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)
4	Прыжок в длину с места (см)
5	Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)

6	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)
7	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)
8	Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)

Оценка уровня физической подготовленности девушек основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Бег 2000 м (мин, с)
2	Плавание 50 м (мин, с)
3	Прыжки в длину с места (см)
4	Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге)
5	Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)
6	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)

3.Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей ОК 2, 4 -10 ПК 1.1. -1.3, 2.1-2.5, 3.2.	- выполнять упражнения - владеет техникой спортивных игр по одному из избранных видов - владеет элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах - определить уровень собственного здоровья по тестам - повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая и лыжная подготовка) -владеет системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - выполнять сгибание и выпрямление рук в упоре лежа - выполнять подтягивание на перекладине - выполнять поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены - выполняет прыжки в длину с места - бег на заданную дистанцию -организовывает собственную

	деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием
31 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни ОК 1, 3	- технику безопасности на занятиях (по видам спорта) - технику спортивных игр по одному из избранных видов - знает состояние своего здоровья, умеет составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности - систему дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - основные принципы, методы и факторы регуляции индивидуальной нагрузки при выполнении физических упражнений - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях

4.Критерии оценки ответов

Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично»: приемы/действия выполнены технически правильно в полном объеме; учтены все требования; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены запланированные результаты. Допускаются два-три недочета; одна негрубая ошибка и один-два недочета.

Оценка «Зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно» - работа не выполнена, поставленная цель не достигнута.

4.2. Оценка выполнения контрольных нормативов. Критерии оценивания даны в данном КОС в Разделе 3 «Оценка освоения учебной дисциплины». Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично». Оценка «Не зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно».

5.Зачетная ведомость.

5. Дифференцированный зачёт (7 семестр)

1. Форма проведения: выполнение практических заданий.

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование: спортивный зал, спортивный инвентарь.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

- Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М., 2017.
- Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М., 2017

3.Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 1. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста по физической культуре.

Тема 2. Гимнастика.

Тема 3. Лёгкая атлетика.

Тема 4.

4.1. Баскетбол.

4.2. Волейбол.

Тема 5. Подвижные игры.

3.2. Перечень нормативов, выносимых на зачёт:

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)
1	Скоростные	Бег 30 м, с
2	Координационные	Челночный бег 3×10 м, с
3	Скоростно-силовые	Пряжки в длину с места, см
4	Выносливость	6-минутный бег, м
5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа

Оценка уровня физической подготовленности юношей основной медицинской группы

№ п/п	Тесты

1	Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)
2	Прыжок в длину с места (см)
3	Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)
4	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)
5	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)
6	Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)

Оценка уровня физической подготовленности девушек основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Прыжки в длину с места (см)
2	Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге)
3	Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)
4	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)
5	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м)
6	Гимнастический комплекс упражнений: – утренней гимнастики – производственной гимнастики – релаксационной гимнастики (из 10 баллов)

3. Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей ОК 2, 4 -10 ПК 1.1. -1.3, 2.1-2.5, 3.2. ЛР 3 – 5, 8 - 20	- выполнять упражнения - владеет техникой спортивных игр по одному из избранных видов - владеет элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах - определить уровень собственного здоровья по тестам - повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая и лыжная подготовка) -владеет системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - выполнять сгибание и выпрямление рук в упоре лежа

	- выполнять подтягивание на перекладине - выполнять поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены - выполняет прыжки в длину с места - бег на заданную дистанцию -организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием
31 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни ОК 1, 3 ЛР 1, 2, 6 - 7	- технику безопасности на занятиях (по видам спорта) - технику спортивных игр по одному из избранных видов - знает состояние своего здоровья, умеет составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности - систему дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - основные принципы, методы и факторы регуляции индивидуальной нагрузки при выполнении физических упражнений - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях

4.Критерии оценки ответов

4.1. Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично»: приемы/действия выполнены технически правильно в полном объеме; учтены все требования; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены запланированные результаты. Допускаются два-три недочета; одна негрубая ошибка и один-два недочета.

Оценка «Зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно» - работа не выполнена, поставленная цель не достигнута.

4.2. Оценка выполнения контрольных нормативов. Критерии оценивания даны в данном КОС в Разделе 3 «Оценка освоения учебной дисциплины». Оценка «Зачтено» соответствует оценкам в баллах 3 «удовлетворительно», 4 «хорошо», 5 «отлично». Оценка «Не зачтено» соответствует оценке в баллах 2 «неудовлетворительно».

5. Зачетная ведомость.

6. Экзамен (8 семестр)

1. Форма проведения: выполнение практических заданий.

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование: спортивный зал, спортивный инвентарь.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

- Бишаева А.А. Физическая культура: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Бишаева А.А. Физическая культура: электронный учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
- Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Погадаев Г.И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М., 2017.
- Сайганова Е.Г. Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М., 2017

3. Пакет материалов для проведения экзамена

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 1. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста по физической культуре.

Тема 2. Гимнастика.

Тема 3. Лёгкая атлетика.

Тема 4.

4.1. Баскетбол.

4.2. Волейбол.

3.2. Перечень нормативов, выносимых на зачёт:

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)
1	Скоростные	Бег 30 м, с
2	Координационные	Челночный бег 3×10 м, с
3	Скоростно-силовые	Пряжки в длину с места, см
4	Выносливость	6-минутный бег, м

5	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (юноши), на низкой перекладине из виса лежа

Оценка уровня физической подготовленности юношей основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Бег 3000 м (мин, с)
2	Приседание на одной ноге с опорой о стену (количество раз на каждой ноге)
3	Прыжок в длину с места (см)
4	Силовой тест - подтягивание на высокой перекладине (количество раз)
5	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)
6	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)
7	Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)
8	Гимнастический комплекс упражнений: – утренней гимнастики – производственной гимнастики – релаксационной гимнастики (из 10 баллов)

Оценка уровня физической подготовленности девушек основной медицинской группы

№ п/п	Тесты
1	Бег 2000 м (мин, с)
4	Прыжки в длину с места (см)
5	Приседание на одной ноге, опора о стену (количество раз на каждой ноге)
6	Силовой тест - подтягивание на низкой перекладине (количество раз)
7	Координационный тест - челночный бег 3×10 м (с)
8	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы (м)
9	Гимнастический комплекс упражнений: – утренней гимнастики – производственной гимнастики – релаксационной гимнастики (из 10 баллов)

3. Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей ОК 2, 4 -10 ПК 1.1 - 1.3, 2.1, 3.2 -3.3 ЛР 3 – 5, 8 - 20	- выполнять упражнения - владеет техникой спортивных игр по одному из избранных видов - владеет элементами техники движений релаксационных, беговых, прыжковых, ходьбы на лыжах - определить уровень собственного здоровья по тестам

	- повышать аэробную выносливость с использованием циклических видов спорта (терренкур, кроссовая и лыжная подготовка) -владеет системой дыхательных упражнений в процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - определить индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - выполнять сгибание и выпрямление рук в упоре лежа - выполнять подтягивание на перекладине - выполнять поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги закреплены - выполняет прыжки в длину с места - бег на заданную дистанцию -организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием
31 - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни ОК 1, 3 ЛР 1, 2, 6 - 7	- технику безопасности на занятиях (по видам спорта) - технику спортивных игр по одному из избранных видов - знает состояние своего здоровья, умеет составить и провести индивидуальные занятия двигательной активности - систему дыхательных упражнений в

	процессе выполнения движений, для повышения работоспособности, при выполнении релаксационных упражнений - индивидуальную оптимальную нагрузку при занятиях физическими упражнениями - основные принципы, методы и факторы регуляции индивидуальной нагрузки при выполнении физических упражнений - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях

4.Критерии оценки ответов

4.1. Оценка результатов выполнения технических приемов и двигательных действия базовых видов спорта на учебно-тренировочных занятиях, в том числе в игровой и соревновательной деятельности. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - приемы/действия выполнены технически правильно в полном объеме; учтены все требования; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены запланированные результаты.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета или не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа не выполнена, поставленная цель не достигнута.

4.2. Оценка выполнения контрольных нормативов. Критерии оценивания даны в данном КОС в Разделе 3 «Оценка освоения учебной дисциплины».

5.Зачетная ведомость.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОГСЭ.06 Русский язык и культура речи

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура», программы учебной дисциплины русский язык и культура речи.

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Щербина Ирина Яковлевна, преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины (предмета)
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины (предмета) по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет для дифференцированного зачета
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины русский язык и культура речи обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

З. 1	связь языка и истории, культуры русского и других народов;
З. 2	смысл понятий: речевая ситуация и ее компоненты, литературный язык, языковая норма, культура речи;
З. 3	основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь;
З. 4	орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения.

Обучающийся должен уметь:

У. 1	осуществлять речевой самоконтроль; оценивать устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач;
У. 2	проводить лингвистический анализ текстов различных функциональных стилей и разновидностей языка;
У. 3	извлекать необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях;
У. 4	создавать устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов и жанров в учебно-научной (на материале изучаемых учебных дисциплин), социально-культурной и деловой сферах общения;
У. 5	применять в практике речевого общения основные орфоэпические, лексические, грамматические нормы современного русского литературного языка;
У. 6	соблюдать в практике письма орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка;
У. 7	соблюдать нормы речевого поведения в различных сферах и ситуациях общения, в том числе при обсуждении дискуссионных проблем.

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

Формируемые ПК:

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

Формируемые ЛР:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	ЛР 1
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	ЛР 8
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями (при наличии)	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса (при наличии)	
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 18
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются: контрольная работа, дифференцированный зачёт.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1 Осуществлять речевой самоконтроль; оценивать устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач; ОК 1, 9	Осуществляет речевой самоконтроль; оценивает устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач. Проводит лингвистический анализ текстов различных функциональных стилей и разновидностей языка.
У. 2 Проводить лингвистический анализ текстов различных функциональных стилей и разновидностей языка; ОК 1, 6	
У. 3 Извлекать необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях; ОК 9	Извлекает необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях.
У. 4 Создавать устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов и жанров в учебно-научной (на материале изучаемых учебных дисциплин), социально-культурной и деловой сферах общения; ОК 6, 9	Создает устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов и жанров в учебно-научной (на материале изучаемых учебных дисциплин), социально-культурной и деловой сферах общения.
У. 5 Применять в практике речевого общения основные орфоэпические, лексические, грамматические нормы современного русского литературного языка; ОК 6	Применяет в практике речевого общения основные орфоэпические, лексические, грамматические нормы современного русского литературного языка
У. 6 Соблюдать в практике письма орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; ОК 1, 6	Соблюдает в практике письма орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка
У. 7 Соблюдать нормы речевого поведения в	Соблюдает нормы речевого

различных сферах и ситуациях общения, в том числе при обсуждении дискуссионных проблем. ОК 1, 6	поведения в различных сферах и ситуациях общения, в том числе при обсуждении дискуссионных проблем
Знать:	
3. 1 Связь языка и истории, культуры русского и других народов; ОК 6, 9	Связь языка и истории, культуры русского и других народов;
3. 2 Смысл понятий: речевая ситуация и ее компоненты, литературный язык, языковая норма, культура речи; ОК 6, 9	Смысл понятий: речевая ситуация и ее компоненты, литературный язык, языковая норма, культура речи;
3. 3 Основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь; ОК 6	Основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь;
3. 4 Орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения. ОК 6, 9	Орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения.

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам) Таблица 2

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Язык и речь. Основные понятия культуры речи.				
Тема 1.1. Введение	ОК 1, 6 3. 1 У. 3, 4 ЛР 1, 7, 14, 18, 20	Устный опрос		3 семестр – контрольная работа, 4 семестр - дифференцированный зачёт
Тема 1.2. Язык как знаковая система. Функции языка.	ОК 1, 6 3. 3 У. 3, 5 ЛР 14, 18, 20	Устный опрос		
Тема 1.3. Язык и речь.	ОК 1, 6 3. 2 У. 1, 5, 7 ЛР 14, 20	Устный опрос	3. 2 У. 1	
Тема 1.4. Обращение в русском речевом этикете.	ОК 1, 6 3. 2, 4 У. 2, 4, 5, 7 ЛР 1, 7, 20	Устный опрос		

Тема 1.5. Культура профессиональной речи педагога.	ОК 1, 6, 9 З. 2, 4 У. 2, 5, 7 ЛР 1, 14, 20	Устный опрос		
Раздел 2. Русский литературный язык – основа культуры речи.				
Тема 2.1. Русский язык в современном мире.	ОК 1, 6, 9 ПК 3.3. З. 1 У. 1, 3, 7 ЛР 8, 14, 19, 20	Устный опрос		
Тема 2.2. Основные тенденции развития русского языка на современном этапе.	ОК 1, 6 ПК 3.3. З. 1 У. 3, 7 ЛР 14, 15, 16, 19, 20	Устный опрос Практическая работа		
Тема 2.3. Языковая норма как историческая категория.	ОК 1, 6 З. 1, 2, 4 У. 3, 5, 7 ЛР 3, 8, 20	Устный опрос	З. 2, 4 У. 6	
Тема 2.4. Словари русского языка как источник информации.	ОК 1, 6, 9 ПК 3.3. З. 1, 4 У. 3, 4, 6 ЛР 14, 15, 16, 19, 20	Устный опрос Практическая работа	З. 1, 4 У. 3, 6 ОК. 1 ПК 3.3	
Раздел 3. Функциональные стили современного русского языка				
Тема 3.1. Научный стиль речи.	ОК 1, 9 ПК 3.3. З. 4 У. 2, 3, 4, 6, 7 ЛР 14, 15, 18, 20	Устный опрос Практическая работа	З. 4 У. 2, 4	
Тема 3.2. Официально-деловой стиль речи.	ОК 1, 6, 9 ПК 3.3. З. 4 У. 2, 3, 4, 6, 7 ЛР 14, 15, 18, 20	Устный опрос Практическая работа	З. 4 У. 2, 4 ОК. 1 ПК 3.3	
Тема 3.3. Публицистический стиль речи.	ОК 1, 6 ПК 3.3. З. 4 У. 2, 3, 4, 6, 7 ЛР 14, 15, 18, 20	Устный опрос Практическая работа	З. 4 У. 2, 4 ОК. 1, 6	
Тема 3.4. Художественный стиль речи.	ОК 1, 6 З. 4 У. 2, 3, 4, 7 ЛР 14, 15, 18,	Устный опрос	З. 4 У. 2	

	20			
Тема 3.5. Разговорная речь.	ОК 1, 6 3. 4 У. 2, 3, 4, 7 ЛР 14, 15, 18, 20	Устный опрос	3. 4 У. 2	
Тема 3.6. Функционально-смысловые типы речи.	ОК 1, 6, 9 ПК 3.3. 3. 3, 4 У. 3, 4, 6 ЛР 13, 15, 20	Устный опрос Практическая работа	3. 3, 4 У. 6	
Раздел 4 . Нормы современного русского литературного языка				
Тема 4.1. Акцентологические нормы.	ОК 1, 6 ПК 3.3. 3. 4 У. 1, 5, 6 ЛР 18, 20	Устный опрос Практическая работа		
Тема 4.2. Словообразовательные нормы.	ОК 1, 6 ПК 3.3. 3. 4 У. 1, 5, 6 ЛР 18, 20	Устный опрос Практическая работа		
Тема 4.3. Орфоэпические нормы.	ОК 1, 6 3. 4 У. 1, 5, 7 ЛР 18, 20	Устный опрос		
Тема 4.4. Лексические нормы.	ОК 1, 6, 9 ПК 3.3. 3. 4 У. 1, 5, 6 ЛР 18, 20	Устный опрос Практическая работа	3. 4 У. 1, 4	
Тема 4.5. Грамматические (морфологические) нормы.	ОК 1, 6 ПК 3.3. 3. 3, 4 У. 1, 5, 6 ЛР 18, 20	Устный опрос Практическая работа	3. 3, 4 У. 2, 4	
Тема 4.6. Грамматические (синтаксические) нормы.	ОК 1, 6 ПК 3.3. 3. 4 У. 6, 7 ЛР 18, 20	Устный опрос Практическая работа	3. 4 У. 3, 6 ОК. 1 ПК 3.3	
Тема 4.7. Стилистические нормы.	ОК 1, 6 3. 4 У. 2, 4, 5, 7 ЛР 18, 20	Устный опрос	3. 4 У. 2, 6	
Тема 4.8. Орфографические нормы.	ОК 1, 6 ПК 3.3. 3. 4 У. 6 ЛР 18, 20	Устный опрос Практическая работа	3. 4 У. 6	

Тема 4.9. Пунктуационные нормы.	ОК 1, 6, 9 ПК 3.3. 3. 3, 4 У. 3, 4, 6, 7 ЛР 1, 18, 20	Устный опрос Практическая работа	3. 3, 4 У. 1, 6 ОК. 1 ПК 3.3	

3.1.1.Методы и критерии оценивания

1.Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» («отлично») - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» («хорошо») - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» («удовлетворительно») - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» («неудовлетворительно») - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

3. Сочинение. Критерии оценивания

Оценка 5 («отлично»)

Содержание и речь

1. Содержание работы полностью соответствует теме.
2. Фактические ошибки отсутствуют.
3. Содержание излагается последовательно.
4. Работа отличается богатством словаря, разнообразием используемых синтаксических конструкций, точностью словоупотребления.
5. Достигнуто стилевое единство и выразительность текста.

В целом в работе допускается 1 недочет в содержании и 1 - 2 речевых недочета.

Грамотность

Допускается: 1 орфографическая, или 1 пунктуационная, или 1 грамматическая ошибка.

Оценка 4 («хорошо»)

Содержание и речь

1. Содержание работы в основном соответствует теме (имеются незначительные отклонения от темы).
2. Содержание в основном достоверно, но имеются единичные фактические неточности.
3. Имеются незначительные нарушения последовательности в изложении мыслей.
4. Лексический и грамматический строй речи достаточно разнообразен.
5. Стиль работы отличается единством и достаточной выразительностью.

В целом в работе допускается не более 2 недочетов в содержании и не более 3 - 4 речевых недочетов.

Грамотность

Допускаются: 2 орфографические и 2 пунктуационные ошибки, или 1 орфографическая и 3 пунктуационные ошибки, или 4 пунктуационные ошибки при отсутствии орфографических ошибок, а также 2 грамматические ошибки.

Оценка 3 («удовлетворительно»)

Содержание и речь

1. В работе допущены существенные отклонения от темы.
2. Работа достоверна в главном, но в ней имеются отдельные фактические неточности.
3. Допущены отдельные нарушения последовательности изложения.
4. Беден словарь, и однообразны употребляемые синтаксические конструкции, встречается неправильное словоупотребление.
5. Стил ь работы не отличается единством, речь недостаточно выразительна.

В целом в работе допускается не более 4 недочетов в содержании и 5 речевых недочетов.

Грамотность

Допускаются: 4 орфографические и 4 пунктуационные ошибки, или 3 орфографические ошибки и 5 пунктуационных ошибок, или 7 пунктуационных при отсутствии орфографических ошибок.

Оценка 2 («неудовлетворительно»)

Содержание и речь

1. Содержание работы не соответствует теме (тема не раскрыта).
 2. Допущено много фактических неточностей.
- Нарушена последовательность изложения мыслей во всех частях работы, отсутствует связь между ними, часты случаи неправильного словоупотребления.
4. Крайне беден словарь, работа написана короткими однотипными предложениями со слабо выраженной связью между ними, часты случаи неправильного словоупотребления.
 5. Нарушено стилевое единство текста.

Грамотность

Допускаются: 7 орфографических и 7 пунктуационных ошибок, или 6 орфографических и 8 пунктуационных, или 5 орфографических и 9 пунктуационных, или 8 орфографических и 5 пунктуационных, а также 7 грамматических ошибок.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа (3 семестр)

1.1. Форма проведения: письменная работа – тестирование.

1.2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 45 минут

Оборудование учебного кабинета: задания для контрольной работы; рабочие места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения.

Информационные источники:

1. Введенская Л. А. Русский язык и культура речи: учебное пособие/ Л. А. Введенская, М. Н. Черкасова. – 5-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2022. – 382 с. – ISBN 978-5-222-38564-7. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/318794> (дата обращения: 12.07.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Гаврилова Н. А. Русский язык и культура речи: учебное пособие для спо/ Н. А. Гаврилова. – 3-е изд., стер. – Санкт-Петербург: Лань, 2022. – 264 с. – ISBN 978-5-8114-

9229-9. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/189325> (дата обращения: 12.07.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Емельянова О. Б. Русский язык и культура речи: учебное пособие / О. Б. Емельянова. – Персиановский: Донской ГАУ, 2022. – 148 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/314990> (дата обращения: 12.07.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Поединок Е. А. Русский язык и культура речи: учебное пособие / Е. А. Поединок. – Омск: Омский ГАУ, 2022. – 70 с. – ISBN 978-5-907507-58-6. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/240779> (дата обращения: 12.07.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. Гаврилова Н. А. Русский язык и культура речи: учебное пособие для спо/ Н. А. Гаврилова. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург: Лань, 2021. – 264 с. – ISBN 978-5-8114-6953-6. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/166930> (дата обращения: 12.07.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

1.3. Пакет материалов для проведения контрольной работы:

1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

1.1. Перечень тем.

- Язык как знаковая система. Функции языка.
- Язык и речь.
- Обращение в русском речевом этикете.
- Культура профессиональной речи педагога.
- Русский язык в современном мире.
- Языковая норма как историческая категория.
- Словари русского языка как источник информации.
- Научный стиль речи.
- Официально-деловой стиль речи.

1.2. Тест

Часть А.

1. Язык является:

- а) средством общения;
- б) предметом речи;
- в) способом общения;
- г) наукой о языке.

2. Исторически сложившаяся высшая форма национального языка называется:

- а) жаргоном;
- б) диалектом;
- в) литературным языком;
- г) просторечием.

3. Устав, договор, меморандум, служебная записка – жанры:

- а) официально-делового стиля;
- б) публицистического;
- в) художественного;
- г) научного.

4. Речь – это:

- а) процесс общения;
- б) лексический запас языка;

- в) интонация голоса;
 - г) мыслительная деятельность.
5. Литературным языком необходимо считать:
- а) используемый только в официальной обстановке;
 - б) состоящий из специальных терминов;
 - в) нормативный, соответствующий установленным правилам;
 - г) применяемый в средствах массовой информации.
6. Функциональные стили можно разделить на:
- а) разговорный и научный;
 - б) публицистический и художественный;
 - в) книжный и официально-деловой;
 - г) разговорный, публицистический, официально-деловой, художественный и научный.
7. Словари русского языка можно отнести к:
- а) справочной литературе;
 - б) научно-популярной;
 - в) художественной;
 - г) публицистике.
8. К аспектам культуры речи относятся:
- а) коммуникативный;
 - б) фактический;
 - в) эмоциональный;
 - г) этический.
9. К жанрам научного стиля относятся:
- а) дневниковая запись, реклама;
 - б) коммюнике, распоряжение;
 - в) статья, учебное пособие;
 - г) акт, комедия.
10. Кодификация норм литературного языка - это:
- а) обучение им в специальных учебных заведениях;
 - б) следование им всех образованных людей;
 - в) изучение и выбор отдельных вариантов в качестве единственно верных;
 - г) закрепление их в специальных словарях, грамматиках и учебных пособиях.

Часть В.

1. Установите соответствие между функциональными стилями и языковыми средствами, использующимися в них.

А. официально-деловой стиль	1. квартиросъемщик, коммунальные платежи
Б. разговорный стиль	2. молекулярная теория, гравитация
В. художественный стиль	3. багряный закат, благочестивая Марта
Г. научный стиль	4. очкастый, глазастая-глазастая

2. Прочитайте текст. Озаглавьте. Разбейте на абзацы. Составьте план.

Адаптивная физическая культура (далее АФК) — это физкультура для людей с ограниченными возможностями здоровья. Соответственно, тренер по адаптивной физкультуре и спорту занимается физической и специальной подготовкой детей и взрослых с ОВЗ. Он старается максимально развить их двигательную активность, адаптировать к жизни в обществе, обеспечить возможность жить достаточно полноценной

жизнью. АФК отличается от лечебной физической культуры (далее ЛФК) или физического воспитания детей с отклонениями в развитии. АФК больше направлена на социальную реабилитацию, поэтому включает в себя знания из разных областей: физкультуры, медицины, коррекционной и социальной педагогик. Специалист АФК не только занимается физическим развитием людей с ограниченными возможностями, но и мотивирует их, а также прививает любовь к спорту. Это очень важно, так как часто люди с ОВЗ не верят в свои силы, не могут настроиться на результат, сомневаются в собственных возможностях.

Часть С.

Составьте и запишите свою автобиографию.

1.4. Эталоны ответов

Часть А: 1А, 2В, 3А, 4А, 5В, 6Г, 7А, 8А,Г, 9В, 10Г.

Часть В: 1. - А1, Б4, В3, Г2; 2.- Особенности адаптивной физкультуры.

Адаптивная физическая культура (далее АФК) — это физкультура для людей с ограниченными возможностями здоровья.

АФК отличается от лечебной физической культуры (далее ЛФК) или физического воспитания детей с отклонениями в развитии. АФК больше направлена на социальную реабилитацию, поэтому включает в себя знания из разных областей: физкультуры, медицины, коррекционной и социальной педагогик.

Тренер по адаптивной физкультуре и спорту занимается физической и специальной подготовкой детей и взрослых с ОВЗ. Он старается максимально развить их двигательную активность, адаптировать к жизни в обществе, обеспечить возможность жить достаточно полноценной жизнью.

Специалист АФК не только занимается физическим развитием людей с ограниченными возможностями, но и мотивирует их, а также прививает любовь к спорту. Это очень важно, так как часто люди с ОВЗ не верят в свои силы, не могут настроиться на результат, сомневаются в собственных возможностях.

План:

- 1) Понятие «Адаптивная физкультура»;
- 2) Отличие АФК от ЛФК;
- 3) Задачи специалиста по АФК;
- 4) Любовь к спорту.

Часть С: Автобиография.

Я, Ларина Татьяна Леонидовна, родилась 14 февраля 1985 года в г. Арсеньеве Приморского края.

С 1992 по 2003 гг. училась в городской СШ № 7, которую закончила с отличием.

С 2003 г. - студентка социологического факультета Харьковского государственного университета, на 2-ом курсе которого и учусь.

На общественных началах являюсь волонтером «Студенческий меридиан».

Семейное положение – не замужем.

Состав семьи:

Отец – Ларин Леонид Иванович, 1965 года рождения, инженер ЗТО г. Арсеньев;

Мать – Ларина Ирина Васильевна 1967 года рождения, бухгалтер МЭЗ г. Арсеньев;

Сестра – Ларина Карина Леонидовна, 1999 года рождения, дошкольница.

Мой адрес:

92600, Приморский край, г. Арсеньев, ул. Фрунзе, дом 58.

Дата

Подпись

1.5.Раздаточные материалы

Зачётная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1 Осуществлять речевой самоконтроль; оценивать устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач; ОК 1, 9	Осуществляет речевой самоконтроль; оценивает устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач. Проводит лингвистический анализ текстов различных функциональных стилей и разновидностей языка.
У. 2 Проводить лингвистический анализ текстов различных функциональных стилей и разновидностей языка; ОК 1, 6	
У. 3 Извлекать необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях; ОК 9	Извлекает необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях.
У. 4 Создавать устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов и жанров в учебно-научной (на материале изучаемых учебных дисциплин), социально-культурной и деловой сферах общения; ОК 6, 9	Создает устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов и жанров в учебно-научной (на материале изучаемых учебных дисциплин), социально-культурной и деловой сферах общения.
У. 5 Применять в практике речевого общения основные орфоэпические, лексические, грамматические нормы современного русского литературного языка; ОК 6	Применяет в практике речевого общения основные орфоэпические, лексические, грамматические нормы современного русского литературного языка
У. 6 Соблюдать в практике письма орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; ОК 1, 6	Соблюдает в практике письма орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка
У. 7 Соблюдать нормы речевого поведения в различных сферах и ситуациях общения, в том числе при обсуждении дискуссионных проблем. ОК 1, 6	Соблюдает нормы речевого поведения в различных сферах и ситуациях общения, в том числе при обсуждении дискуссионных проблем
Знать:	

3. 1 Связь языка и истории, культуры русского и других народов; ОК 6, 9	Связь языка и истории, культуры русского и других народов;
3. 2 Смысл понятий: речевая ситуация и ее компоненты, литературный язык, языковая норма, культура речи; ОК 6, 9	Смысл понятий: речевая ситуация и ее компоненты, литературный язык, языковая норма, культура речи;
3. 3 Основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь; ОК 6	Основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь;
3. 4 Орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения. ОК 6, 9	Орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения.

Критерии оценки ответов обучающихся

Оценка 5 «отлично» - выполнено 80-100% заданий части А + 50% заданий части В + задание части С.

Оценка 4 «хорошо» - выполнено 80-100% заданий части А + 50% заданий части В.

Оценка 3 «удовлетворительно» - выполнено 80% заданий части А.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - выполнено менее 80% заданий части А.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОБЩЕГО ГУМАНИТАРНОГО И СОЦИАЛЬНО-
ЭКОНОМИЧЕСКОГО ЦИКЛОВ

ОГСЭ. 06 Русский язык и культура речи

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Щербина И.Я., преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура», программы учебной дисциплины русский язык и культура речи.

Условия проведения: промежуточная аттестация за четвертый семестр.

1. Форма проведения: письменная работа – тестирование.

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: - 45 мин.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся; материалы дифференцированного зачёта.

Технические средства обучения.

Информационные источники: _____ нет _____.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта:

1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

1.1. Перечень тем.

- Язык и речь.
- Языковая норма как историческая категория.
- Словари русского языка как источник информации.
- Научный стиль речи.
- Официально-деловой стиль речи.
- Публицистический стиль речи.
- Художественный стиль речи.
- Разговорный стиль речи.
- Функционально-смысловые типы речи.
- Лексические нормы.
- Грамматические (морфологические, синтаксические) нормы.
- Стилистические нормы.
- Орфографические нормы.
- Пунктуационные нормы.

1.2. Тест.

Часть А.

1. Укажите разговорное слово в синонимическом ряду ...
 - а) изумительный;
 - б) восхитительный
 - в) мировой
 - г) пленительный
2. Точность, не допускающая иного толкования, характерная черта ...
 - а) художественного стиля
 - б) официально-делового стиля
 - в) разговорного стиля
 - г) публицистического стиля
3. Нормы литературного языка:
 - а) складываются стихийно...
 - б) существуют неизменно в течение последних 300 лет...
 - в) складываются в результате длительного употребления и сознательного отбора...
 - г) произвольно выбираются учеными и законодателями
4. Лексическая сочетаемость слов не нарушена в следующих примерах:
 - а) улучшить уровень
 - б) верное решение

- в) долговременный кредит
 - г) честные мошенники
5. Все слова пишутся через дефис в ряду:
- а) (по)моему, (где)нибудь, (кто)либо
 - б) (какой)то, (сине)глазый, (по)этому
 - в) (по)лиси, кто(то), (в)первые
 - г) (по)братски, буд(то), (в)двое
6. Нарушение морфологической нормы допущено в словосочетании:
- а) съесть три устрицы
 - б) две пары граблей
 - в) с обеих сторон
 - г) редакторы журнала
7. Укажите, в каком ряду оба глагола не имеют формы повелительного наклонения:
- а) лазить, хотеть
 - б) сыпать, слышать
 - в) пахать, видеть
 - г) ехать, мочь
8. Укажите предложение с ошибкой в употреблении деепричастного оборота:
- а) Петя развеселился, услышав о разведке.
 - б) Прочитав этот афоризм, возникает вопрос.
 - в) Снег с полей сошел за одну неделю, обнажив парящую влажную землю.
 - г) Держа кувшин над головой, грузинка узкою тропой сходила к берегу.
9. Укажите предложение, в котором все знаки препинания расставлены верно:
- а) Снег - глубокий, хлеб - хорош.
 - б) «Славная погода будет к вечеру» - заметил Алексей.
 - в) Дожди, болота, усталость – все это было моментально забыто.
 - г) Море – как пустыня.
10. Какие требования предъявляются к языку и стилю документов?
- а) однозначность используемых слов и терминов
 - б) соблюдение лексических, грамматических, стилистических норм
 - в) использование эмоционально-экспрессивной лексики
 - г) смысловая достаточность и лаконичность текста.

Часть В.

1. Восстановите текст с точки зрения логичности расположения его частей. 2. Выпишите предложение с пропущенными знаками препинания; 3. расставьте их, 4. аргументируйте правильность своих действий.

1. Для этого разрабатываются специальные программы и подходы, которые учитывают индивидуальные потребности и особенности детей с ОВЗ.
2. Согласно статистике за 2022 год, в России проживает около двух миллионов детей с ограниченными возможностями здоровья.
3. Важное место в программах реабилитации занимает спорт и физическая активность.
4. Приоритетная задача государства и общества — обеспечить им качественное образование и всячески способствовать социальной адаптации.
5. Дети с ОВЗ в большинстве случаев не могут выполнять обычные упражнения и выдерживать стандартные нагрузки, поэтому в физической культуре появилось новое направление — «адаптивная физическая культура».
6. Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре на занятиях создает безопасную и поддерживающую среду для детей с ОВЗ, помогает развивать двигательные и коммуникативные навыки, что способствует социальной адаптации, повышению самооценки и повышению качества жизни.

7. АФК — это комплекс физических упражнений методик и программ разработанных для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Часть С.

Составьте и запишите своё резюме.

4. Эталоны ответов

Часть А: 1в, 2б, 3в, 4а,б, 5а, 6б, 7г, 8б, 9в, 10а,б,г.

Часть В: 2, 4, 1, 3, 5, 7, 6.

2. Согласно статистике за 2022 год, в России проживает около двух миллионов детей с ограниченными возможностями здоровья. 4. Приоритетная задача государства и общества — обеспечить им качественное образование и всячески способствовать социальной адаптации. 1. Для этого разрабатываются специальные программы и подходы, которые учитывают индивидуальные потребности и особенности детей с ОВЗ.

3. Важное место в программах реабилитации занимает спорт и физическая активность. 5. Дети с ОВЗ в большинстве случаев не могут выполнять обычные упражнения и выдерживать стандартные нагрузки, поэтому в физической культуре появилось новое направление — «адаптивная физическая культура».

7. АФК — это комплекс физических упражнений, методик и программ, разработанных для детей с ограниченными возможностями здоровья. 6. Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре на занятиях создает безопасную и поддерживающую среду для детей с ОВЗ, помогает развивать двигательные и коммуникативные навыки, что способствует социальной адаптации, повышению самооценки и повышению качества жизни.

7. АФК — это комплекс физических упражнений, методик и программ, разработанных для детей с ограниченными возможностями здоровья. (Однородные члены предложения - дополнения, относятся к слову комплекс, отвечают на один вопрос, между ними ставится запятая: упражнений, методик и программ. Вторая запятая ставится, потому что предложение осложнено причастным оборотом, где определяемое слово стоит перед причастным оборотом: методик и программ, разработанных для детей...).

Часть С: Резюме.

Никитин Алексей Георгиевич

Занятость: Полная

График работы: Полный день

Желаемая зарплата: от 20 000 руб.

Телефон: +7 (XXX) XXX-XX-XX

Электронная почта: email@gmail.com

Личная информация

Гражданство: Российская Федерация

Место проживания: г. Дальнегорск

Образование: среднее специальное

Дата рождения: 20 сентября 1998 (23 года)

Пол: Мужской

Семейное положение: Не женат (Детей нет)

Опыт работы

Без опыта работы. Проходил производственную практику в коррекционной школе № 5.

Образование (среднее специальное)

Учебное заведение: КГА ПОУ «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Год окончания: 2026

Специальность: преподаватель адаптивной физической культуры

Форма обучения: Очная

Дополнительная информация

Иностранные языки:

Английский язык, средний уровень.

Компьютерные навыки:

Уверенный пользователь ПК. Офисный пакет Microsoft Office. Умею выполнять стандартные функции распечатки, сканирования документов. С легкостью умею работать с любыми данными в приложении Microsoft Excel, в совершенстве знаю язык скриптов данной программе и с легкостью могу автоматизировать работу заполнения таблиц.

Наличие медицинской книжки:

Да

Занятия в свободное время:

Здоровый образ жизни.

Личные качества:

С легкостью выполняю поставленные задачи и цели, всегда стремлюсь выполнять начатое дело до конца. Ответственный, пунктуальный, с легкостью нахожу общий язык в любом коллективе. В нестандартных ситуациях готов принимать правильные решения. Стрессоустойчивый и не конфликтен.

5.Раздаточные материалы

Зачётная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции		Показатели оценки результата	
Уметь:			
У. 1 Осуществлять речевой самоконтроль; оценивать устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач; ОК 1, 9		Осуществляет речевой самоконтроль; оценивает устные и письменные высказывания с точки зрения языкового оформления, эффективности достижения поставленных коммуникативных задач. Проводит лингвистический анализ текстов различных функциональных стилей и разновидностей языка.	
У. 2 Проводить лингвистический анализ текстов различных функциональных стилей и разновидностей языка; ОК 1, 6			
У. 3 Извлекать необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях; ОК 9		Извлекает необходимую информацию из различных источников: учебно-научных текстов, справочной литературы, средств массовой информации, в том числе представленных в электронном виде на различных информационных носителях.	
У. 4 Создавать устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов и жанров в учебно-научной (на материале изучаемых		Создает устные и письменные монологические и диалогические высказывания различных типов и	

учебных дисциплин), социально-культурной и деловой сферах общения; ОК 6, 9	жанров в учебно-научной (на материале изучаемых учебных дисциплин), социально-культурной и деловой сферах общения.
У. 5 Применять в практике речевого общения основные орфоэпические, лексические, грамматические нормы современного русского литературного языка; ОК 6	Применяет в практике речевого общения основные орфоэпические, лексические, грамматические нормы современного русского литературного языка
У. 6 Соблюдать в практике письма орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; ОК 1, 6	Соблюдает в практике письма орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка
У. 7 Соблюдать нормы речевого поведения в различных сферах и ситуациях общения, в том числе при обсуждении дискуссионных проблем. ОК 1, 6	Соблюдает нормы речевого поведения в различных сферах и ситуациях общения, в том числе при обсуждении дискуссионных проблем
Знать:	
3. 1 Связь языка и истории, культуры русского и других народов; ОК 6, 9	Связь языка и истории, культуры русского и других народов; Смысл понятий: речевая ситуация и ее компоненты, литературный язык, языковая норма, культура речи; Основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь; Орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения.
3. 2 Смысл понятий: речевая ситуация и ее компоненты, литературный язык, языковая норма, культура речи; ОК 6, 9	
3. 3 Основные единицы и уровни языка, их признаки и взаимосвязь; ОК 6	
3. 4 Орфоэпические, лексические, грамматические, орфографические и пунктуационные нормы современного русского литературного языка; нормы речевого поведения в социально-культурной, учебно-научной, официально-деловой сферах общения. ОК 6, 9	

Критерии оценки ответов обучающихся

Оценка 5 «отлично» - выполнено 80-100% заданий части А + 50% заданий части В + задание части С.

Оценка 4 «хорошо» - выполнено 80-100% заданий части А + 50% заданий части В.

Оценка 3 «удовлетворительно» - выполнено 80% заданий части А.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - выполнено менее 80% заданий части А.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ МАТЕМАТИЧЕСКОГО И ОБЩЕГО
ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОГО ЦИКЛА**

ЕН. 01 Математика

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02. Адаптивная физическая культура программы учебной дисциплины математика.

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Яковцева Ольга Александровна, преподаватель математики.

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «03» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины(предмета)
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины (предмета) по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины математика обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02. Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

3.1	понятие множества, отношения между множествами, операции над ними
3.2	основные комбинаторные конфигурации;
3.3	способы вычисления вероятности событий;
3.4	способы обоснования истинности высказываний;
3.5	понятие положительной скалярной величины, процесс ее измерения;
3.6	стандартные единицы величин и соотношения между ними;
3.7	правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения;
3.8	методы математической статистики;

Обучающийся должен уметь:

У. 1	применять математические методы для решения профессиональных задач
У. 2	решать комбинаторные задачи, находить вероятность событий;
У. 3	выполнять приближенные вычисления;
У. 4	проводить элементарную статистическую обработку информации и результатов исследований
У. 5	анализировать результаты измерения величин с допустимой погрешностью, представлять их графически

Личностные результаты учебной дисциплины

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12

Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Обучающийся должен иметь практический опыт: решения прикладных задач в области профессиональной деятельности.

Формируемые ОК:

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

Формируемые ПК:

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формами промежуточной аттестации является контрольная работа и дифференцированный зачёт.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплины осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине (предмету)

Результаты обучения умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Обучающийся должен знать:	

3. 1 Понятие множества, отношения между множествами, операции над ними ОК 2, 4, 9	- определение сущности понятия «множество» - описание отношений между множествами - перечисление и описание операций над множествами
3.2 Основные комбинаторные конфигурации; ОК 2, 4, 9	- перечисление и описание основных комбинаторных конфигураций - описание и объяснение формул комбинаторики - описание и объяснение правил комбинаторики
3. 3 Способы вычисления вероятности событий; ОК 2, 4, 9	перечисление основных понятий теории вероятностей - описание и объяснение способов вычисления вероятности событий
3.4 Способы обоснования истинности высказываний; ОК 2, 4, 9	- определение логических операций - описание правил построения таблиц истинности - перечисление и описание законов логики - описание структуры доказательства - перечисление видов доказательств
3. 5 Понятие положительной скалярной величины, процесс ее измерения; ОК 2, 4, 9	- объяснение сущности понятия «положительная скалярная величина» - классификация видов измерений величин по различным признакам
3. 6 Стандартные единицы величин и соотношения между ними; ОК 2, 4, 9	- перечисление и описание стандартных единиц измерения величин - перечисление и описание единиц измерения величин, применяемых в профессиональной деятельности - описание отношений между стандартными единицами величин
3. 7 Правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения; ОК 2, 4, 9	описание и объяснение правил приближенных вычислений - описание и объяснение правил нахождения процентного соотношения - перечисление и описание действий над приближенными значениями величин
3. 8 Методы математической статистики; ОК 2, 4, 9	- перечисление основных понятий математической статистики - описание особенностей методов описательной статистики - описание особенностей методов

	проверки статистических гипотез
Обучающийся должен уметь:	
У. 1 Применять математические методы для решения профессиональных задач ОК 2, 4, ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5	- применение элементов теории множеств, логических операций, законов логики, способов обоснования истинности высказываний, комбинаторики, основ теории вероятностей, статистических методов для решения профессиональных задач - установление зависимостей между величинами, используемыми в профессиональной деятельности - выявление ошибок, допускаемых при проведении измерений в профессиональной деятельности
У. 2 Решать комбинаторные задачи, находить вероятность событий; ОК 2, 4, 9 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5	- применение формул и правил комбинаторики - использование различных способов вычисления вероятности событий
У. 3 Выполнять приближенные вычисления; ОК 2, 4, 9 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4	применение правил нахождения процентного соотношения - выполнение действий над приближенными значениями величин
У. 4 Проводить элементарную статистическую обработку информации и результатов исследований ОК 2, 4, 9 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4	использование методов описательной статистики для обработки информации и результатов исследований - отбор и использование методов проверки статистических гипотез для обработки информации и результатов исследований - использование электронных таблиц для статистической обработки информации и результатов исследований
У. 5 Анализировать результаты измерения величин с допустимой погрешностью, представлять их графически ОК 2, 4, 9 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4	оценивание погрешностей при выполнении измерений величин в профессиональной деятельности - представление данных в графическом виде

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Тема 1.1 Основные элементы теории множеств. Операции над множествами	ОК 02. ОК 04-09 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4 ЛР 3, 5, 12-20 3.1 У.1	Устный опрос Самостоятельная работа Практическая работа	ОК 02. ОК 04. 3.1 У.1	3 семестр – контрольная работа 4 семестр – диф. зачет.
Тема 1.2 Логические операции. Законы логики	ОК 02. ОК 04-09 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4 ЛР 3, 5, 12-20 3.4 У.1	Устный опрос Самостоятельная работа Практическая работа	ОК 02. ОК 04. 3.4 У.1	
Тема 2.1 Величины и их измерения	ОК 02. ОК 04-09 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4 ЛР 3, 5, 12-20 3.5, 6 У.1	Устный опрос Практическая работа	ОК 02. ОК 04. 3.5, 6 У.1	
Тема 2.2 Приближенные вычисления	ОК 02. ОК 04-09 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4 ЛР 3, 5, 12-20 3.7 У.3, 5	Устный опрос Практическая работа	ОК 02. ОК 04. ОК 09. 3.7 У.3, 5	
Тема 3.1. Комбинаторика	ОК 02. ОК 04-09 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4 ЛР 3, 5, 12-20 3.2	Устный опрос Практическая работа	ОК 09. 3.2 У.2	

	У.2			
Тема 3.2. Элементы теории вероятностей	ОК 02. ОК 04-09 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4 ЛР 3, 5, 12-20 3.3 У.2	Устный опрос Практическая работа	ОК 09. 3.3 У.2	
Тема 3.3. Элементы математической статистики	ОК 02. ОК 04-09 ПК 1.4-1.5 ПК 2.4- 2.5 ПК 3.4 ЛР 3, 5, 12-20 3.8 У.4	Устный опрос Самостоятельная работа Практическая работа	ОК 09. 3.8 У.4	

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Отметка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Отметка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.;

правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Отметка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа

1.1. Форма проведения: письменная, задания на расчёты

1.2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут

Оборудование учебного кабинета:

- материалы экзамена.
- комплект учебно-наглядных пособий;
- комплект электронных видеоматериалов;
- задания для полугодовой контрольной работы;
- посадочные места по количеству обучающихся;

Технические средства обучения. --

Информационные источники:

1. Григорьев С.Г. Математика: учебник для студ. образоват. учреждений сред.проф. образования / С.Г.Григорьев, С.В.Иволгина; под ред. В.А.Гусева. – 14-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 416 с.

2. Дадаян А.А. Математика: учебник. / А.А.Дадаян. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: ИНФРА-М, 2017. – 544 с.

3. Дадаян А.А. Сборник задач по математике: учеб.пособие / А.А.Дадаян. – 3-е изд. – М.: ФОРУМ, ИНФРА-М, 2018. – 352 с.

4. Башмаков М.И. Математика: алгебра и начала математического анализа, геометрия: учеб.для студ. учреждений сред. проф. образования/ М.И.Башмаков.– 3-е изд., стер.– М.: Издательский центр «Академия»,2017.–256с.

5. Башмаков М.И. Математика. Задачник: учебное пособие для образоват. учреждений нач. и сред.проф. образования / М.И.Башмаков. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 416 с.

6. Башмаков М.И. Математика: алгебра и начала математического анализа, геометрия: Сборник задач профильной направленности: учебное пособие для студ. учреждений сред.проф. образования / М.И.Башмаков. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 208 с.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

1.3. Пакет материалов для проведения полугодовой контрольной работы

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

1.1. Перечень тем.

- Приближенные вычисления
- Величины и их измерения
- Основные элементы теории множеств.
- Операции над множествами

1.2. Расчётные задачи по вариантам.

1. Установите соответствие между величинами и их возможными значениями: к каждому элементу первого столбца подберите соответствующий элемент из второго столбца.

ВЕЛИЧИНЫ	ВОЗМОЖНЫЕ ЗНАЧЕНИЯ
А) скорость движения автомобиля	1) 0,5 м/мин
Б) скорость движения пешехода	2) 60 км/час
В) скорость движения улитки	3) 330 м/сек
Г) скорость звука в воздушной среде	4) 4 км/час

2. а) Сколько часов в 10800секундах?

б) Выразите 2500 кг в тоннах и центнерах

в) Выразите 6 м 6 мм в миллиметрах.

3. Пусть $A = \{ 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10 \}$ и $B = \{ 1, 3, 5, 7, 9, 12, 13, 15 \}$. Осуществить над множествами операции: объединения; пересечения; разности.

4. Число 7, 4391 округлить: а) до тысячных б) до сотых в) до десятых г) до целых

5. Выполните действия с приближенными значениями чисел : $345,521 + 63,8 + 0,64 - 8,036$

1.4 Эталоны ответов.

1 2413; 2.а) 30 б) 2т 5ц в) 6006 мм; 3. $A \cap B = (3,5,7,9)$ $A \setminus B = (1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,15)$ $A \cup B = (2,6,10)$; 4. а) 7,439 б) 7,44 в) 7,4 г) 7. 5 401,9.

1.5. Раздаточные материалы

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Обучающийся должен знать:	
3. 1 Понятие множества, отношения между множествами, операции над ними ОК 2, 4, 9	- определение сущности понятия «множество» - описание отношений между множествами - перечисление и описание операций над множествами
3.2 Основные комбинаторные конфигурации; ОК 2, 4, 9	- перечисление и описание основных комбинаторных конфигураций - описание и объяснение формул комбинаторики

	- описание и объяснение правил комбинаторики
3. 3 Способы вычисления вероятности событий; ОК 2, 4, 9	перечисление основных понятий теории вероятностей - описание и объяснение способов вычисления вероятности событий
3.4 Способы обоснования истинности высказываний; ОК 2, 4, 9	- определение логических операций - описание правил построения таблиц истинности - перечисление и описание законов логики - описание структуры доказательства - перечисление видов доказательств
3. 5 Понятие положительной скалярной величины, процесс ее измерения; ОК 2, 4, 9	- объяснение сущности понятия «положительная скалярная величина» - классификация видов измерений величин по различным признакам
3. 6 Стандартные единицы величин и соотношения между ними; ОК 2, 4, 9	- перечисление и описание стандартных единиц измерения величин - перечисление и описание единиц измерения величин, применяемых в профессиональной деятельности - описание отношений между стандартными единицами величин
3. 7 Правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения; ОК 2, 4, 9	описание и объяснение правил приближенных вычислений - описание и объяснение правил нахождения процентного соотношения - перечисление и описание действий над приближенными значениями величин
3. 8 Методы математической статистики; ОК 2, 4, 9	- перечисление основных понятий математической статистики - описание особенностей методов описательной статистики - описание особенностей методов проверки статистических гипотез
Обучающийся должен уметь:	
У. 1 Применять математические методы для решения профессиональных задач ОК 2, 4,	- применение элементов теории множеств, логических операций, законов логики, способов обоснования истинности высказываний, комбинаторики, основ теории вероятностей, статистических методов для решения профессиональных задач - установление зависимостей между

	величинами, используемыми в профессиональной деятельности - выявление ошибок, допускаемых при проведении измерений в профессиональной деятельности
У. 2 Решать комбинаторные задачи, находить вероятность событий; ОК 2, 4, 9	- применение формул и правил комбинаторики - использование различных способов вычисления вероятности событий
У. 3 Выполнять приближенные вычисления; ОК 2, 4, 9	применение правил нахождения процентного соотношения - выполнение действий над приближенными значениями величин
У. 4 Проводить элементарную статистическую обработку информации и результатов исследований ОК 2, 4, 9	использование методов описательной статистики для обработки информации и результатов исследований - отбор и использование методов проверки статистических гипотез для обработки информации и результатов исследований - использование электронных таблиц для статистической обработки информации и результатов исследований
У. 5 Анализировать результаты измерения величин с допустимой погрешностью, представлять их графически ОК 2, 4, 9	оценивание погрешностей при выполнении измерений величин в профессиональной деятельности - представление данных в графическом виде

Критерии оценки ответов

Каждое правильно выполненное задание оценивается 1 баллом.

Отметка 5 «отлично» 5 баллов.

Отметка 4 «хорошо» - 4 баллов.

Отметка 3 «удовлетворительно» - 3 баллов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - 0-2 баллов.

2. Дифференцированный зачёт

1. Форма проведения:

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся.

2. Время выполнения: 90 минут

3. Оборудование учебного кабинета:

- материалы зачета.
- комплект учебно-наглядных пособий;
- комплект электронных видеоматериалов;
- задания для дифференцированного зачёта;

- посадочные места по количеству обучающихся;

4. Технические средства обучения. --

5. Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене. --

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет к дифференцированному зачёту:

1. Перечень тем, выносимых на зачёт:

1.1 Перечень тем.

- Основные элементы теории множеств.
- Операции над множествами
- Величины и их измерения
- Приближенные вычисления
- Комбинаторика
- Элементы теории вероятностей
- Элементы математической статистики

1.2. Расчётные задачи по вариантам.

Часть А

1. Количество сочетаний из n элементов по k вычисляют по формуле:

а) $\frac{n!}{(n-k)!}$; б) $n!$; в) $\frac{n!}{k!(n-k)!}$, г) $(n/k)!$

2. Количество размещений из n элементов по k вычисляют по формуле:

а) $\frac{n!}{(n-k)!}$; б) $n!$; в) $\frac{n!}{k!(n-k)!}$, г) $(n-k-1)!$

3. Какой буквой в формуле вычисления вероятности обозначается количество элементарных исходов, благоприятствующих событию A ,

а) a б) m в) g г) n

4. Число перестановок из m элементов записывается ...

а) A_n^m . б) A_m^k . в) P_m . г) C_m^k .

5. В урне находится 5 красных, 4 синих и 3 зеленых шара. Из урны, не глядя, вынули четыре шара. Среди следующих событий укажите достоверные:

А- «Все вынутые шары разных цветов»;

В- «Все вынутые шары красные»;

С- «Среди вынутых не оказалось белых шаров»;

Д- «В урне не осталось синих шаров».

а) A и C ; б) D ; в) A, B, C ; г) C .

Часть В

1) Вычислите: а) $\frac{34!}{32!}$ б) $\frac{16!}{13! \cdot 4!}$

2) Найдите среднее арифметическое, размах и моду ряда чисел.

16, 22, 16, 13, 20, 17, 15

3) В фирме такси в данный момент свободно 20 машин: 10 чёрных, 2 жёлтых и 8 зелёных. По вызову выехала одна из машин. Найдите вероятность того, что на заказ приедет зелёное такси.

4) Пусть $A = \{1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10\}$ и $B = \{2, 3, 5, 7, 9, 11, 13\}$. Осуществить над множествами операции: объединения; пересечения; разности.

5) Выполните действия с приближенными значениями чисел $164,749 + 0,18 + 23,5 - 7,048$

6) В 5 классе изучают 11 предметов. Сколькими способами можно составить расписание на понедельник, если в этот день должно быть 5 уроков по разным предметам?

4.Эталоны ответов обучающихся.

Часть А

1	В
2	А
3	Б
4	В
5	Г

Часть В

$$1) \quad \text{а) } \frac{34!}{32!} = \frac{33 \cdot 34}{1} = 1122$$

$$\text{б) } \frac{16!}{13! \cdot 4!} = \frac{14 \cdot 15 \cdot 16}{1 \cdot 1 \cdot 2 \cdot 3 \cdot 4} = 140$$

$$2) \quad \text{Среднее арифметическое} = \frac{16+22+16+13+20+17+15}{7} = 17$$

$$\text{Размах} = 22 - 13 = 9$$

$$\text{Мода} = 16$$

$$3) \quad \frac{8}{20} = \frac{4}{10} = 0,4$$

$$4) A \cap B = \{2, 3, 5, 7, 9\}; \quad A \cup B = \{1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13\}; \quad A \setminus B = \{1, 4, 6, 8, 10\}$$

$$5) 164,75 + 0,18 + 23,5 - 7,05 = 181,38 = 181,4$$

$$6) \quad A_{11}^5 = \frac{11!}{6!} = 55440$$

5.Зачётная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Обучающийся должен знать:	
3. 1 Понятие множества, отношения между множествами, операции над ними ОК 2, 4, 9	- определение сущности понятия «множество» - описание отношений между множествами - перечисление и описание операций над множествами
3.2 Основные комбинаторные конфигурации; ОК 2, 4, 9	- перечисление и описание основных комбинаторных конфигураций - описание и объяснение формул комбинаторики - описание и объяснение правил комбинаторики
3. 3 Способы вычисления вероятности событий; ОК 2, 4, 9	перечисление основных понятий теории вероятностей - описание и объяснение способов вычисления вероятности событий
3.4 Способы обоснования истинности высказываний; ОК 2, 4, 9	- определение логических операций - описание правил построения таблиц истинности - перечисление и описание законов логики - описание структуры доказательства - перечисление видов доказательств
3. 5 Понятие положительной скалярной величины, процесс ее измерения; ОК 2, 4, 9	- объяснение сущности понятия «положительная скалярная величина» - классификация видов измерений величин по различным признакам
3. 6 Стандартные единицы величин и соотношения между ними; ОК 2, 4, 9	- перечисление и описание стандартных единиц измерения величин - перечисление и описание единиц измерения величин, применяемых в профессиональной деятельности - описание отношений между стандартными единицами величин
3. 7 Правила приближенных вычислений и нахождения процентного соотношения; ОК 2, 4, 9	описание и объяснение правил приближенных вычислений - описание и объяснение правил нахождения процентного соотношения - перечисление и описание действий над приближенными значениями величин
3. 8 Методы математической статистики; ОК 2, 4, 9	- перечисление основных понятий математической статистики

	- описание особенностей методов описательной статистики - описание особенностей методов проверки статистических гипотез
Обучающийся должен уметь:	
У. 1 Применять математические методы для решения профессиональных задач ОК 2, 4,	- применение элементов теории множеств, логических операций, законов логики, способов обоснования истинности высказываний, комбинаторики, основ теории вероятностей, статистических методов для решения профессиональных задач - установление зависимостей между величинами, используемыми в профессиональной деятельности - выявление ошибок, допускаемых при проведении измерений в профессиональной деятельности
У. 2 Решать комбинаторные задачи, находить вероятность событий; ОК 2, 4, 9	- применение формул и правил комбинаторики - использование различных способов вычисления вероятности событий
У. 3 Выполнять приближенные вычисления; ОК 2, 4, 9	применение правил нахождения процентного соотношения - выполнение действий над приближенными значениями величин
У. 4 Проводить элементарную статистическую обработку информации и результатов исследований ОК 2, 4, 9	использование методов описательной статистики для обработки информации и результатов исследований - отбор и использование методов проверки статистических гипотез для обработки информации и результатов исследований - использование электронных таблиц для статистической обработки информации и результатов исследований
У. 5 Анализировать результаты измерения величин с допустимой погрешностью, представлять их графически ОК 2, 4, 9	оценивание погрешностей при выполнении измерений величин в профессиональной деятельности - представление данных в графическом виде

Критерии оценки ответов

Правильное решение каждого из заданий части А оценивается 1 баллом, а части В - 2 балла. Задание в части В считается выполненным верно, если студент выполнил правильный ход решения.

Максимальный первичный балл за всю работу – 17 баллов.

«Оценка 2» – 0-7 баллов.

«Оценка 3» - 8-12 баллов.

«Оценка 4» - 13-15 баллов.

«Оценка 5» - 16-17 баллов.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ МАТЕМАТИЧЕСКОГО И ОБЩЕГО
ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОГО ЦИКЛА**

*ЕН.02 Информатика и информационно-коммуникационные технологии в
профессиональной деятельности*

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе рабочей программы и в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности (профессии) 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Разработчики:

краевое государственное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Разработчик:

Адаменко Ольга Петровна – преподаватель краевого государственного профессионального образовательного учреждения «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1 ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины ЕН.02 «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

31	Правила техники безопасности и гигиенические требования при использовании средств ИКТ
32	Основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.) с помощью современных программных средств
33	Возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития
34	Назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности

Обучающийся должен уметь:

У1	Соблюдать правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в профессиональной деятельности
У2	Применять современные технические средства обучения, контроля и оценки уровня физического развития, основанные на использовании компьютерных технологий
У3	Создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса
У4	Использовать сервисы и информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть Интернет) в профессиональной деятельности

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

Формируемые ПК:

Организация адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

Организация адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

Методическое обеспечение процесса адаптивного физического воспитания.

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формируемые ЛР:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости. Экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующие и участвующие в деятельности общественных организаций. Готовый использовать свой личный и профессиональный потенциал для защиты национальных интересов России.	ЛР 2
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Принимающий семейные ценности своего народа, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	ЛР 4
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Принимающий цели и задачи научно-технологического, экономического, информационного развития России, готовый работать на их достижение. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностного и профессионального, конструктивного «цифрового следа».	ЛР 6
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7

Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	ЛР 8
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением.	ЛР 11
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями (при наличии)	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса (при наличии)	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является: другие формы контроля (контрольная работа) и дифференцированный зачёт.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате освоения учебной дисциплины ЕН.02 «Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. Соблюдать правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в профессиональной деятельности ОК 2, 3, 4, 5, 9	– демонстрация способностей решения профессиональных задач практического содержания с использованием современных средств связи и оргтехники с соблюдением правил техники безопасности и гигиенических рекомендаций при использовании средств ИКТ в профессиональной деятельности; – эффективное использование аппаратного и программного обеспечения персонального компьютера, применяемое в профессиональной деятельности с соблюдением правил техники безопасности и гигиенических рекомендаций при использовании средств ИКТ в профессиональной деятельности;
У2. Применять современные технические средства обучения, контроля и оценки уровня физического развития, основанные на использовании компьютерных технологий ОК 2, 3, 4, 5, 9	– демонстрация способностей решения профессиональных задач практического содержания с использованием интегрированного пакета MS Office (MS Word, MS Excel, MS Power Point), программы Paint Net и др. – разработка профессиональных материалов с использованием средств ИКТ с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся; – использование различных методик применения средств ИКТ в образовательном пространстве с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.
У3. Создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для	– применение Методических рекомендаций по оформлению различных видов письменных работ для студентов КГА ПОУ «ДИТК»; – использование графических примитивов, автофигур, WordArt при оформлении текстовых документов; – работа с таблицами различной структуры профессиональной направленности; – создание и оформление документов профессиональной направленности (краткого

обеспечения образовательного процесса. ОК 2, 3, 4, 5, 9	протокола педсовета, родительского собрания, документов на аттестацию и т.д.); – использование сервисных функций при создании и оформлении методических разработок для работы с детьми младшего школьного возраста; – создание и оформление наглядных пособий и раздаточного материала для занятий с детьми младшего школьного возраста, содержащих графические объекты; – выполнение вычислений в табличном процессоре MS Excel; – построение диаграмм в табличном процессоре MS Excel; – использование ЭТ для решения педагогических задач, создание и оформление сводных таблиц профессиональной направленности; – создание и оформление сводных таблиц профессиональной направленности; – составление отчетов с помощью электронных таблиц и текстового процессора; – создание динамических презентаций с использованием расширенных возможностей MS Power Point; – создание и оформление презентации к методической разработке для детей младшего школьного возраста; – применения триггеров для создания интерактивных компьютерных игр, создание анимационных картинок.
У4. Использовать сервисы и информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть Интернет) в профессиональной деятельности	– организация работы с поисковыми системами Интернета в профессиональной деятельности; – использование возможностей ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития.
Знать:	
31. Правила техники безопасности и гигиенические требования при использовании средств ИКТ в образовательном процессе. ОК 1-11	– знание упражнений для снятия негативного воздействия средств ИКТ на детей младшего школьного возраста.

32. Основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.) с помощью современных программных средств; ОК 1-11	– понятие информационные и коммуникационные технологии (ИКТ), их развитие и совершенствование в современном обществе; средства ИКТ: классификация и назначение; – использование средств ИКТ в профессиональной деятельности учителя начальных классов; Технология освоения ППП для обработки текстовой информации: – понятие текста и его обработки, интерфейс текстового процессора, операции с документом: создание, сохранение, удаление и передача; – знание операций ввода, редактирования и форматирования текста, оформление списков; – понятие графических примитивов, автофигур, Word Art при оформлении текстовых документов; – работа с таблицами различной структуры профессиональной направленности; – использование сервисных функций при создании и оформлении методических разработок для работы с детьми младшего школьного возраста; – создание и оформление наглядных пособий и раздаточного материала для занятий с детьми младшего школьного возраста, содержащих графические объекты. Технология освоения ППП для обработки числовой информации в MS Excel: – возможности табличных процессоров, интерфейс программы MS Excel, элементы электронных таблиц, основные объекты в электронных таблицах и операции над ними (ячейка, столбец, строка), типы данных, ввод, редактирование и форматирование текста и чисел, основные приемы работы в табличных процессорах; – относительная, абсолютная, смешанная адресация; организация вычислений в MS Excel; Мастер функций; построение диаграмм в MS Excel; использование ЭТ для решения педагогических задач, создание и оформление сводных таблиц профессиональной направленности. Технология создания презентационного материала: – назначение и интерфейс Power Point; способы создания презентации; режимы просмотра презентации; работа со слайдами: добавление, удаление, перемещение, копирование; добавление звуковых и видео клипов в презентацию; добавление и

	настройка анимации: анимация текста и объектов слайда; – требования к структуре и дизайну презентационных материалов; пользовательский интерфейс; настройка анимации и действия; подготовка методических материалов с использованием презентаций; – создание и оформление презентации к методической разработке для детей младшего школьного возраста; – применения триггеров для создания интерактивных компьютерных игр, создание анимационных картинок.
33. Возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития ОК 1-11	– знание правил, методов и приемов, обеспечивающих информационную безопасность при использовании средств ИКТ; – знание нормативно-правовых документов по использованию средств ИКТ в образовательном процессе; – сформированность представлений о новой информационной технологии (НИТ) с «дружественным» интерфейсом работы пользователя, использующая персональные компьютеры и телекоммуникационные средства; – сформированность представлений об основных принципах, инструментарии ИТ; – сформированность представлений об основных видах ИТ: обработки данных, управления, автоматизированного офиса, поддержки принятия решений, экспертных систем.
34. Назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности ОК 1-11	– сформированность представлений об аппаратном и программном обеспечении персонального компьютера, применяемым в профессиональной деятельности; – демонстрация знаний по программам, позволяющим организовать решение разнообразных задач на ПК (системное ПО): • операционные системы (ОС), обеспечивающие организацию процесса обработки информации, распределение ресурсов памяти компьютера, способ общения человека с компьютером (интерфейс); • драйверы – специальные программы, управляющие работой устройств ввода/вывода и оперативной памятью; • операционные оболочки – средства, обеспечивающие простоту и наглядность в общении человека с ОС;

	• утилиты – программы, обеспечивающие обслуживание составных частей ПК и специальных задач.

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам) Таблица 2

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Информационно-коммуникационные технологии в образовании				
Тема 1.1 Информатизация образования	ОК 1-6, ПК 1.2- 1.7 ПК 2.1 ПК 2.4-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 34, У1	Устный опрос	ОК 01-11 ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31-34, У1-У4	3 семестр – другие формы контроля 4 семестр – Диф.зачет
Тема 1.2 Основные направления использования ИКТ в образовательном учреждении	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 34, У1	Лабораторная работа 1		
Тема 1.3 Основы законодательства по работе с персональными данными в учреждениях образования	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 34, У1	Лабораторная работа 2 Тест1		
Раздел 2. Аппаратные и программные средства информационных технологий				
Тема 2.1 Общая характеристика аппаратного обеспечения	ОК 1-5 ПК 1.4-1.7 ПК 2.4-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 34, У1	Лабораторная работа 3		
Тема 2.2 Общая характеристика программного обеспечения	ОК 1-5 ПК 1.4-1.7 ПК 2.4-2.6 ПК 3.1-3.4 ПК 4.1-4.5 ЛР 1-20	Лабораторная работа 4		

	31, 34, У1			
Раздел 3. Основные технологии работы с информационными объектами с помощью современных программных средств				
Тема 3.1 Технология работы с графическими информационными объектами	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 34, У2	Лабораторная работа 5		
Тема 3.2 Технология работы с текстовыми информационными объектами	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 34, У2	Лабораторная работа 6 Лабораторная работа 7 Лабораторная работа 8 Лабораторная работа 9 Лабораторная работа 10 Лабораторная работа 11 Лабораторная работа 12 Контрольная работа 1		
Тема 3.3 Технология работы с публикациями	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 34, У2	Лабораторная работа 13		
Тема 3.4 Технология работы с презентациями	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 34, У2	Лабораторная работа 14 Лабораторная работа 15 Лабораторная работа 16 Лабораторная работа 17 Лабораторная работа 18		
Тема 3.5 Технология работы с числовыми	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6	Лабораторная работа 19		

информационными объектами	ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 34, У2	Лабораторная работа 20 Лабораторная работа 21 Лабораторная работа 22 Лабораторная работа 23 Лабораторная работа 24		
Тема 3.6 Технология разработки электронных дидактических материалов	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 34, У2, У3	Лабораторная работа 25 Лабораторная работа 26 Лабораторная работа 27 Лабораторная работа 28		
Тема 3.7 Конструктор «ПервоЛого»	ОК 1-6, ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 34, У2, У3	Лабораторная работа 29 Лабораторная работа 30 Лабораторная работа 31		
Раздел 4. Интернет-технологии, Интернет-ресурсы, кибербезопасность, защита и хранение информации				
Тема 4.1 Интернет-технологии в образовательном процессе	ОК 1-11 ПК 1.1, 1.4-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 33, У2, У3, У4	Лабораторная работа 32 Лабораторная работа 33		
Тема 4.2 Источники информации в Интернете	ОК 1-11 К 1.1, 1.4-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 33, У2, У3, У4	Лабораторная работа 34 Лабораторная работа 35 Лабораторная работа 36 Лабораторная работа 37 Лабораторная работа 38		

		Лабораторная работа 39 Лабораторная работа 40		
Тема 4.3 Кибербезопасность, защита и хранение информации	ОК 1-11 К 1.1, 1.4-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 33, У2, У3, У4	Лабораторная работа 41		
Тема 4.4 Средства организации общения в сети Интернет и хранение информации	ОК 1-11 ПК 1.1, 1.4-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 33, У2, У3, У4	Лабораторная работа 42 Лабораторная работа 43 Лабораторная работа 44		
Раздел 5. Технологии организации взаимодействия в информационной среде				
Тема 5.1 Инструменты для организации самостоятельной и совместной работы	ОК 1-11 ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 33, У2, У3, У4	Лабораторная работа 45 Лабораторная работа 46		
Раздел 6. Средства информационных технологий обучения				
Тема 6.1 Компьютерные технологии в образовании	ОК 1-11 ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 33, У2, У3, У4	Лабораторная работа 47 Лабораторная работа 48 Лабораторная работа 49 Лабораторная работа 50		
Тема 6.2 Особенности цифрового обучения	ОК 1-11 ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 1-20 31, 32, 33, У2, У3, У4	Лабораторная работа 51 Контрольная работа 2		

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» – ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» – грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» – ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» – допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» – правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Отметка 4 «хорошо» – правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Отметка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Отметка 2 «неудовлетворительно» – правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» – работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Отметка 4 «хорошо» – выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка 3 «удовлетворительно» – работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка 2 «неудовлетворительно» – работа выполнена не полностью, и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Лабораторная работа. Критерии оценивания.

Выполнение работы в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности – 2 балла;

Рациональный и самостоятельный выбор технологии выполнения работы, обеспечивающей получение точных результатов – 2 балл;

Описание хода лабораторной работы в логической последовательности – 1 балл;

Корректная формулировка выводов по результатам лабораторной работы – 2 балла;

Выполнения всех этапов работы в соответствии с заданием, технически грамотно и аккуратно – 2 балла;

Соблюдение правил техники безопасности при выполнении лабораторной работы – 1 балл.

Перевод баллов в отметку:

Отметка 5 «отлично» - от 9 до 10 баллов

Отметка 4 «хорошо» - от 6 до 8 баллов.

Отметка 3 «удовлетворительно» - от 3 до 5 баллов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - от 1 до 2 баллов.

5. Контрольная работа. Критерии оценивания.

Отметка «5» – работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: правильно и аккуратно выполнены все задания; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Отметка «4» – выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» – работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка «2» – работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Другие формы зачёта (3 семестр)

1.Форма проведения: решение практико-ориентированных задач

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 мин

Оборудование учебного кабинета: рабочие места обучающихся (16 ед.); рабочее место преподавателя; учебная доска; рабочая программа учебной дисциплины ЕН.02 Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности, методические указания по выполнению заданий дифференцированного зачета.

Технические средства обучения: компьютеры с лицензионным программным обеспечением; мультимедийный комплекс; электронные учебники. Компьютеры подключены к локальной вычислительной сети, информационно-образовательной среде КГА ПОУ «ДИТК» и сети Интернет.

Программное обеспечение: Windows, Microsoft Office; Антивирусная защита: Kaspersky Free.

Информационные источники: программное обеспечение общего и профессионального назначения; комплект учебно-наглядных пособий; тестовый материал, карточки индивидуальных заданий; методические рекомендации для проведения лабораторных занятий.

Требования охраны труда: ИОТ-11 при работе в кабинете информатики, ИОТ-64 для пользователей персональных компьютеров, ТБ-4 при работе на видеодисплейных терминалах и ЭВМ.

3.Пакет материалов для проведения промежуточной аттестация в форме дифференцированного зачёта (4 семестр)

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

1. Тема 3.1 Технология работы с графическими информационными объектами
2. Тема 3.2 Технология работы с текстовыми информационными объектами

3.2 Практико-ориентированные задания.

3.3 3.Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
31. Правила техники безопасности и гигиенические требования при	Знает и выполняет правила техники безопасности и гигиенические требования

использовании средств ИКТ в образовательном процессе;	при использовании средств ИКТ в образовательном процессе.
32. Основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.) с помощью современных программных средств;	Знает основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.) с помощью современных программных средств.
33. Возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития;	Имеет представление о возможностях использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития.
34. Назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности	Знает аппаратное и программное обеспечение ПК, применяемое в профессиональной деятельности.
У1. Соблюдать правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ в профессиональной деятельности.	Соблюдает правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ в профессиональной деятельности.
У3. Применять современные технические средства обучения, контроля и оценки уровня физического развития, основанные на использовании компьютерных технологий	Осуществляет отбор обучающих программ в соответствии с возрастом и уровнем психического развития обучающихся/воспитанников.
У3. Создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.	Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.
У4. Использовать сервисы и информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет в профессиональной.	Использует сервисы и информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет в профессиональной деятельности.
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Знает возможности аппаратного и программного обеспечения персонального компьютера (ПК), применяемого в профессиональной деятельности. Умеет организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения.

	Умеет ответственно выполнять практические задания.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Знает правила создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи информационных объектов различного типа с помощью современных информационных технологий. Умеет соблюдать правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ в учебной деятельности. Умеет организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения. Умеет качественно выполнять учебные задания. Умеет осуществлять самоанализ и самооценку. Умеет использовать прикладное программное обеспечение при решении учебных задач. Умеет использовать аппаратные и программные средства ПК.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Знает возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития. Умеет выполнять требования к техническому и программному оснащению ПК. Умеет адекватно принимать решения в различных ситуациях.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Знает возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития. Знает различные сервисы и программные пакеты. Умеет использовать основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.) с помощью современных программных средств и ИКТ. Умеет использовать ресурсы сети Интернет для совершенствования учебной деятельности и личностного развития. Умеет использовать возможности аппаратного и программного обеспечения

	персонального компьютера (ПК), применяемого в профессиональной деятельности.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Знает возможности ресурсов сети Интернет для совершенствования учебной деятельности и личностного развития. Умеет использовать сервисы и информационные ресурсы сети Интернет в учебной деятельности. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.	Знает правила и нормы работы в сети Интернет. Знает правила использования образовательных ресурсов Сети. Умеет выполнять задачи по работе в учебных проектах, конструктивное взаимодействие с членами своей команды и преподавателем. Умеет участвовать в обсуждении проблемных задач при работе в группе.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	Знает способы создания интерактивного цифрового ресурса. Знает технологическую последовательность операций при работе с ИКТ. Умеет ставить цели, мотивировать собственную деятельность. Умеет моделировать содержание игровой деятельности с использованием компьютера.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Знает алгоритм работы с программными продуктами. Умеет использовать сервисы и информационные ресурсы сети Интернет для совершенствования учебной деятельности и личностного развития.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.	Знает тенденций обновления технологий. Знает способы применения элементов технологий smart-образования для проектирования собственной профессиональной деятельности. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью

	современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса. Знает тенденций обновления технологий.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.	Знает основные положения по профилактике травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей в процессе образовательной деятельности.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Знает и соблюдает правовые нормы, регулирующие профессиональную деятельность.
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК для планирования физического воспитания обучающихся, учебных занятий, внеурочные мероприятий, при работе с документацией, обеспечивающей образовательный процесс.
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.	Умеет моделировать содержание занятий с использованием новых информационных технологий.
ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.	Умеет моделировать содержание внеурочной физкультурно-спортивной деятельности обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности с использованием новых информационных технологий.
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	Знает алгоритм работы с программными продуктами, позволяющими осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК для анализа учебных занятий, внеурочные мероприятий, при работе с документацией, обеспечивающей образовательный процесс.
ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.	Знает способы использования необходимого ресурса и набора технических средств для создания интерактивных заданий для детей школьного возраста. Умеет использовать средства ИКТ согласно гигиеническим

	требованиям и требованиям техники безопасности.
ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК при работе с документацией, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.
ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК для планирования физического воспитания обучающихся, учебных занятий, внеурочные мероприятий, при работе с документацией, обеспечивающей образовательный процесс.
ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.	Умеет моделировать содержание занятий с использованием новых информационных технологий.
ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.	Умеет моделировать содержание внеурочных занятий физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности с использованием новых информационных технологий.
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	Знает алгоритм работы с программными продуктами, позволяющими осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК для анализа учебных занятий, внеурочные мероприятий, при работе с документацией, обеспечивающей образовательный процесс.
ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК при работе с документацией, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским

	группам. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.
ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.	Знает возможности различных сервисов и программных пакетов для разработки методических и дидактических материалов. Знает возможности использования образовательных ресурсов сети Интернет. Умеет применять аппаратное и программное обеспечение персонального компьютера (ПК). Умеет использовать сервисы и информационные ресурсы сети Интернет. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий.
ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Знает возможности пакета прикладных программ – Microsoft Office. Умеет использовать сервисы сети Интернет для работы с образовательным ресурсом. Умеет использовать возможности аппаратного и программного обеспечения для систематизации и оценки педагогического опыта и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Знает возможности пакета прикладных программ – Microsoft Office. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий, оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.	Умеет использовать основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов в

	исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания. Умеет использовать сервисы и ресурсы сети Интернет в профессиональной деятельности.

Примерный КИМ по другим формам контроля (3 семестр)

Контрольная работа представляет собой текстовый файл-документ, созданный процессором WORD.

1. Первая страница файла представляет собой титульный лист. *Колонтитул* отсутствует (образец см. ниже).
2. Вторая страница содержит объект «*Оглавление*», созданный автоматизированным способом по команде. Пример содержания см. на рисунке ниже.

Содержание

Раздел 1. Введение.....	3
Раздел 2. Списки	4
Раздел 3. Колонки	5
Раздел 4. Формула	6
Раздел 5. Таблица. Расчеты в таблице	7
Раздел 6. Создание диаграмм	8
Раздел 7. Создание рисунка	9

3. Установить нумерацию страниц (внизу, справа), не включая титульный лист. Создать *верхний колонтитул* на всех последующих страницах «*Зачетная работа_ Фамилия И.О.*».
4. Зачетная работа выполняется шрифтом 14 пт., Times New Roman. Поля на странице: слева – 3, справа – 1 сверху – 2, снизу – 2 (см). Каждый раздел начинать со следующей страницы.
5. Организовать *обычные* и *концевые сноски*.

Раздел 1. Введение

Установить красную строку – 1,27 см, полуторный промежуток между строками, расставить переносы. Основной текст раздела начинается с буквы. Создать нумерованный список.

В последнее время все большую популярность среди широкого круга пользователей завоевывает текстовый процессор Word. Word – это multifunctional программа обработки текста, ее предназначение:

- 1) набор, редактирование, верстка текста, таблиц;
- 2) управление всеми пунктами меню, опциями и командами с помощью мыши;
- 3) просмотр на экране готового к печати документа без вывода на дополнительную распечатку;
- 4) вставка рисунков;
- 5) заготовка бланков, писем и других документов;
- 6) обмен информацией с другими программами;

7) проверка орфографии.

Раздел 2. Списки

Чтобы грамотно оформить документ, пользователь должен уметь:

- редактировать текст;
- пользоваться стилями оформления;
- создавать текстовые эффекты;
- создавать формулы;
- создавать таблицы;
- создавать диаграммы и др.

При оформлении текстовых эффектов обратить внимание на смещение надписей относительно основного текста. Например, $Y_{\min}$ или сек².

Раздел 3. Колонки

В рабочей документации часто используются формулы для пояснения расчетов. Для написания формул в приложении Word есть редактор формул. Редактор формул запускается командой *Вставка* → *Уравнение*. В открывшемся диалоговом окне выбрать пункт Вставить новое уравнение. Откроется панель управления Формула, которая позволяет написать любую сложную формулу. Панель управления содержит 2 строки:

- 1-я пиктограмма для ввода математических символов;

- 2-я для задания шаблонов.

Пиктограммы для ввода объединены в группы по функциональному назначению. Для вставки символов или шаблона необходимо нажать указателем мыши поле группы, содержащей нужный элемент. В открывшемся полном списке следует выбрать нужное и нажать кнопку. В результате символ (шаблон) будет вставлен в документ.

Раздел 4. Формула

$$z = \begin{cases} \frac{1+|x|}{\sqrt[3]{1+x+x^2}}, x \leq -1 \\ 2 \ln(1+x^2) + \frac{1+\cos^4(x)}{2+x}, x \in (-1,0) \\ (1+x)^{3/5}, x \geq 0 \end{cases}$$

Раздел 5. Таблица. Расчеты в таблице

Для расчета значения в столбце «Стоимость» выполнить Таблица → Формула. При умножении данных выбрать из раскрывающегося списка и вставить в строку окна Формула запись =PRODUCT(b2; c2); при сложении данных столбца =SUM(ABOVE). Обозначения столбцов таблицы a, b, c, d, ..., строк 1, 2, 3 ... Отсортировать таблицу по полю «Наименование» по алфавиту. Построить гистограмму.

Наименование	Количество в штуках	Цена в рублях	Стоимость товара в рублях
Мяч футбольный	10	100	1000
Мяч теннисный	100	20	2000
Ракетка теннисная	5	150	750
Волан для игры в бадминтон	40	20	800
Ракетка для игры в бадминтон	50	40	2000
Итого			6550

Раздел 6. Создание диаграмм

Построить диаграммы с использованием инструмента SmartArt (возможны вариации при построении диаграммы, цветовые комбинации и т.д.).



Рис. 1 – Дисциплины физической культуры, медицины и коррекционной педагогики, составляющие основу знаний адаптивной физической культуры



Рис. 2 – Классификация видов реабилитации (по В.З. Кантору)

Раздел 7. Создание рисунка

Вставить в документ любой рисунок профессиональной направленности. Применить к нему возможности, представляемые вкладкой **Средства рисования** (цветовые комбинации, контуры, эффекты, фон, стиль и т.д.).

4.Эталоны ответов

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж» КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА ЕН.02 «ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ» 49.02.02 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА Студент 00.00.0000 г. подпись И.О. Фамилия Оценка выполнения и защиты _____ Руководитель 00.00.0000 г. подпись И.О. Фамилия Дальнегорск, 2024 год	Зачетная работа Адаменко О.П. СОДЕРЖАНИЕ Раздел 1. Введение 3 Раздел 2. Списки.....4 Раздел 3. Колонки.....5 Раздел 4. Формула.....6 Раздел 5. Таблица. Расчеты в таблице.....7 Раздел 6. Создание диаграммы.....8 Раздел 7. Создание рисунка.....9

Раздел 1. Введение

В последнее время все большую популярность среди широкого круга пользователей завоевывает текстовый процессор Word.

Word¹ – это многофункциональная программа обработки текста, ее предназначение:

- 1) набор, редактирование, верстка текста, таблиц;
- 2) управление всеми пунктами меню, опциями и командами с помощью мыши;
- 3) просмотр на экране готового к печати документа без вывода на дополнительную распечатку;
- 4) вставка рисунков;
- 5) заготовка бланков, писем и других документов;
- 6) обмен информацией с другими программами;
- 7) проверка орфографии.

Word – *****

Раздел 2. Списки

Чтобы грамотно оформить документ, пользователь должен уметь:

- редактировать текст;
- пользоваться стилями оформления;
- создавать текстовые эффекты;
- создавать формулы;
- создавать таблицы;
- создавать диаграммы и др.

При оформлении текстовых эффектов обратить внимание на смещение надписей относительно основного текста. Например, **Y_{min}** или **сек²**.

Раздел 3. Колонки

В рабочей документации часто используются формулы для пояснения расчетов. Для написания формул в приложении Word есть редактор формул. Редактор формул запускается командой **Вставка** → **Объект**. В открывшемся диалоговом окне выбрать пункт **Microsoft Equation 3.0**. Откроется панель управления **Формула**, которая позволяет написать любую сложную формулу.

Панель управления содержит 2 строки:

- 1-я пиктограмма для ввода математических символов;
- 2-я для задания шаблонов.

Пиктограммы для ввода объединены в группы по функциональному назначению. Для вставки символов или шаблона необходимо нажать указателем мыши поле группы, содержащей нужный элемент. В открывшемся полном списке следует выбрать нужное и нажать кнопку. В результате символ (шаблон) будет вставлен в документ.

Раздел 4. Формула

$$z = \begin{cases} \frac{1+|x|}{\sqrt[3]{1+x+x^2}}, x \leq -1 \\ 2\ln(1+x^2) + \frac{1+\cos^4(x)}{(1+x)^{2/5}}, x \in (-1,0) \\ \frac{2+x}{(1+x)^{3/5}}, x \geq 0 \end{cases}$$

Раздел 5. Таблица. Расчеты в таблице.

Наименование	Количество в штуках	Цена в рублях	Стоимость товара в рублях
Учебник	10	100	1000
Тетрадь	100	20	2000
Сборник задач	5	150	750
Ручка	40	20	800
Линейка	50	40	2000
Итого			6550



Раздел 6. Создание диаграмм



Раздел 7. Создание рисунка



Критерии оценки ответов

Отметка «5» –зачетное задание выполнено в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения, правильно и аккуратно; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Отметка «4» – выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» –зачетное задание выполнено не в полном объеме, но объем выполненной части зачетного задания позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка «2» – работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

3. Дифференцированный зачет (4 семестр)

1.Форма проведения: решение практико-ориентированных задач

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 мин

Оборудование учебного кабинета: рабочие места обучающихся (16 ед.); рабочее место преподавателя; учебная доска; рабочая программа учебной дисциплины *ЕН.02 Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности*, методические указания по выполнению заданий дифференцированного зачета.

Технические средства обучения: компьютеры с лицензионным программным обеспечением; мультимедийный комплекс; электронные учебники. Компьютеры подключены к локальной вычислительной сети, информационно-образовательной среде КГА ПОУ «ДИТК» и сети Интернет.

Программное обеспечение: Windows, Microsoft Office; Антивирусная защита: Kaspersky Free.

Информационные источники: программное обеспечение общего и профессионального назначения; комплект учебно-наглядных пособий; тестовый материал, карточки индивидуальных заданий; методические рекомендации для проведения лабораторных занятий.

Требования охраны труда: ИОТ-11 при работе в кабинете информатики, ИОТ-64 для пользователей персональных компьютеров, ТБ-4 при работе на видеодисплейных терминалах и ЭВМ.

3.Пакет материалов для проведения экзамена

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

1. Тема 3.1 Технология работы с графическими информационными объектами
2. Тема 3.2 Технология работы с текстовыми информационными объектами
3. Тема 3.5 Технология работы с числовыми информационными объектами
4. Тема 5.1 Инструменты для организации самостоятельной и совместной работы
5. Тема 6.1 Компьютерные технологии в образовании

3.2. Практико-ориентированные задания.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата

31. Правила техники безопасности и гигиенические требования при использовании средств ИКТ в образовательном процессе;	Знает и выполняет правила техники безопасности и гигиенические требования при использовании средств ИКТ в образовательном процессе.
32. Основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.) с помощью современных программных средств;	Знает основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.) с помощью современных программных средств.
33. Возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития;	Имеет представление о возможностях использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития.
34. Назначение и технологию эксплуатации аппаратного и программного обеспечения, применяемого в профессиональной деятельности	Знает аппаратное и программное обеспечение ПК, применяемое в профессиональной деятельности.
У1. Соблюдать правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ в профессиональной деятельности.	Соблюдает правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ в профессиональной деятельности.
У3. Применять современные технические средства обучения, контроля и оценки уровня физического развития, основанные на использовании компьютерных технологий	Осуществляет отбор обучающих программ в соответствии с возрастом и уровнем психического развития обучающихся/воспитанников.
У3. Создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.	Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.
У4. Использовать сервисы и информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет в профессиональной.	Использует сервисы и информационные ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет в профессиональной деятельности.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Знает возможности аппаратного и программного обеспечения персонального компьютера (ПК), применяемого в профессиональной деятельности. Умеет организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения. Умеет ответственно выполнять практические задания.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Знает правила создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи информационных объектов различного типа с помощью современных информационных технологий. Умеет соблюдать правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ в учебной деятельности. Умеет организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения. Умеет качественно выполнять учебные задания. Умеет осуществлять самоанализ и самооценку. Умеет использовать прикладное программное обеспечение при решении учебных задач. Умеет использовать аппаратные и программные средства ПК.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Знает возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития. Умеет выполнять требования к техническому и программному оснащению ПК. Умеет адекватно принимать решения в различных ситуациях.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Знает возможности использования ресурсов сети Интернет для совершенствования профессиональной деятельности, профессионального и личностного развития. Знает различные сервисы и программные пакеты. Умеет использовать основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов различного типа (текстовых, графических, числовых и т.п.) с помощью современных программных

	средств и ИКТ. Умеет использовать ресурсы сети Интернет для совершенствования учебной деятельности и личностного развития. Умеет использовать возможности аппаратного и программного обеспечения персонального компьютера (ПК), применяемого в профессиональной деятельности.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Знает возможности ресурсов сети Интернет для совершенствования учебной деятельности и личностного развития. Умеет использовать сервисы и информационные ресурсы сети Интернет в учебной деятельности. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.	Знает правила и нормы работы в сети Интернет. Знает правила использования образовательных ресурсов Сети. Умеет выполнять задачи по работе в учебных проектах, конструктивное взаимодействие с членами своей команды и преподавателем. Умеет участвовать в обсуждении проблемных задач при работе в группе.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	Знает способы создания интерактивного цифрового ресурса. Знает технологическую последовательность операций при работе с ИКТ. Умеет ставить цели, мотивировать собственную деятельность. Умеет моделировать содержание игровой деятельности с использованием компьютера.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Знает алгоритм работы с программными продуктами. Умеет использовать сервисы и информационные ресурсы сети Интернет для совершенствования учебной деятельности и личностного развития.
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее	Знает тенденций обновления технологий.

целей, содержания, смены технологий.	Знает способы применения элементов технологий smart-образования для проектирования собственной профессиональной деятельности. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса. Знает тенденций обновления технологий.
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.	Знает основные положения по профилактике травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей в процессе образовательной деятельности.
ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.	Знает и соблюдает правовые нормы, регулирующие профессиональную деятельность.
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК для планирования физического воспитания обучающихся, учебных занятий, внеурочные мероприятий, при работе с документацией, обеспечивающей образовательный процесс.
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.	Умеет моделировать содержание занятий с использованием новых информационных технологий.
ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.	Умеет моделировать содержание внеурочной физкультурно-спортивной деятельности обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности с использованием новых информационных технологий.
ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	Знает алгоритм работы с программными продуктами, позволяющими осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК для анализа учебных занятий, внеурочные мероприятий, при работе с документацией, обеспечивающей образовательный процесс.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.	Знает способы использования необходимого ресурса и набора технических средств для создания интерактивных заданий для детей школьного возраста. Умеет использовать средства ИКТ согласно гигиеническим требованиям и требованиям техники безопасности.
ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК при работе с документацией, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.
ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК для планирования физического воспитания обучающихся, учебных занятий, внеурочных мероприятий, при работе с документацией, обеспечивающей образовательный процесс.
ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.	Умеет моделировать содержание занятий с использованием новых информационных технологий.
ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.	Умеет моделировать содержание внеурочных занятий физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности с использованием новых информационных технологий.
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	Знает алгоритм работы с программными продуктами, позволяющими осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК для анализа учебных занятий, внеурочных мероприятий, при работе с документацией, обеспечивающей образовательный процесс.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.	Умеет использовать современные программные и аппаратные средства ПК при работе с документацией, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты с помощью современных информационных технологий для обеспечения образовательного процесса.
ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.	Знает возможности различных сервисов и программных пакетов для разработки методических и дидактических материалов. Знает возможности использования образовательных ресурсов сети Интернет. Умеет применять аппаратное и программное обеспечение персонального компьютера (ПК). Умеет использовать сервисы и информационные ресурсы сети Интернет. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий.
ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	Знает возможности пакета прикладных программ – Microsoft Office. Умеет использовать сервисы сети Интернет для работы с образовательным ресурсом. Умеет использовать возможности аппаратного и программного обеспечения для систематизации и оценки педагогического опыта и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.	Знает возможности пакета прикладных программ – Microsoft Office. Умеет создавать, редактировать, оформлять, сохранять, передавать информационные объекты различного типа с помощью современных информационных технологий,

	оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.	Умеет использовать основные технологии создания, редактирования, оформления, сохранения, передачи и поиска информационных объектов в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания. Умеет использовать сервисы и ресурсы сети Интернет в профессиональной деятельности.

Примерный КИМ Экзамен (6 семестр)

Экзаменационная работа представляет собой текстовый файл-документ, созданный процессором WORD.

1. Первая страница файла представляет собой титульный лист (образец см. в файле «Титульный лист»). *Колонтитул* отсутствует.

2. Вторая страница содержит объект «*Оглавление*», созданный автоматизированным способом по соответствующей команде. Пример содержания см. на рисунке ниже.

2	
СОДЕРЖАНИЕ	
Раздел 1. Списки	3
Раздел 2. Таблица	3
Раздел 3. Ввод формулы с использованием редактора формул.....	4
Раздел 4. Создание диаграммы Smart Art.....	4
Раздел 5. Решение задачи в MS Excel, построение диаграммы	4

3. Установить нумерацию страниц (внизу, справа), не включая титульный лист. Создать *верхний колонтитул* на всех последующих страницах «*Экзаменационная работа_Фамилия И.О.*».

4. Зачетная работа выполняется шрифтом 14 пт., Times New Roman. Поля на странице: слева – 3, справа – 1, сверху – 2, снизу – 2 (см).

Раздел 1. Списки

Ввести текст. Создать многоуровневый список. Для родителей, обучающихся *Школы № ...* в конце учебного года (2021-2022) было проведено анкетирование, которое позволило выявить степень удовлетворённости образовательными услугами, в том числе уровнем преподавания физической культуры. По результатам анкетирования построить гистограмму.

АНКЕТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ МОБУ «СОШ №...» ПО РЕЗУЛЬТАТАМ 2021-2022
УЧ. ГОДА

1. Качеством образования по физической культуре:
 - а) Полностью удовлетворены – 80% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 20% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
2. Профессионализмом преподавателя физической культуры:
 - а) Полностью удовлетворены – 80% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 20% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
3. Взаимоотношениями педагога с обучающимися:
 - а) Полностью удовлетворены – 100% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 0% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
4. Взаимоотношениями педагога с родителями:
 - а) Полностью удовлетворены – 100% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 0% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
5. Качеством проведения секции:
 - а) Полностью удовлетворены – 60% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 20% родителей
 - в) Не удовлетворены – 20% родителей
6. Организацией спортивных мероприятий:
 - а) Полностью удовлетворены – 100% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 0% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
7. Организацией спортивной работы в период каникул:
 - а) Полностью удовлетворены – 60% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 20% родителей
 - в) Не удовлетворены – 20% родителей

Раздел 2. Таблица

Создать таблицу профессиональной направленности «Результаты физического развития. 2 часть «Дневник самоконтроля» и выполнить ее форматирование максимально близко к оригиналу.

Результаты физического развития
2 часть. «Дневника самоконтроля»
**Упражнения для развития физических качеств и
результаты их выполнения**

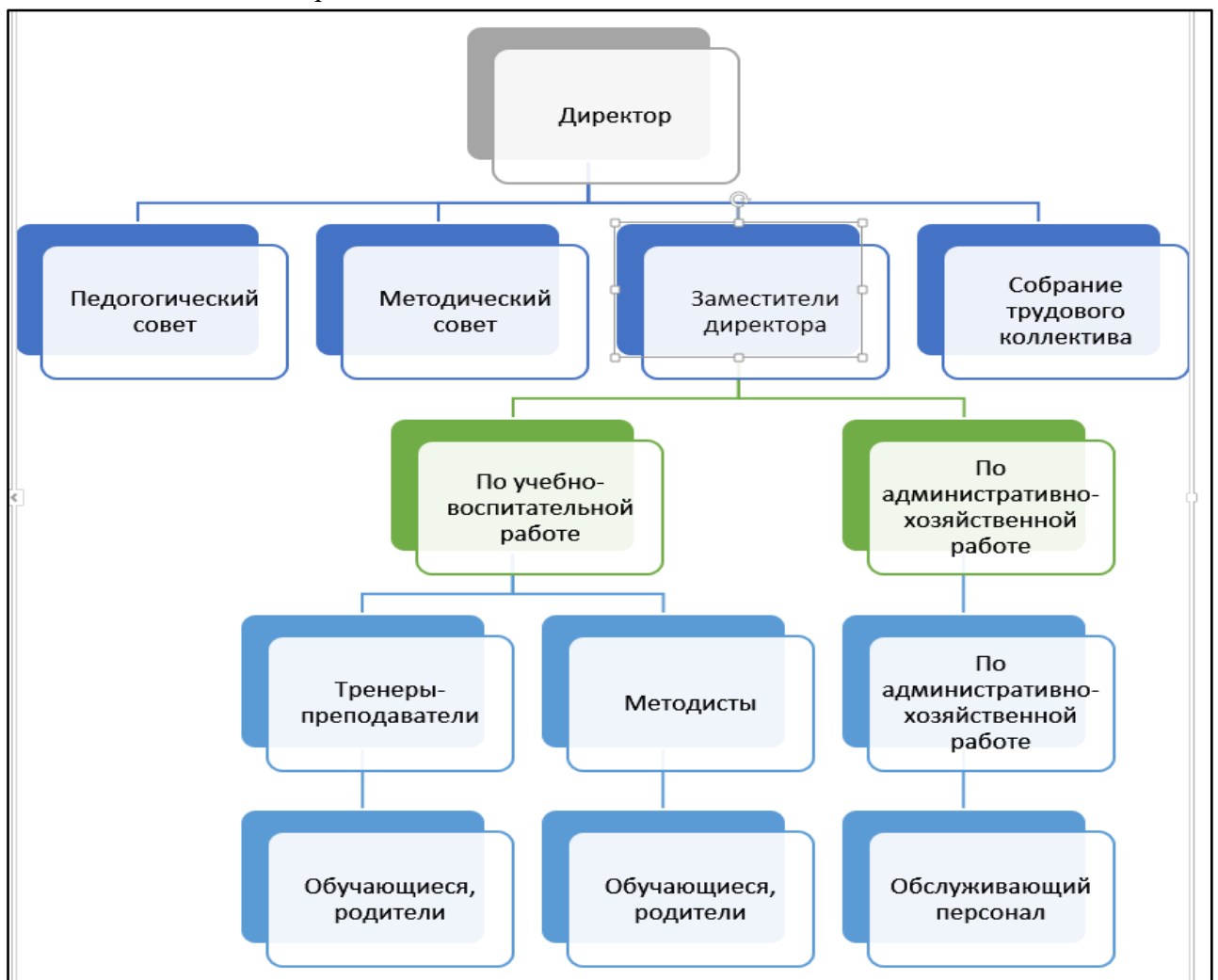
	апрель 2020 г.								
Физические упражнения	4	6	8	11	15	19	21	23	26
Отжимание (количество раз)									
Пресс за 1 мин. (количество раз)									
Скакалка за 30 сек. (колич. раз)									
Наклоны вперёд									
Прыжки в длину с места									
Приседания									

Расчерти такую таблицу на второй странице тетради.
После подготовки и разминки выполни эти упражнения
и запиши первые результаты в таблицу.

Раздел 3. Ввод формулы с использованием редактора формул

$$f(x) = a_0 + \sum_{n=1}^{\infty} \left(a_n \cos \frac{n\pi x}{L} + b_n \sin \frac{n\pi x}{L} \right)$$

Раздел 4. Создание диаграммы Smart Art



Раздел 5. Решение задачи в MS Excel, построение диаграммы

Задание 1. В течение последних двух лет ведется мониторинг занятости обучающихся во внеурочное время. За последние два года количество обучающихся, посещающих занятия

во внеурочное время, постоянно растёт. Рассчитать значения в столбце «Процентное соотношение», построить диаграмму «Занятость учащихся во внеурочное время».

Занятость обучающихся во внеурочное время

Учебный год	Класс	Количество обучающихся в классе	Количество обучающихся, занятых во внеурочное время	Процентное соотношение
2021–2022	5	25	18	?
	6	30	16	?
	7	29	13	?
2022 – 2023	5	25	20	?
	6	30	19	?
	7	29	27	?

Задание 2.

Тест Руфье – нагрузочный комплекс, предназначенный для оценки работоспособности сердца при физической нагрузке.

После 5-минутного отдыха пациента в положении сидя измеряется его пульс (P_1).

1. Затем пациент выполняет приседания в течение 30 секунд. Измеряют его пульс (P_2).

2. Пациент отдыхает 1 минуту. Измеряют его пульс (P_3).

Все подсчеты пульса рекомендуется проводить по 15 секунд. Индекс рассчитывается по формуле: $\frac{(P_1 + P_2 + P_3) - 200}{10}$.

В новой книге MS Excel на первом листе создать таблицу «Тест Руфье», рассчитать индекс Руфье и Критерий оценки (Результат).

Построить диаграмму соответствующего типа, отражающую индекс Руфье для каждого пациента.

Тест Руфье	Тест Руфье										
нагрузочный комплекс, предназначенный для оценки работоспособности сердца при физической нагрузке. ○ После 5-минутного отдыха пациента в положении сидя измеряется его пульс (P_1). ○ Затем пациент выполняет приседания в течение 30 секунд. Измеряют его пульс (P_2). ○ Пациент отдыхает 1 минуту. Измеряют его пульс (P_3) ✓ Все подсчеты пульса рекомендуется проводить по 15 индекс рассчитывается по формуле: $\frac{(P_1 + P_2 + P_3) - 200}{10}$ MySh	<table> <tr> <th>Индекс</th><th>Критерий оценки (Результат)</th></tr> <tr> <td>5 или менее</td><td>Отличный</td></tr> <tr> <td>6-10</td><td>Хороший</td></tr> <tr> <td>11-15</td><td>Удовлетворительный</td></tr> <tr> <td>16 и более</td><td>Неудовлетворительный</td></tr> </table> ПРИМЕР. $P_1=60$ $P_2=120$ $P_3=100$ $\frac{(60 + 120 + 100) - 200}{10} = 6$ Получен хороший результат	Индекс	Критерий оценки (Результат)	5 или менее	Отличный	6-10	Хороший	11-15	Удовлетворительный	16 и более	Неудовлетворительный
Индекс	Критерий оценки (Результат)										
5 или менее	Отличный										
6-10	Хороший										
11-15	Удовлетворительный										
16 и более	Неудовлетворительный										

Тест Руфье

Заполнить таблицу
с помощью формулы и функции ЕСЛИ
(в программе MS Excel или Calc LibreOffice)

№	ФИО пациента	Значение пульса пациента			Ин- декс Руфье	Результат
		P ₁	P ₂	P ₃		
1.	Левитан И.И.	72	128	116		
2.	Суриков В.И.	60	132	100		
3.	Айвазовский И.К.	68	108	92		
4.	Глазунов И.С.	80	152	120		
5.	Шилов А.М.	60	142	120		
6.	Петров-Водкин К.С.	64	120	100		
7.	Репин И.Е.	64	100	94		

 MyShared



4.Эталоны ответов

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж» ЭКЗАМЕНАЦИОННАЯ РАБОТА ЕН.02 «ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ» 49.02.02 АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА Студент подпись И.О. Фамилия 00.00.0000 г. Оценка выполнения и защиты Руководитель подпись И.О. Фамилия 00.00.0000 г. Дальнегорск, 2024 год	Экзаменационная работа Адаменко О.П. СОДЕРЖАНИЕ Раздел 1. Списки.....3 Раздел 2. Таблица.....4 Раздел 3. Ввод формулы с использованием редактора формул 5 Раздел 4. Создание диаграммы Smart Art 5 Раздел 5. Решение задачи в MS Excel, построение диаграммы.....5

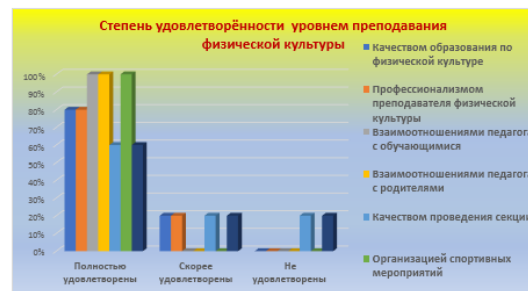
Раздел 1. Списки

Ввести текст. Создать многоуровневый список. Для родителей, обучающихся Школы №... в конце учебного года (2021-2022) было проведено анкетирование, которое позволило выявить степень удовлетворённости образовательными услугами, в том числе уровнем преподавания физической культуры. По результатам анкетирования построить гистограмму.

АНКЕТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ МОБУ «СОШ №...» ПО РЕЗУЛЬТАТАМ 2021-2022 УЧ. ГОДА

1. Качеством образования по физической культуре:
 - а) Полностью удовлетворены – 80% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 20% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
2. Профессионализмом преподавателя физической культуры:
 - а) Полностью удовлетворены – 80% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 20% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
3. Взаимоотношениями педагога с обучающимися:
 - а) Полностью удовлетворены – 100% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 0% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
4. Взаимоотношениями педагога с родителями:
 - а) Полностью удовлетворены – 100% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 0% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
5. Качеством проведения секции:
 - а) Полностью удовлетворены – 60% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 20% родителей
 - в) Не удовлетворены – 20% родителей
6. Организацией спортивных мероприятий:
 - а) Полностью удовлетворены – 100% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 0% родителей
 - в) Не удовлетворены – 0% родителей
7. Организацией спортивной работы в период каникул:
 - а) Полностью удовлетворены – 60% родителей
 - б) Скорее удовлетворены – 20% родителей
 - в) Не удовлетворены – 20% родителей

3



Раздел 2. Таблица

Создать таблицу профессиональной направленности «Результаты физического развития. 2 часть «Дневник самоконтроля» и выполнить ее форматирование максимально близко к оригиналу.

Результаты физического развития
2 часть. «Дневник самоконтроля»
Упражнения для развития физических качеств и результаты их выполнения

	апрель 2020 г.									
Физические упражнения	4	6	8	11	15	19	21	23	26	
Отжимание (количество раз)										
Пресс за 1 мин. (количество раз)										
Скакалка за 30 сек. (колич. раз)										
Наклоны вперёд										
Прыжки в длину с места										
Приседания										

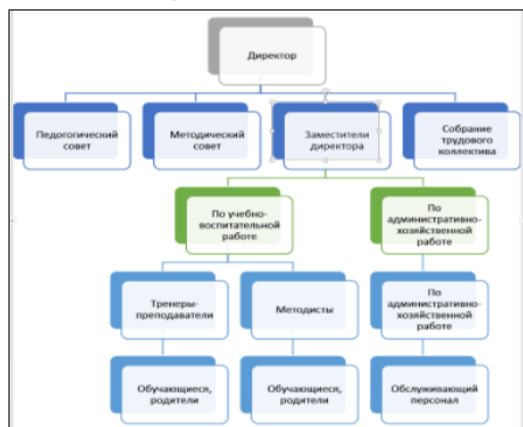
Расчерти такую таблицу на второй странице тетради. После подготовки и разминки выполни эти упражнения и запиши первые результаты в таблицу.

4

Раздел 3. Ввод формулы с использованием редактора формул

$$f(x) = a_0 + \sum_{n=1}^{\infty} \left(a_n \cos \frac{n\pi x}{L} + b_n \sin \frac{n\pi x}{L} \right)$$

Раздел 4. Создание диаграммы Smart Art



Раздел 5. Решение задачи в MS Excel, построение диаграммы

Задание 1. В течение последних двух лет ведется мониторинг занятости обучающихся во внеурочное время. За последние два года количество обучающихся, посещающих занятия во внеурочное время, постоянно растёт. Рассчитать значения в столбце «Процентное соотношение», построить диаграмму «Занятость учащихся во внеурочное время».

5

Занятость обучающихся во внеурочное время

Учебный год	Класс	Количество обучающихся в классе	Количество обучающихся, занятых во внеурочное время	Процентное соотношение
2021–2022	5	25	18	72%
	6	30	16	53%
	7	29	13	45%
2022 – 2023	5	25	20	80%
	6	30	19	62%
	7	29	27	93%



Задание 2.

Тест Руфье – нагрузочный комплекс, предназначенный для оценки работоспособности сердца при физической нагрузке.

После 5-минутного отдыха пациента в положении сидя измеряется его пульс (P1).

1. Затем пациент выполняет приседания в течение 30 секунд. Измеряют его пульс (P2).

2. Пациент отдыхает 1 минуту. Измеряют его пульс (P3).

Все подсчеты пульса рекомендуется проводить по 15 секунд. Индекс рассчитывается по формуле:
$$\frac{(P_1 + P_2 + P_3) - 200}{10}$$

В новой книге MS Excel на первом листе создать таблицу «Тест Руфье», рассчитать индекс Руфье и Критерий оценки (Результат).

Построить диаграмму соответствующего типа, отражающую индекс Руфье для каждого пациента.

6

№	ФИО пациента	Значение пульса пациента			Индекс <u>Риффе</u>	Результат
		P1	P2	P3		
1	Левитан И.И.	72	128	116	11,6	удовлетворительный
2	Суриков В.И.	60	132	100	9,2	хороший
3	Айвазовский И.К.	68	108	92	6,8	хороший
4	Глазунов И.С.	80	152	120	15,2	неудовлетворительный
5	Шилов А.М.	60	142	120	12,2	удовлетворительный
6	Петров-Водкин К.С.	64	120	100	8,4	хороший
7	Регин И.Е.	64	100	94	5,8	хороший

№	А				В				Г			
	Итого	Итого	Итого	Итого	Итого	Итого	Итого	Итого	Итого	Итого	Итого	
1	№				№				№			
2	Итого				Итого				Итого			
3	Итого				Итого				Итого			
4	Итого				Итого				Итого			
5	Итого				Итого				Итого			
6	Итого				Итого				Итого			
7	Итого				Итого				Итого			
8	Итого				Итого				Итого			
9	Итого				Итого				Итого			
10	Итого				Итого				Итого			
11	Итого				Итого				Итого			
12	Итого				Итого				Итого			
13	Итого				Итого				Итого			
14	Итого				Итого				Итого			
15	Итого				Итого				Итого			
16	Итого				Итого				Итого			
17	Итого				Итого				Итого			
18	Итого				Итого				Итого			
19	Итого				Итого				Итого			
20	Итого				Итого				Итого			
21	Итого				Итого				Итого			
22	Итого				Итого				Итого			
23	Итого				Итого				Итого			
24	Итого				Итого				Итого			
25	Итого				Итого				Итого			
26	Итого				Итого				Итого			
27	Итого				Итого				Итого			
28	Итого				Итого				Итого			

Отметка «5» –зачетное задание выполнено в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения, правильно и аккуратно; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Отметка «3» –зачетное задание выполнено не в полном объеме, но объем выполненной части зачетного задания позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

5. Зачетная ведомость

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.01. Педагогика

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» программы учебной дисциплины «Педагогика»

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Шевчик С.А., преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов

4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины ОП.01 Педагогика обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

3.1-особенности системы образования в Российской Федерации, преемственности уровней образования, виды документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта	-знание особенностей системы образования в Российской Федерации, преемственности уровней образования, видов документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта
3.2- психолого-педагогические условия, методы и приемы развития мотивации в процессе обучения и воспитания	- характеристика психолого-педагогических условий, методов и приемов развития мотивации в процессе обучения и воспитания
3.3- формы, методы, виды контроля и способы оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности	- владение формами, методами, видами контроля и способами оценки качества образования, психолого-педагогическими основами оценочной деятельности
3.4- понятие о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации	-владение понятиями о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации
3.5- формы, методы и средства, технологии обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения	- обоснованность выбора форм, методов и средств, технологий обучения и воспитания, их педагогических возможностей и условий применения
3.6- особенности содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта	- знание особенностей содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта
3.7- основные аспекты современного образования	- знание основных аспектов современного образования
3.8- принципы образования, обучения и воспитания	- знание основных принципов образования, обучения и воспитания
3.9- формы воспитательной работы и управления детским коллективом	- владение формами воспитательной работы и управления детским коллективом

3.10- логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту	- знание основных требований к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту
3.11- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить	-выбор актуального профессионального и социального контекста, в котором приходится работать и жить
3.12 - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте	- анализ основных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте
3.13 - современная научная и профессиональная терминология	- владение современной научной и профессиональной терминологией
3.14 - содержание актуальной нормативно-правовой документации	- знание содержания актуальной нормативно-правовой документации
3.15. - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей	- определение сущности гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей

Обучающийся должен уметь:

У.1- определять цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта	-определение целей и задач содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта
–У.2- определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания	- определение педагогических возможностей, эффективности применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания
–У.3- определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса	– определение способов взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса
У.4- анализировать основные документы современного образования и документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта	-умение анализировать основные документы современного образования и документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта
У.5- анализировать педагогические ситуации, опираясь на теоретические основы педагогического процесса	- анализ педагогических ситуаций, опираясь на теоретические основы педагогического процесса
У.6- анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления	-умение анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления

У.7 - готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты	- умение готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты
У.8 -анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части	- анализ задач и/или проблем и выделение их составных частей
У.9 -определять этапы решения задачи	- умение определять этапы решения задачи
У.10 - планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию	- планирование процесса поиска; структурирование получаемой информации
У.11 -выделять наиболее значимое в перечне информации	- выделение наиболее значимого в перечне информации
У.12 -оформлять результаты поиска	- умение оформлять результаты поиска
У.13 -определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию	- определение актуальности нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применение современной научно профессиональной терминологии
У.14 -организовывать работу коллектива и команды	- организация работы коллектива и команды
У.15 - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллектив	- умение грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллектив

Формируемые ОК:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

Формируемые ЛР:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий	ЛР 10

либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются: контрольная работа (3 семестр), экзамен (4 семестр).

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь	
У1- определять цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 2- организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	-определяют цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество - самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, занимаются самообразованием, осознанно планируют повышение квалификации
У 2 определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК9– осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ОК 10 - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей ОК 11 - строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих	- осуществляют анализ сущности определений педагогических возможностей и эффективности применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания - анализируют, констатируют, сравнивают, выводят теоретические положения - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивают охрану жизни и здоровья детей - строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих
У 3 - определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса ОК 3 - оценивать риски и принимать	- умение определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса - оценивают риски и принимают решения в

решения в нестандартных ситуациях ОК 4 - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	нестандартных ситуациях - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - проводят учебные занятия по физической культуре. - организуют внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. - осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся.
У.4- анализировать основные документы современного образования и документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта ОК 4 - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ОК 6- работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами	- осуществляют анализ основных документов современного образования и документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работают в коллективе и команде, взаимодействуют с руководством, коллегами и социальными партнерами

У 5 - анализировать педагогические ситуации, опираясь на теоретические основы педагогического процесса У.6- анализировать педагогическую деятельность, педагогические факты и явления ОК 1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 6 - работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия	- осуществляют анализ педагогических ситуаций, опираясь на теоретические основы педагогического процесса - анализируют педагогическую деятельность, педагогические факты и явления - понимают сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляют к ней устойчивый интерес - работают в коллективе и команде, взаимодействуют с руководством, коллегами и социальными партнерами - анализируют учебные занятия, внеурочные мероприятия
У.7 - готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	- готовят и оформляют отчеты, рефераты, конспекты - понимают сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляют к ней устойчивый интерес. - организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество. - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. - используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. - ведут документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях

У.8 -анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части У.9 -определять этапы решения задачи ОК 1 - понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 6 - работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.	- умеют производить анализ имеющихся задач и/или проблем, выделять их составные части -определять этапы решения задачи -понимают сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляют к ней устойчивый интерес - работают в коллективе и команде, взаимодействуют с руководством, коллегами и социальными партнерами -определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся.
У.10 - планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию У.11 -выделять наиболее значимое в перечне информации У.12 -оформлять результаты поиска ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	- планируют процесс поиска; структурируют получаемую информацию -выделяют наиболее значимое в перечне информации -оформляют результаты поиска осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. - используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. - ведут документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях
У.13 -определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного	- определяют актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применяют современную научную профессиональную терминологию - строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. - владеют базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. - ведут документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	
У.14 -организовывать работу коллектива и команды У.15 - грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. ПК 1.7 Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	-организовывают работу коллектива и команды - грамотно излагают свои мысли и оформляют документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявляют толерантность в рабочем коллективе - работают в коллективе и команде, взаимодействуют с руководством, коллегами и социальными партнерами. - ведут документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.
Знать:	
3.1-особенности системы образования в Российской Федерации, преемственности уровней образования, виды документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.	-знают особенностей системы образования в Российской Федерации, преемственности уровней образования, видов документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. - строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих - определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся.
3.2- психолого-педагогические условия, методы и приемы развития мотивации в процессе обучения и воспитания ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	- соблюдают психолого-педагогические условия, владеют методами и приемами развития мотивации в процессе обучения и воспитания - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. - ставят цели, мотивируют деятельность обучающихся, организовывают и контролируют их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

3.3- формы, методы, виды контроля и способы оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	- владеют формами, методами, видами контроля и способами оценки качества образования, психолого-педагогическими основами оценочной деятельности - осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся.
3.4- понятие о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации 3.5- формы, методы и средства, технологии обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся	-владеют понятиями о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации - обосновывают выбор форм, методов и средств, технологий обучения и воспитания, их педагогических возможностей и условий применения - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. -владеют базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности -определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся
3.6- особенности содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта 3.7- основные аспекты современного образования 3.8- принципы образования, обучения и воспитания 3.9- формы воспитательной работы и управления детским коллективом ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия	- знают особенности содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - знают основные аспекты современного образования - знают основные принципы образования, обучения и воспитания - владеют формами воспитательной работы и управления детским коллективом - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся. -анализируют учебные занятия, внеурочные мероприятия

3.10- логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту 3.11- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- знают основные требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту -выбирают актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить -осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, занимаются самообразованием, осознанно планируют повышение квалификации
3.12 - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте 3.13 - современная научная и профессиональная терминология ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся	- пользуются основными источниками информации и ресурсами для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте - владеют современной научной и профессиональной терминологией -организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество. -осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития -определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся
3.14 - содержание актуальной нормативно-правовой документации 3.15. - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей ОК 11 - строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного	- знают содержания актуальной нормативно-правовой документации - определяют сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей -строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих -ведут документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического

физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях	воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1 Общие основы педагогики				
Тема 1.1 Становление и развитие педагогической науки и практики	3.1, 3.7 У.1 ОК 9, ОК 12 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Самостоятельная работа	3.1, 3.7 У.1 ОК 9, ОК 12 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	
Тема 1.2. Целостный педагогический процесс: компоненты и этапы организации	3 4 У.3 ОК 7 ПК 1.2 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20		3 4 У.3 ОК 7 ПК 1.2 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	
Тема 1.3. Образование как общественное явление	3.1, 3.6, 3.7, 3.8 У.1 ОК 9, ОК 11 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20		3.1, 3.6, 3.7, 3.8 У.1 ОК 9, ОК 11 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	
Раздел 2. Теоретические основы процесса обучения				
Тема 2.1. Обучение как часть педагогического процесса	3.4, 3.5, 3.8 У.2, У.3 ОК 7 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	Устный опрос Тестирование Практическая работа Самостоятельная работа	3.4, 3.5, 3.8 У.2, У.3 ОК 7 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	Контрольная работа 3 семестр

Тема 2.2. Формы, методы и средства обучения	3.5 У.2 ОК 1-2 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20		3.5 У.2 ОК 1-2 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	
Тема 2.3 Педагогические условия и правила формулирования цели	3.2 У.1 ОК 7, ОК 9 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	Устный опрос Тестирование Практическая работа Самостоятельная работа	3.2 У.1 ОК 7, ОК 9 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	
Тема 2.4 Оценка и контроль педагогического процесса и его результатов	3.3 У.5, У.6 ОК 4 ПК 1.4 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20		3.3 У.5, У.6 ОК 4 ПК 1.4 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	
Раздел 3. Теоретические основы процесса воспитания				
Тема 3.1 Воспитание как часть педагогического процесса	3.2, 3.8, 3.9 У.3 ОК 7 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	Устный опрос Тестирование Практическая работа Самостоятельная работа	3.2, 3.8, 3.9 У.3 ОК 7 ПК 1.1 ЛР 3, 5, 7, 10, 12-20	Экзамен 4 семестр
Тема 3.2 Воспитание базовой культуры личности обучающегося в педагогическом процессе				
Тема 3.3 Методы воспитания и условия оптимального выбора				
Тема 3.4 Формы и средства воспитания				

3.2. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения учебных действий, заполнения таблиц, и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, диаграммы; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью, и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа (3 семестр)

1. Форма проведения: письменная.

2. Условия выполнения

1. Инструкция для обучающихся.

2. Время выполнения: 90 минут.

3. Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

4. Технические средства обучения: нет.

5. Информационные источники, допустимые к использованию: нет.

6. Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3. Пакет материалов

3.1. Перечень тем, которые включает контрольная работа:

Тема 1.1 Становление и развитие педагогической науки и практики

Тема 1.2. Целостный педагогический процесс: компоненты и этапы организации

Тема 1.3. Образование как общественное явление

Тема 2.1. Обучение как часть педагогического процесса

Тема 2.2. Формы, методы и средства обучения

3.2. Перечень вопросов, которые включает контрольная работа:

1. Функции педагогической науки.
2. Основные категории педагогики.
3. Первые педагогические мысли знаменитых педагогов.
4. Воспитание как система.
5. Понятие "Педагогика"
6. Развитие педагогики как науки
7. Науки, входящие в систему педагогических
8. Факторы, оказывающие влияние на развитие личности
9. Реальная действительность, в условиях которой происходит развитие личности.
10. Движущие силы развития личности
11. Процессы, идущие впереди развития личности.
12. Дополнительный фактор личностного развития
13. Стадии социализации.
14. Основные группы факторов социализации.
15. Целостный педагогический процесс
16. Возрастная периодизация
17. Основные категории дидактики
18. Метод научно-педагогического исследования
19. Коллективные отношения
20. Педагогические исследования

Образец контрольной работы

Часть А

Вопрос 1. Предмет педагогики:

1. Образование как реальный педагогический процесс
2. Воспитание и образование личности, рассматриваемые как социальное явление, педагогическая система, процесс, деятельность
3. Педагогическая деятельность, направленная на передачу культуры и опыта
4. Реальная общественная воспитательная практика формирования подрастающих поколений
5. Сущность детской личности, её формирование

Вопрос 2. Первые педагогические мысли встречаются в трудах:

1. Коперник, Ньютон
2. Галилей, Дж. Бруно
3. Сократ, Платон, Аристотель
4. Леонардо да Винчи
5. Ф. Бекон

Вопрос 3. Воспитание — это

1. Процесс целенаправленного воздействия воспитателя на сознание и поведение воспитанника
2. Управление процессом развития и социализации личности
3. Процесс влияния на подрастающее поколение с целью передачи им культуры и опыта

4. Деятельность человека, направленная на саморазвитие
5. Совокупность взглядов и убеждений, уровень практической подготовки к жизни и труду

Вопрос 4. Развитие педагогики как науки определило:

1. Прогресс науки и техники
2. Забота родителей о счастье детей
3. Биологический закон сохранения рода
4. Объективная потребность в подготовке человека к жизни и труду
5. Повышение роли воспитания в общественной жизни

Вопрос 5. Факторы, оказывающие влияние на развитие личности:

1. Наследственность, среда, воспитание
2. Наследственность, обучение
3. Цвет кожи
4. Среда, обучение
5. Наследственность, воспитание

Вопрос 6. Движущие силы развития личности — это:

1. Деятельность (активная)
2. Противоречия (внешние и внутренние)
3. Самосознание, саморазвитие
4. Учение, труд, общение
5. Потребности, склонности, интересы

Вопрос 7. Стадии социализации:

1. Начальная, основная, завершающая
2. Детство, отрочество, юность
3. Дотрудовая, трудовая, послетрудовая
4. Дошкольная, школьная, юношеская
5. Молодость, зрелость, старость

Вопрос 8. Личность — это:

1. Живое существо, обладающее даром мышления и речи
2. Своеобразие психики и личности индивида, её неповторимость
3. Человек, как субъект отношений и сознательной деятельности, способный к самопознанию и саморазвитию
4. Человек, как неповторимый представитель рода, с его психофизиологическими свойствами
5. Специфика характера, темперамента, интеллекта, потребностей, способностей

Вопрос 9. «Развитие» - это:

1. Накопление количественных изменений в организме человека
2. Уничтожение старого и возникновение нового
3. Становление человека как социального существа, которое происходит в процессе жизни и деятельности
4. Процесс количественных и качественных изменений в важнейших сферах личности, осуществляющийся под влиянием внешних и внутренних факторов
5. Целенаправленный процесс формирования у людей заданных качеств

Вопрос 10. Метод научно-педагогического исследования — это:

1. Выполнение умственных или письменных действий с целью углубления знаний

2. Словесное пояснение, анализ, доказательство и истолкование различных положений материала
3. Способ изучения педагогических явлений
4. Восприятие исследуемого объекта в точно учитываемых условиях
5. Диалог между исследователем и респондентом с целью сбора каких-либо сведений

Вопрос 11. Укажите этапы педагогического процесса:

1. Основной, подготовительный, пропедевтический
2. Прогностический, основной, корректирующий
3. Подготовительный, основной, заключительный
4. Целеполагания, диагностика, управления
5. Мотивационный, стимулирующий, корректирующий

Часть В

Установите соответствие

Вопрос 1. Теоретическая функция педагогики реализуется на трёх уровнях

1. описательном А. выявление состояния педагогических явлений и процессов
2. диагностическом Б. экспериментальные исследования педагогической действительности и построение на их основе моделей преобразования этой действительности
3. прогностическом В. изучение передового и новаторского педагогического опыта

Вопрос 2. Технологическая функция педагогики реализуется на трёх уровнях

1. проективном А. разработка методических материалов, воплощающих теоретические концепции
2. преобразовательном Б. оценка влияния результатов научных исследований на практику обучения и воспитания
3. рефлексивном В. внедрение достижений педагогической науки в образовательную практику с целью ее совершенствования и реконструкции

Вопрос 3. Наука _____ представляет собой _____

1. педагогика А. общий взгляд на концепцию образования
2. педагогика Б. конкретное воплощение педагогической концепции, методика.
- В. преподавание

Часть С

Дополните высказывание

Вопрос 1. Предположение, при котором на основе ряда фактов делается вывод о существовании объекта, связи или причины явления _____.

Вопрос 2. Систематическая и сознательная деятельность человека, направленная на совершенствование своих положительных качеств и преодоление отрицательных называется _____.

Вопрос 3. Наука о воспитательных отношениях, возникающих в процессе взаимосвязи воспитания, образования и обучения с самовоспитанием, самообразованием и самообучением и направленных на развитие человека _____

4. Эталоны ответов

Часть А: 1-2, 2-3, 3-2, 4-4, 5-1, 6-2, 7-3, 8-3, 9-4, 10-3, 11-3

Часть В: В1(1-В, 2-А, 3-Б), В2(1-А, 2-В, 3-Б), В3(1-А, 2-Б)

Часть С: В1 (гипотезой), В2(самовоспитанием), В3(педагогика)

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь	
У1- определять цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 2- организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	-определяют цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество - самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, занимаются самообразованием, осознанно планируют повышение квалификации
У 2 определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК9– осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ОК 10 - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей ОК 11 - строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих	- осуществляют анализ сущности определений педагогических возможностей и эффективности применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания - анализируют, констатируют, сравнивают, выводят теоретические положения - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивают охрану жизни и здоровья детей - строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих
У 3 - определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса ОК 3 - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК 4 - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного	- умение определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса - оценивают риски и принимают решения в нестандартных ситуациях - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

развития ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	- используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - проводят учебные занятия по физической культуре. - организуют внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. - осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся.
Знать:	
3.1-особенности системы образования в Российской Федерации, преемственности уровней образования, виды документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.	-знают особенностей системы образования в Российской Федерации, преемственности уровней образования, видов документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. - строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих - определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся.
3.2- психолого-педагогические условия, методы и приемы развития мотивации в процессе обучения и воспитания ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	- соблюдают психолого-педагогические условия, владеют методами и приемами развития мотивации в процессе обучения и воспитания - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. - ставят цели, мотивируют деятельность обучающихся, организуют и контролируют их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

3.3- формы, методы, виды контроля и способы оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	- владеют формами, методами, видами контроля и способами оценки качества образования, психолого-педагогическими основами оценочной деятельности - осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся.
3.4- понятие о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации 3.5- формы, методы и средства, технологии обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся	-владеют понятиями о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации - обосновывают выбор форм, методов и средств, технологий обучения и воспитания, их педагогических возможностей и условий применения - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. -владеют базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности -определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся
3.6- особенности содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта 3.7- основные аспекты современного образования 3.8- принципы образования, обучения и воспитания 3.9- формы воспитательной работы и управления детским коллективом ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия	- знают особенности содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - знают основные аспекты современного образования - знают основные принципы образования, обучения и воспитания - владеют формами воспитательной работы и управления детским коллективом - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся. -анализируют учебные занятия, внеурочные мероприятия

3.10- логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту 3.11- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- знают основные требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту -выбирают актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить -осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, занимаются самообразованием, осознанно планируют повышение квалификации
3.12 - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте 3.13 - современная научная и профессиональная терминология ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся	- пользуются основными источниками информации и ресурсами для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте - владеют современной научной и профессиональной терминологией -организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество. -осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития -определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся
3.14 - содержание актуальной нормативно-правовой документации 3.15. - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей ОК 11 - строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного	- знают содержания актуальной нормативно-правовой документации - определяют сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей -строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих -ведут документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического

физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях	воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

5.Критерии оценки ответов обучающихся.

Оценка «5» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В + 50% заданий части С

Оценка «4» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В

Оценка «3» - выполнено 60% заданий части А

Оценка «2» - выполнено менее 60% заданий части А

6.Ведомость.

2.Экзамен (4 семестр)

1. Форма проведения: устная (по билетам).

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места для обучающихся.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: выполнение норм СанПин, техники безопасности.

3. Пакет материалов для проведения экзамена.

3.1. Перечень тем, выносимых на экзамен:

Тема 1.1 Становление и развитие педагогической науки и практики

Тема 1.2. Целостный педагогический процесс: компоненты и этапы организации

Тема 1.3. Образование как общественное явление

Тема 2.1. Обучение как часть педагогического процесса

Тема 2.2. Формы, методы и средства обучения

Тема 2.3 Педагогические условия и правила формулирования цели

Тема 2.4 Оценка и контроль педагогического процесса и его результатов

Тема 3.1 Воспитание как часть педагогического процесса

Тема 3.2 Воспитание базовой культуры личности обучающегося в педагогическом процессе

Тема 3.3 Методы воспитания и условия оптимального выбора

Тема 3.4 Формы и средства воспитания

3.2. Перечень вопросов, которые выносятся на промежуточную аттестацию:

1. Понятие педагогики, предмет педагогики.
2. Задачи педагогической науки.
3. Основные категории педагогики
4. Образование как система.
5. Модели образования.
6. Личность как объект и субъект воспитания.
7. Влияние наследственности на развитие личности.
8. Влияние среды на развитие личности.
9. Роль воспитания в развитии личности.
10. Деятельность как фактор развития личности.
11. Возрастная периодизация.
12. Цель и задачи воспитания.
13. Принципы воспитания и правила их реализации.

14. Особенности обучения и воспитания младшего школьника.
15. Особенности обучения и воспитания, учащихся среднего школьного возраста.
16. Особенности обучения и воспитания старших школьников.
17. Особенности обучения взрослых.
18. Индивидуальные особенности и их учет в учебно-воспитательной работе.
19. Дидактика как теория обучения.
20. Основные категории дидактики.
21. Сущность и содержание процесса обучения.
22. Виды дополнительных образовательных программ.
23. Характеристика дополнительной образовательной программы.
24. Принципы обучения и правила их реализации в учебном процессе.
25. Принцип научности и правила реализации.
26. Принцип наглядности и правила реализации.
27. Принцип доступности и правила реализации.
28. Принцип сознательности и активности, правила реализации.
29. Принцип систематичности и последовательности, правила реализации.
30. Принцип прочности и правила реализации в учебном процессе.
31. Принцип связи теории с практикой, правила реализации в учебном процессе.
32. Понятие метода обучения. Классификация методов обучения Ю.К. Бабанского.
33. Сущность и содержание словесных методов обучения.
34. Сущность и содержание наглядных методов обучения.
35. Сущность и содержание практических методов обучения.
36. Технология проблемного обучения.
37. Технология дифференцированного обучения.
38. Технология развивающего обучения.
39. Методика индивидуальной работы.
40. Формы организации процесса обучения.
41. Анализ мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности.
42. Вспомогательные формы обучения.
43. Диагностика обученности.
44. Роль наглядности в обучении.
45. Технические средства обучения.
46. Семейное воспитание и его особенности. Воспитательные функции семьи.
47. Виды профессиональной деятельности спортивного педагога
48. Функциональные компоненты деятельности спортивного педагога.
49. Специфика деятельности спортивного педагога.
50. Педагогическая характеристика личности спортивного педагога.
51. Профессиональные способности спортивного педагога.
52. Компоненты базовой культуры личности и пути их формирования.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Обучающийся должен уметь:

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь	

У1- определять цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 2- организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	-определяют цели и задачи содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество - самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, занимаются самообразованием, осознанно планируют повышение квалификации
У 2 определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК9– осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ОК 10 - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей ОК 11 - строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих	- осуществляют анализ сущности определений педагогических возможностей и эффективности применения различных методов, приемов, методик, форм организации обучения и воспитания - анализируют, констатируют, сравнивают, выводят теоретические положения - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивают охрану жизни и здоровья детей - строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих
У 3 - определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса ОК 3 - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК 4 - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для	- умение определять способы взаимодействия с обучающимися, участниками педагогического процесса - оценивают риски и принимают решения в нестандартных ситуациях - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной

совершенствования профессиональной деятельности ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	деятельности - проводят учебные занятия по физической культуре. - организуют внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. - осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся.
Знать:	
3.1-особенности системы образования в Российской Федерации, преимущественности уровней образования, виды документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.	-знают особенностей системы образования в Российской Федерации, преимущественности уровней образования, видов документов, определяющих содержание и организацию педагогического процесса в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. - строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих - определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся.
3.2- психолого-педагогические условия, методы и приемы развития мотивации в процессе обучения и воспитания ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	- соблюдают психолого-педагогические условия, владеют методами и приемами развития мотивации в процессе обучения и воспитания - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. - ставят цели, мотивируют деятельность обучающихся, организуют и контролируют их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
3.3- формы, методы, виды контроля и способы оценки качества образования, психолого-педагогические основы оценочной деятельности	- владеют формами, методами, видами контроля и способами оценки качества образования, психолого-педагогическими основами оценочной деятельности

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	- осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся.
3.4- понятие о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации 3.5- формы, методы и средства, технологии обучения и воспитания, их педагогические возможности и условия применения ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся	-владеют понятиями о целостном педагогическом процессе, его компонентах и этапах организации - обосновывают выбор форм, методов и средств, технологий обучения и воспитания, их педагогических возможностей и условий применения - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. -владеют базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности -определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся
3.6- особенности содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта 3.7- основные аспекты современного образования 3.8- принципы образования, обучения и воспитания 3.9- формы воспитательной работы и управления детским коллективом ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия	- знают особенности содержания образования в организациях, реализующих программы в области физической культуры и спорта - знают основные аспекты современного образования - знают основные принципы образования, обучения и воспитания - владеют формами воспитательной работы и управления детским коллективом - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -осуществляют педагогический контроль, оценивают процесс и результаты деятельности обучающихся. -анализируют учебные занятия, внеурочные мероприятия
3.10- логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту 3.11- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки	- знают основные требования к устному выступлению, отчету, реферату, конспекту -выбирают актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить -осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и

и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, занимаются самообразованием, осознанно планируют повышение квалификации
3.12 - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте 3.13 - современная научная и профессиональная терминология ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся	- пользуются основными источниками информации и ресурсами для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте - владеют современной научной и профессиональной терминологией -организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество. -осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития -определяют цели и задачи, планируют физическое воспитание обучающихся
3.14 - содержание актуальной нормативно-правовой документации 3.15. - сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей ОК 11 - строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях	- знают содержания актуальной нормативно-правовой документации - определяют сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей -строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих -ведут документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

4.Эталоны ответов.

1.Педагогика — наука о сущности, закономерностях, принципах, методах и формах обучения и воспитания человека. Это наука об образовании и искусство воспитательной практики по формированию и развитию личности. Как отмечают исследователи, педагогика — наука о целенаправленном процессе передачи человеческого опыта и подготовки подрастающего поколения к жизни и деятельности; педагогика — наука о

законах и закономерностях воспитания, образования, обучения, социализации и творческого саморазвития человека. Социализация — процесс усвоения человеком определенной системы знаний, норм, ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноценного члена данного общества. Педагогика физической культуры и спорта — предметное освоение человеком пространства физкультурно-спортивной деятельности, реализуемое в процессах обучения и воспитания.

2. *Вскрытие закономерностей в воспитании, образовании, обучении, управлении образовательными и воспитательными системами.* Это важнейшая постоянная задача. Закономерности в педагогике трактуются как связи между намеренно созданными или объективно существующими условиями и достигнутыми результатами. В качестве результатов выступают обученность, воспитанность, развитость личности в конкретных ее параметрах. *Прогнозирование образования на ближайшее и отдаленное будущее.* Без научных прогнозов невозможно управлять образовательной политикой, экономикой образования, совершенствованием педагогической деятельности, управлением образовательными системами. *Внедрение результатов исследований в практику.* Эта задача возникла в последнее десятилетие. Она связана прежде всего с появлением рыночных отношений в сфере не только материального, но и духовного производства.

3. Воспитание, обучение, образование. Воспитание всегда выражает историческую потребность общества в подготовке поколения, способного реализовывать определенные общественные функции и социальные роли. То есть системы, обуславливающие характер и задачи воспитания, соответствуют сложившимся этнонациональным традициям, особенностям общественно-исторической формации, определенной ценностной иерархии, а также политической и идеологической доктрине государства. В мировой практике известны такие системы воспитания, как спартанская, система рыцарского воспитания, Домострой, воспитание джентльмена, система коллективных творческих дел. Обучение — понимается как взаимообусловленный, целенаправленный организованный и систематически осуществляемый процесс передачи педагогом определенных знаний, умений, навыков и их усвоение обучаемыми. При этом учитель: преподает — целенаправленно передает знания, жизненный опыт, способы деятельности, основы культуры и научного знания; руководит процессом освоения знаний, навыков и умений; создает условия для развития личности учащихся (их памяти, внимания, мышления). В свою очередь, ученик: учится, овладевает передаваемой информацией и выполняет учебные задания с помощью учителя, совместно с одноклассниками или самостоятельно; пытается самостоятельно наблюдать, сравнивать, мыслить; проявляет инициативу в поиске новых знаний, дополнительных источников информации (справочник, учебник, Internet), занимается самообразованием. Образование — процесс овладения системой научных знаний, познавательных умений и навыков. Вся совокупность образовательных (или учебных и воспитательных) учреждений выстраивается в систему в рамках конкретного города, региона, страны.

4. Содержание понятия «образование» рассматривается на основе анализа человеческой культуры как совокупности следующих факторов: знания (о природе, обществе, технике, человеке, космосе), раскрывающие картину мира; опыт осуществления известных для человека способов деятельности; опыт творческой деятельности по решению новых проблем, обеспечивающей развитие у человека способности к дальнейшему развитию культуры, науки и человеческого общества; опыт ценностного отношения к миру

Образование как система — совокупность преемственных программ и федеральных государственных образовательных стандартов, сеть реализующих их образовательных учреждений, органов управления образованием. Образовательные системы — социальные институты, осуществляющие целенаправленную подготовку подрастающего поколения к самостоятельной жизни в современном обществе. Основные элементы образования как макросистемы, имеющей государственный статус, это системы дошкольного, школьного, среднего специального, высшего и послевузовского дополнительного образования.

5. *Модель развивающегося образования* предполагает организацию образования как особой инфраструктуры через широкую кооперацию деятельности образовательных систем разного ранга, типа и уровня. Такое построение позволяет обеспечивать и удовлетворять потребности различных слоев населения страны в образовательных услугах.

Традиционная модель образования — модель систематического академического образования как способа передачи молодому поколению универсальных элементов культуры прошлого, роль которого сводится в основном к их воспроизведению. В соответствии с концепцией традиционализма образовательная система должна преимущественно решать задачу формирования базовых знаний, умений и навыков (в рамках сложившейся культурно-образовательной традиции), позволяющих индивиду перейти к самостоятельному усвоению знаний, ценностей и умений более высокого ранга.

Рационалистическая модель образования предполагает такую его организацию, которая обеспечивает приспособление человека к существующему обществу. *Школа* — «образовательный конвейер», и для обучения на этом «конвейере» производится трансляция специально отобранных культурных ценностей. Идеал деятельности учителя и ученика — точная репродукция, выполнение алгоритма. Творческий характер обучения и учения не обсуждается, его просто нет. У воспитанников (учащихся) вырабатывается адаптивный «поведенческий репертуар», разработанный априори и необходимый для адекватного жизнеустройства в соответствии с социальными нормами, требованиями и ожиданиями общества. *Феноменологическая модель образования* предполагает персональный характер обучения с учетом индивидуально-психологических особенностей обучающихся, их интересов и потребностей. Содержание образования должно соответствовать генотипу человека. Обязательным условием является создание предпосылок для самопознания (ситуации выбора) и поддержки уникального развития каждого участника педагогического процесса. *Не институциональная модель образования* — ориентирована на организацию образования вне социальных институтов, в частности, школ и вузов. Это образование на «природе», с помощью сети Internet, в условиях «открытых школ», диктантное обучение и др.

6. Личность — системное качество, приобретаемое индивидом в предметной деятельности и общении, характеризующее его со стороны включенности в общественные отношения. К таким свойствам и качествам относятся речь, сознание, социальные функции (родителей, учителей, управленцев), позиции личности (отношение к материальным и духовным ценностям, к обществу, к людям, к себе, к обязанностям и степени их осознания), нравственный облик личности, ее социальные установки. Качества личности формируются в конкретных видах деятельности, в складывающихся отношениях с окружающим миром и людьми, в мышлении и сознании, в познавательных процессах. Всестороннее и гармоническое формирование и развитие личности является главной целью воспитания.

7. Важнейшими факторами развития личности являются наследственность, окружающая среда, воспитание, а также активность самой личности. *Первый фактор* —

наследственность, то есть воспроизведение у потомков биологического сходства с родителями. Человек наследует анатомическое строение, физиологическое функционирование, тип обмена веществ в организме, тип и пластичность нервной системы, динамизм и скорость нервных реакций, безусловные рефлексы (пищевые, оборонительные, ориентировочные). Однако есть биологические свойства, которые отличают одного человека от другого. Это природные задатки — индивидуальные, генетически закрепленные свойства, определяющие анатомо-физиологическую предрасположенность к различным видам деятельности. Природные задатки носят общий характер и не ориентированы на какой-либо конкретный вид деятельности. Например, ребенок может родиться с музыкальными задатками, а то, кем конкретно он станет — оперным или эстрадным певцом, композитором, дирижером или музыкантом-исполнителем — зависит от того, какой музыкальной деятельностью он будет заниматься. Поэтому формирование и развитие личностных качеств человека обусловлено условиями его жизни в обществе, то есть внешними факторами.

8. *Второй фактор — окружающая среда*, то есть комплекс разнообразных внешних явлений, стихийно действующих на человека. Географическая среда включает разнообразные природно-климатические условия и ресурсы. Она оказывает опосредованное влияние на развитие и формирование личности через образ жизни и характер трудовой деятельности человека. В научных концепциях западных авторов имеются толкования о первостепенной роли географической среды. Народы, живущие в благоприятных географических условиях в разные исторические периоды «сбавили» темпы своего промышленного и социального развития, потребляя готовые дары природы. Народы северных территорий, наоборот, организовались, закалились в борьбе с суровыми условиями жизни, нарастили мощный интеллектуальный и промышленный потенциал. Но все-таки в современных условиях, в век научного и технического прогресса географическая среда не может обеспечить решение программы развития личности и адаптацию ее к самостоятельной жизни и деятельности. В значительной степени развитие человека определяет социальная среда: государственный строй и политика государства, наука, школа, обучение и воспитание, условия труда и быта, семья, культура и традиции государства, культура, литература, искусство, средства массовой информации. Это все дальняя среда. Она неодинакова на разных этапах общественного развития. Поэтому в разные исторические эпохи она формировала разный, присущий той или иной эпохе тип личности. Ребенок, не впитавший в себя культуру общества, оказывается неприспособленным к социальной жизни, не может реализовать то, что заложено в нем самой природой. Вне общества ребенок не становится человеком. Но даже совокупное действие этих факторов не всегда обеспечивает формирование необходимых качеств личности. Ближняя среда — это ближайшее окружение человека: семья, родственники, друзья, одноклассники.

9. *Третий фактор — воспитание* как целенаправленный, педагогически организованный процесс формирования качеств и свойств личности, развития ее способностей. Различные условия жизни людей и воспитания, принадлежность к разным социальным группам, взаимодействие и борьба их интересов развивают и формируют и различное сознание. Воспитание не может изменить унаследованных физических данных, врожденный тип нервной деятельности, изменить состояние географической, социальной, домашней или других сред. Но оно может оказать формирующее влияние на развитие путем специальной тренировки и упражнений (спортивные достижения, укрепление здоровья,

совершенствование процессов возбуждения и торможения, т.е. гибкости и подвижности нервных процессов), внести определяющий корректив в устойчивость природных наследственных особенностей. При организации воспитания педагогам следует помнить, что разных виды деятельности оказывают различное влияние на развитие тех или иных способностей человека в разные его возрастные периоды. Развитие личности находится в зависимости от ведущего вида деятельности. Практикой доказано, что целенаправленное воспитание обеспечивает развитие особых задатков, инициирует духовные и физические силы. Это подтверждают успехи педагогов-новаторов. Неправильное воспитание способно деструктурировать уже развитое в человеке, а отсутствие подходящих условий – вовсе остановить развитие даже особо одаренных личностей.

10. *Четвертый фактор* — *активность самого человека* как саморегулирующей, самодвижущей, саморазвивающейся, само воспитывающейся персоны. Во многом — человек творец самого себя. Активность личности человека имеет два аспекта: чисто физическая и психическая. Эти два вида активности могут в отдельном человеке проявляться во множестве комбинаций: высокая физическая активность и низкая психическая; высокая психическая и низкая физическая; средняя активность та и другая; низкая активность та и другая и т.п. Итак, сделаем вывод: воспитание является важнейшим фактором формирования и развития личности. Только под влиянием научно обоснованного воспитания и создании соответствующих условий, учете особенностей нервной системы ребенка, обеспечении развития всех его органов, учете его потенциальных возможностей и включении в соответствующие виды деятельности индивидуальные природные задатки могут перерасти в способности.

11. Возрастная периодизация — это периодизация развития человека от момента зачатия (либо от момента рождения) и до момента смерти и соответствующие этому определения возрастных границ этапов в жизни человека, принятая в обществе система возрастной стратификации. В ряде случаев границы возрастных периодов в жизни человека имеют юридическое значение (например, максимальный геста ионный возраст, при котором законом разрешён аборт по социальным показаниям [по желанию женщины] в отсутствие медицинских показаний, или возраст совершеннолетия, возраст наступления уголовной ответственности, пенсионный возраст и другое). В возрастной и педагогической психологии принято выделять следующие периоды развития детей и школьников: младенчество (до 1 года); ранний детский возраст (2—3 года); пред дошкольный возраст (3—5 лет); дошкольный возраст (5—6 лет); младший школьный возраст (6—10 лет); средний школьный, или подростковый возраст (11—15 лет); старший школьный возраст, или ранняя юность (15—18 лет).

12. Цель воспитания — формирование личности ребенка, поступки которой будут соответствовать нормам и правилам жизни в социуме. **Общие цели.** У ребенка развиваются те качества, которые для данного коллектива являются типичными. Ими обладает большинство детей данной ячейки и, не имея их, индивидууму сложно проявлять себя. Индивидуальные. Ребенок воспитывается с учетом личных особенностей. Такая цель позволяет развить индивидуальность, рассмотреть талант и выявить предрасположенность к чему-либо. **Перспективные.** Цель формулируется на несколько лет. Как правило, она посвящена выработке определенных качеств, например, для жизни в конкретном коллективе. **Среднесрочные.** Ограничиваются временным интервалом, чаще календарным годом. Логически обосновано такое определение цели учебным годом. Формулировка цели происходит в зависимости от возраста, потребностей детей, их особенностей и

возможностей. **Текущие.** Организация воспитательного процесса в незначительный отрезок времени. Интервал ограничивается от недели до одного месяца. Часто с помощью таких приемов корректируются среднесрочные или цели на перспективу. Добиться достижения целей можно с помощью определения текущих задач. Среди них выделяют общие и конкретные. О решении общих говорят в том случае, когда ребенком усвоен необходимый материал, приобретены навыки, развиты умения, каждый участник педагогического процесса понял научное мировоззрение и получил представление об общей картине устройства мира. При этом не исключено, что отдельные дети проявили индивидуальные способности, развили тот потенциал, которым наделила их природа. Им интересен процесс познания, получила развитие потребность самообразования.

13. Принципы-теория, методы –практика. *Принцип общественной направленности воспитания* Педагог готовит воспитанника к жизни в обществе как полезного его участника. Цели ученика как личности и требования государства должны быть при этом согласованы. Воспитатель формирует нужную личность в соответствии с принятой идеологией, вырабатывает социальные и гражданские качества, необходимые для поддержания действующей власти, её государственных и общественных институтов. *Принцип связи воспитания с повседневной жизнью и трудом* Учащийся занимается посильным трудом, ему рассказывают о современном производстве, преимуществе тех или иных профессий, знакомят с национальными промыслами его родного края, прививают культуру труда, чтобы в дальнейшем облегчить ему выбор будущей профессии, сделать его осознанным. *Принцип опоры на положительное воспитание* Воспитатель обращает свое основное внимание на положительные стороны ученика, старается их всячески поощрить и закрепить как главные качества в будущей личности. На негативные моменты и недостатки акцент не делается. По возможности их нужно стараться не замечать, не реагировать на какие-то ошибки и недочеты. *Принцип гармонизации воспитания* реализуется уважительное отношение к учащемуся как к личности в первую очередь, признаются важными его интересы и стремления, гарантируются его права. Педагог культивирует веру ученика в свои силы, помогает ему найти интерес и мотивацию к саморазвитию. *Принцип личностного подхода в воспитании* здесь главное к каждому относиться индивидуально, учитывая особенности личности каждого обучаемого, его сильные и слабые стороны. Обязательно также помнить о возрасте. Уровень развития, воспитанности и социальной зрелости детей напрямую зависит от того, сколько им лет. Если требования слишком завышены или занижены, то никакого эффекта педагогический процесс не даст. *Принцип единства воспитательного воздействия* надо всегда помнить известную басню про то, как лебедь, рак и щука тянули воз. Если между педагогами и родителями ребенка, между всем его окружением не будет выработано единство педагогических методов, то «воз» останется на месте, то есть цель воспитания достигнута не будет. Когда взрослые требуют разные вещи, сами себе противоречат, то никакого уважения и доверия к их словам ребенок может не испытать вообще.

14. Младший школьный возраст. Основной вид деятельности – игра. Учебный труд нужно облекать в игровую форму. Но следует расширять сферу деятельности, приучать и к производительному труду, и к самообслуживанию, особенно их коллективным формам; в моральном сознании преобладают императивные (повелительные) элементы, причем они в основном исходят из того, чего *не надо* делать; поэтому они быстро замечают нарушение установленных норм и стремятся доложить о них учителю. При этом они часто не замечают собственных недочетов и некритически относятся к себе. Самосознание и самоанализ

находятся к у них на низком уровне, поэтому поступки часто носят подражательный характер или вызываются импульсивно возникающими внутренними побуждениями. Поэтому нужно развивать нравственное сознание ребят, использовать нравственные упражнения для выработки и закрепления устойчивых форм поведения. Большое влияние имеет личность учителя, родителей и взрослых, их чуткость и внимание.

15. Средний школьный - переходный возраст: переплетаются черты детства и юности. Противоречие: физические силы и духовные потребности растут, а возможности и опыт невелики. Отсюда сложность и противоречивость характера и поведения; поступление в кровь гормонов вызывает то повышение, то понижение жизненного тонуса, перепады настроения, конфликтность. С другой стороны – озорство, шалости, ложный героизм. Поэтому учитель должен щадить нервную систему подростков и не «нарываться»; подростки не любят внешнего регулирования их поведения. Чтобы соблюдать правило, нужно понять его сущность и пользу. Поэтому моральные нормы нужно разъяснять, формировать нравственные взгляды и убеждения; подростки отличаются коллективизмом, их привлекает совместная деятельность, хотя в периоды «спада» возникает потребность в обособлении. В коллективе подросток стремится утвердить свой авторитет; поэтому часто нужно помочь школьнику укрепить свой престиж в классе. При решении острых вопросов учителю следует также опираться на мнение коллектива; у подростков ведущей становится общественно полезная деятельность, включающая учебную, трудовую и др. Поэтому с подростками уже нужно проводить профориентационную работу. Они уже задумываются о своем призвании, но много предаются мечтаниям, мечтают о «ярких» профессиях, производство их привлекает меньше. Поэтому необходимо раскрывать перед ними героизм и красоту повседневного труда.

16. Для старшего школьного возраста характерно -развитие чувств и волевых процессов. Выбатываются нравственные взгляды и убеждения. Требуется нравственное и гражданское воспитание, дискуссии. Профилактика гражданской пассивности, вовлечения в различные объединения с негативной направленностью; сильные интимные переживания, первая любовь. Учителю следует проявлять к этим чувствам бережное отношение. Но в то же время ставить на обсуждение вопросы дружбы, любви, отношений между полами. Приглашать медицинских работников для проведения гигиенического просвещения отдельно с девушками и юношами; склонность к отвлеченному теоретизированию, увлечение абстрактными философскими построениями, что рождает интеллектуальное экспериментирование, поиск «символа веры», то есть системы жизненных принципов, личной идеологии; возрастает требовательность к себе. Важно педагогически правильно руководить их самовоспитанием; стремление освободиться от зависимости, подчиненности учителю, к удовлетворению потребности в любви, уважении окружающих; ведущей деятельностью становится учебно-профессиональная. Старшеклассники направляют свои усилия на те виды учебной деятельности, которые в дальнейшем будут связаны с их профессиональной деятельностью. Поэтому нужно способствовать расширению и углублению знаний, умений, связанных с будущей профессией; старшеклассники чутко реагируют на эстетику речи и внешнего вида учителя, развитость чувства юмора; любят все то, что расслабляет, снимает тревожность; положительно воспринимают подчеркнутое отношение к ним как к взрослым; любят смену видов деятельности; благосклонны к учителям, диалектически мыслящим и признающим ошибки; положительно оценивают беседы, разговоры, дискуссии о современности.

17. *Молодость*. Человек встает на начальную стадию взрослости, когда начинает определяться в социальном и профессиональном плане. Очень приблизительно можно отнести к этому периоду молодых людей от 17 до 30 лет. На первом этапе взрослости осваиваются новые нормы поведения. Обычно еще плохо выработаны профессиональные и вообще жизненные позиции, поэтому часто поступки и выборы молодых людей непоследовательны, алогичны. Базовые принципы находятся в стадии становления. Сформируются они по мере накопления собственного опыта, который позволит самоопределиваться в жизни: осознать смысл своей жизни, сформировать реальные жизненные планы. В конце этого периода происходит адаптация в новой социальной роли, выработка первоначального профессионального мастерства.

18. В человеческом развитии проявляется общее и особенное. Общее свойственно всем людям определенного возраста, особенное отличает отдельного человека. Особенное в человеке называют *индивидуальным*, а личность с ярко выраженным особенным – индивидуальностью. Индивидуальность характеризуется совокупностью интеллектуальных, волевых, моральных, социальных и других черт личности, которые заметно отличают данного человека от других людей. Природа щедро одарила человеческий род: на Земле не было, нет и не будет двух совершенно одинаковых людей. Каждый человек – единственный и неповторимый в своей индивидуальности. Индивидуальность выражается в индивидуальных особенностях. Возникновение индивидуальных особенностей (различий) связано с тем, что каждый человек проходит свой особый путь развития, приобретая на нем различные типологические особенности высшей нервной деятельности. Последние влияют на своеобразие возникающих качеств. К индивидуальным особенностям относятся своеобразие ощущений, восприятия, мышления, памяти, воображения, особенности интересов, склонностей, способностей, темперамента, характера личности. Индивидуальные особенности влияют на развитие личности. Ими в значительной мере обусловлено формирование всех качеств.

19. Дидактика — важнейшая область педагогики. Она изучает закономерности обучения и рассматривает общетеоретические положения образования (его принципы, методы, средства, формы и содержание). Дидактика бывает: Общая - понятие преподавание, учение; факторы, влияющие на процесс обучения; условия, в которых осуществляется обучение и результаты. Частная - методика преподавания учебных предметов, учебный предмет, который имеет свою специфику преподавания. Основные задачи дидактики: разработка проблем – чему учить, как учить, кого учить ;изучать закономерности учебно-познавательной деятельности учащихся и пути ее активизации в процессе обучения; организация познавательной деятельности по овладению научными знаниями и умениями; развивать у учащихся познавательные психические процессы и творческие способности; разрабатывать более совершенные организации процесса обучения, внедрять новые обучающие технологии в обучение; Дидактика выполняет следующие функции: обучающая – передача системы ЗУНов на каждом возрастном этапе развития личности; развивающая – формирование и развитие психических качеств личности, их изменение; воспитательная – связь между знаниями и отношениями к окружающему миру, к себе и другим людям.

20. К основным категориям дидактики относятся: преподавание-упорядоченная деятельность педагога по передаче ЗУНов, их осознании и практическом применении; учение – процесс, в ходе которого на основе ЗУНов, упражнений и социального опыта возникают новые формы поведения и деятельности; обучение – систематический

целенаправленный специально организованный процесс взаимодействия педагогов и учащихся, направленный на передачу ЗУНов и развитие творческих способностей; образование – результат обучения, система объема ЗУНов полученных в процессе обучения; знания – понимание, сохранения в памяти и умение воспроизвести основные факты науки и вытекающие из них теоретические обобщения; умения – овладение способами применения знаний на практике, которая проявляется в деятельности; навык – автоматическое умение безошибочно и быстро выполнять действия на основе имеющихся знаний (в результате многократного выполнения определенного действия); учебный предмет – область научных знаний; учебный материал – содержание учебного предмета, которое определяется ГОСТом цель обучения – то, к чему стремится обучение и на что направлены его усилия; содержание обучения – система научных знаний, практических умений и навыков, способов мышления и деятельности, которыми учащимся необходимо овладеть в процессе обучения; метод обучения – способ достижения цели; средства обучения – предметная поддержка учебного процесса (голос учителя, классное оборудование, ТСО); результаты обучения – то к чему приходит обучение, конкретная реализация намеченных целей.

21. Обучение - целенаправленный процесс двусторонней деятельности обучающего (учителя, преподавателя) и учащегося по передаче и усвоению знаний. *Содержание процесса обучения определяется его основными характеристиками: принципами обучения* - важнейшие положения, которые определяют систему требований к содержанию, организации и методике обучения; *методами обучения* - способами совместной работы обучающего и обучаемых, организации познавательной деятельности последних, ведущими их от незнания к знанию, от неумения к умению и позволяющими им усвоить конкретное содержание образования; *формами обучения* - четко организованными, содержательно насыщенными и методически оснащенными системами познавательного и воспитательного общения, взаимодействия, отношений учителя и учащихся; *средствами обучения* - всеми объектами и процессами (материальными и материализованными), которые служат источником учебной информации и инструментами (собственно средствами) для усвоения содержания учебного материала, развития и воспитания учащихся.

22. По цели обучения дополнительные образовательные программы различают: *познавательные* программы дают углубленные знания по изучаемой дисциплине, развивают интеллектуальные способности, ориентированы на мотивацию познавательной деятельности детей, расширяют кругозор. Подразделяются на продуктивные, репродуктивные, творческие, поисковые; *программы научно-исследовательской ориентации*. Целью данных программ является раскрытие и последующее развитие творческих способностей, учащихся к научной деятельности, формирование необходимых навыков для исследовательской работы, умения претворять свою авторскую идею; *программы социальной адаптации*. Их цель – освоение детьми положительного социального опыта, социальных ролей и установок, выработка ценностных ориентаций; *профессионально—прикладные* программы дают определенные навыки и умения в актуальной на сегодняшний день области практической деятельности, формируют специалиста, владеющего профессиональными знаниями, умениями и навыками. *спортивно—оздоровительные* программы пропагандируют и помогают осуществлять здоровый образ жизни, развитие системы профилактики и коррекции здоровья; *программы, развивающие художественную одаренность*, направлены на выявление,

сохранение и развитие одаренности; досуговые программы наполняют активным, эмоционально и психологически комфортным содержанием свободное время личности.

23. К дополнительным образовательным программам относятся: 1) дополнительные общеобразовательные программы – дополнительные общеразвивающие программы, дополнительные предпрофессиональные программы; 2) дополнительные профессиональные программы - программы повышения квалификации, программы профессиональной переподготовки. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы имеют право реализовывать образовательные организации любых типов: дошкольные образовательные организации; общеобразовательные организации; профессиональные образовательные организации; образовательные организации высшего образования; организации дополнительного образования; организации дополнительного профессионального образования; а также организации, 2 осуществляющие лечение, оздоровление и (или) отдых, организации, осуществляющие социальное обслуживание, включая организации для детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, дипломатические представительства и консульские учреждения Российской Федерации, представительства Российской Федерации при международных (межгосударственных, межправительственных) организациях, иные юридические лица; нетиповые образовательные организации. *Дополнительные общеобразовательные программы подразделяются на общеразвивающие и предпрофессиональные программы.* Дополнительные общеразвивающие программы реализуются как для детей, так и для взрослых. Дополнительные предпрофессиональные программы в сфере искусств, физической культуры и спорта реализуются для детей. Дополнительные общеобразовательные программы в зависимости от содержания, преобладающих видов деятельности могут быть следующих направленностей (Порядок, п.9): технической, естественнонаучной, физкультурно-спортивной, художественной, туристско - краеведческой, социально-гуманитарной. Направленность (профиль) образования - ориентация образовательной программы на конкретные области знания и (или) виды деятельности, определяющая ее предметно-тематическое содержание, преобладающие виды учебной деятельности обучающегося и требования к результатам освоения образовательной программы.

24. Принципы обучения (дидактические принципы) — основные руководящие положения, определяющие содержание, организационные формы и методы учебного процесса в соответствии с его целями и закономерностями. Принципы обучения характеризуют способы использования законов и закономерностей в соответствии с намеченными целями. Принципы обучения по своему происхождению являются результатом теоретического обобщения педагогической практики. Они носят объективный характер, возникают из опыта практической деятельности. Поэтому принципы являются руководящими положениями, которые регулируют деятельность в процессе обучения людей. Они охватывают все стороны процесса обучения. Соблюдение принципов обучения — важнейшее условие эффективности процесса обучения, показатель педагогической культуры преподавателя. Отдельные стороны применения того или иного принципа обучения раскрывают дидактические правила. Правила вытекают из принципов обучения. Правила обучения — конкретные указания учителю, как надо поступать в типичной педагогической ситуации процесса обучения.

25. Принцип научности обучения предполагает соответствие содержания образования уровню развития современной науки и техники, опыту, накопленному мировой цивилизацией. В основе принципа научности лежит ряд закономерностей: мир познаваем, и объективно верную картину развития мира дают знания, проверенные практикой; наука в жизни человека играет все более значимую роль; научность обучения обеспечивается прежде всего через содержание образования. Для реализации требований принципа научности необходимо соблюдать следующие правила: использование логики и языка изучаемой науки; изложение основных понятий и теорий должно быть максимально приближенным к уровню современного понимания данных вопросов наукой; использование методов конкретной науки; изучение объектов в развитии, раскрытие диалектики общественных и природных явлений и формирование диалектического склада мышления; обеспечение правильного восприятия изучаемых объектов на основе выделения их существенных сторон; использование в обучении научных методов познания природных и общественных явлений.

26. Принцип наглядности в обучении реализуется путем демонстрации изучаемых объектов, иллюстрации процессов и явлений, наблюдений за происходящими явлениями и процессами в кабинетах и лабораториях, в естественных условиях, в трудовой и производственной деятельности. Практика обучения выработала большое количество правил, раскрывающих применение принципа наглядности: наглядность должна отражать сущность изучаемых предметов и явлений, ярко и образно показывать то, что необходимо усвоить; лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать; то, что дети видят, будит мысль и лучше запоминается; наглядность нужно использовать не как цель, а как средство обучения; не перегружать учащихся конкретно-образным восприятием изучаемых закономерностей, чтобы не задерживать абстрактно-логическое мышление; наглядность использовать не только для подтверждения достоверности изучаемых предметов и явлений, но и как источник знаний; по мере взросления детей необходимо больше использовать символической наглядности взамен предметной; использовать различные виды наглядности в меру, т. к. чрезмерное их количество рассеивает внимание и мешает восприятию главного; наглядность должна эстетически воспитывать; учитывать возраст учащихся в процессе использования разнообразных средств наглядности.

27 Принцип доступности требует, чтобы содержание, объем изучаемого и методы его изучения соответствовали уровню интеллектуального, нравственного, эстетического развития учащихся, их возможностям усвоить предлагаемый материал. Для того чтобы реализовать на практике принцип доступности, надо соблюдать ряд правил: в обучении идти от легкого к трудному, от известного — к неизвестному, от простого — к сложному, от близкого — к далекому; объяснять простым, доступным языком; учитывать различия в скорости восприятия, темпе работы, доминирующих видах деятельности, интересах, жизненном опыте, особенностях развития разных учеников; использовать аналогию, сравнение, сопоставление, противопоставление и другие приемы; введение каждого нового понятия должно не только логически вытекать из поставленной познавательной задачи, но быть подготовлено всем предшествующим ходом обучения; доступность связана с работоспособностью: развивая и тренируя работоспособность, необходимо приучать учащихся осуществлять все более длительную и интенсивную мыслительную деятельность.

28. Принцип сознательности и активности в обучении требует осознанного усвоения знаний в процессе активной познавательной и практической деятельности. Сознательность

в обучении — это позитивное отношение обучаемых к обучению, понимание ими сущности изучаемых проблем, убежденность в значимости получаемых знаний. Активность обучаемых — это их интенсивная умственная и практическая деятельность в процессе обучения. Для реализации на практике принципа сознательности и активности надо соблюдать ряд правил: добиваться четкого понимания обучаемыми целей и задач предстоящей работы; использовать увлекательные факты, сведения, примеры; применять наглядные пособия, использовать технические средства; вовлекать учащихся в практическую деятельность по применению теоретических знаний; использовать активные и интенсивные методы обучения; логически увязывать неизвестное с известным; учить учащихся находить причинно-следственные связи; поддерживать оптимизм учащихся и уверенность в успехе.

29. Принцип систематичности и последовательности в обучении предполагает преподавание и усвоение знаний в определенном порядке, системе. Он требует логического построения как содержания, так и процесса обучения. Принцип систематичности и последовательности в обучении требует соблюдения ряда дидактических правил: формирование системы знаний на основе понимания их взаимосвязи; деление изучаемого материала на логически связанные разделы и блоки; использование схем, планов, таблиц, опорных конспектов, модулей и иных форм логического представления учебного материала; осуществление межпредметных связей; проведение уроков обобщения и систематизации; координация деятельности всех субъектов педагогического процесса на основе единства требований, обеспечения преемственности в их деятельности.

30. Принцип прочности усвоения знаний предполагает их стойкое закрепление в памяти учащихся. В основе данного принципа лежат установленные наукой закономерные положения: прочность усвоения учебного материала зависит от объективных факторов (содержания материала, его структуры, методов преподавания и др.) и субъективного отношения обучаемых к данным знаниям. Прочность усвоения знаний достигается при соблюдении следующих правил: обучающийся проявляет интеллектуальную познавательную активность; подлежащий усвоению учебный материал структурируется с учетом индивидуальных различий обучающихся; новый учебный материал связывается с прежними знаниями, опирается на сложившиеся представления (в структуре старых знаний новые воспринимаются яснее, становятся более понятными, а прежние знания за счет новых обогащаются и углубляются); используются разнообразные подходы, методы, формы, средства обучения. Однообразие гасит интерес обучающихся к учению, снижает эффективность усвоения; активизируется мысль учащихся, ставятся вопросы на сравнение, сопоставление, обобщение, анализ материала, установление причинно-следственных и ассоциативных связей, выделение главного, существенного; процесс усвоения сопровождается систематическим контролем за его качеством.

31. Принцип связи теории с практикой предполагает, что изучение научных проблем осуществляется в тесной связи с раскрытием важнейших путей их использования в жизни. В этом случае у обучаемых вырабатывается подлинно научный взгляд на жизненные явления, формируется научное мировоззрение. Реализации данного принципа способствует соблюдение следующих правил: опора в обучении на имеющийся практический опыт учащихся; показ области применения теоретических знаний; изучение современных технологий, прогрессивных методов труда, новых производственных отношений; использование проблемно-поисковых и исследовательских заданий; применение знаний на

практике; показ значимости ведущих научных идей, концепций, теорий, положений; решение задач и упражнений на основе производственных достижений.

32. Методы обучения — это способы организации учебного материала и взаимосвязанной деятельности учителя и учащихся в процессе обучения. Метод — это путь, которым учитель ведет ученика от незнания к знанию, от неумения к умению, путь развития его умственных сил. Методы дают ответ на вопрос, как учить. Любой метод обучения предполагает цель и систему действий, средства обучения по ее достижению, намеченный результат. Объектом и субъектом метода обучения является ученик. Очень редко бывает использование какого-либо одного метода в чистом виде. Обычно преподаватель в своей работе сочетает различные методы обучения. Применяют методы в чистом виде лишь в специально спланированных учебных или исследовательских, целях. Выделяют три большие группы методов: методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесные, наглядные, практические; индуктивные и дедуктивные; репродуктивные и проблемно-поисковые; методы самостоятельной работы и работы под руководством учителя; методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности: методы стимулирования и мотивации интереса к учению; методы стимулирования и мотивации долга и ответственности в учении; методы контроля и самоконтроля: методы устного контроля и самоконтроля; методы письменного контроля и самоконтроля; методы практического контроля и самоконтроля.

33. *Словесные методы обучения* – это рассказ и объяснение; беседа и дискуссия; лекция; работа с книгой. *Метод рассказа* – это устное изложение материала, содержимого в учебнике. Этот способ встречается во всех классах школы. Изменяется лишь характер, объем и длительность повествования. *Объяснение* – это толкование закономерностей, качество объекта, раскрытие фактов, выведение законов и приемов действия, презентация опыта. Этот способ зачастую используют при изучении теоретического материала, решении задач и теорем, при раскрытии интригующих моментов в явлениях природы и социальной жизни. Наиболее известный метод – это *беседа*. Дидактическая работа в таком формате побуждает слушателей к разговору. Правильно поставленные вопросы вызывают интерес у учащихся, самостоятельные рассуждения и обобщения. С помощью беседы учитель может «вести» ученика по нужной идее, чтобы он набирался новых знаний, но к выводам приходил сам. Метод активизирует мышление. Беседа – это трудоемкий словесный метод обучения. На подготовку речи тратится много времени, сил и профессионального мастерства. *Дискуссия* – это способ обучения, похожий на предыдущий, но тут главная цель – стимулировать интерес. Учащихся «втягивают» в обсуждение проблемы. Метод побуждает слушателей к осмыслению информации и объяснению своей позиции. *Лекция* – это словесная методика, отличающаяся от других жесткой структурой, логичным изложением материала, избытком информации, систематичностью. Главным методом эффективного обучения считается *работа с учебником*. В книге материал преподносится безошибочно и структурировано. Ученик может много раз прорабатывать предложенную информацию в удобном темпе и формате. Задача учебных книг обучить, развить, воспитать, побудить и контролировать процесс обучения.

34. *Наглядные методы*. Под наглядными методами обучения понимаются такие методы, при которых усвоение учебного материала находится в существенной зависимости от применяемых в процессе обучения наглядного пособия и технических средств. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими

методами обучения. Наглядные методы обучения условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций предполагает показ ученикам иллюстративных пособий: плакатов, таблиц, картин, карт, зарисовок на доске и пр.; метод демонстраций обычно связан с демонстрацией приборов, опытов, технических установок, кинофильмов, диафильмов и др.

35. *Практические методы* обучения основаны на практической деятельности учащихся. Этими методами формируют практические умения и навыки. К практическим методам относятся упражнения, лабораторные и практические работы. Упражнения – это повторное (многократное) выполнение умственного или практического действия с целью овладения им или повышения его качества. Упражнения применяются при изучении всех предметов и на различных этапах учебного процесса. Лабораторные работы – это проведение учащимися по заданию учителя опытов с использованием приборов, применением инструментов и других технических приспособлений, т.е. это изучение учащимися каких-либо явлений с помощью специального оборудования. Практические работы проводятся после изучения крупных разделов, тем и носят обобщающий характер. Они могут проводиться не только в классе, но и за пределами школы (измерения на местности, работа на пришкольном участке).

36. Технология проблемного обучения — это такая система обучения, в которой преподаватель на занятии предлагает проблемную ситуацию, а учащиеся самостоятельно ее разрешают. Методика помогает творческому овладению знаниями и развитию мыслительных способностей. Сущность проблемного обучения заключается в такой организации учебно-познавательной деятельности учащихся, при которой эта деятельность приобретает целенаправленный поисковый характер. Он начинается с их участия в постановке вопросов, с уяснения сути проблемы и проблемных задач, заложенных в учебных программах и учебниках, в проблемном изложении учебного материала педагогом и его пояснении учебной информации. Поисковый характер учебной деятельности учащихся раскрывается в процессе разрешения проблемы с использованием разнообразных видов их самостоятельной работы. В проблемных вопросах, в отличие от не проблемных, всегда присутствует определенное скрытое противоречие. Необходимость уяснения и вскрытия этого противоречия уже является одной из характерных особенностей проблемной ситуации. При этом большое значение приобретает также мотивационная сторона проблемной ситуации. Мотивация состоит в наличии у ученика такого уровня и объема знаний, умений и навыков, который был бы достаточным для того, чтобы начать поиск неизвестного результата или способа выполнения задания. При ощущении же и осознании их недостаточности ученик самостоятельно стремится восполнить имеющиеся пробелы в своих знаниях, умениях и навыках. Иначе он не сможет воспринять суть ситуации, и она утратит для него роль учебной проблемы.

37. Дифференцированное обучение – это технология обучения в одном классе детей с разными способностями. Создание наиболее благоприятных условий для развития личности ученика как индивидуальности. Дифференциация – организация учебного процесса с учетом доминирующих особенностей групп учащихся. Дифференцированное обучение – это не разделение детей на классы по уровням, а технология обучения в одном классе детей с разными способностями. Создание наиболее благоприятных условий для развития личности ученика как индивидуальности. В настоящее время в российском образовании применяется дифференциация: по возрастному составу (школьные классы,

возрастные параллели, разновозрастные группы); по полу (мужские, женские, смешанные классы); по области интересов (гуманитарные, физико-математические, биолого-химические и др. группы, направления, отделения, школы); по уровню умственного развития (способные, одаренные, дети с ЗПР); по уровню достижений (отличники, успевающие, неуспевающие); по личностно-психологическим типам (типу мышления, темпераменту и др.)

38. Развивающее обучение – это ориентация учебного процесса на потенциальные возможности человека и на их реакцию. Целью данного вида обучения является подготовка учащихся к самостоятельному освоению знаний, поиску истины, а также к независимости в повседневной жизни. То есть оно основано на формировании механизмов мышления, а не на эксплуатации памяти. Учащиеся должны овладеть теми мыслительными операциями, с помощью которых происходит усвоение знаний и оперирование ими. Развивающее обучение – это обучение, содержание, методы и формы организации которого основываются на закономерностях развития ребенка. Выделяют следующие признаки технологии обучения: процессуальный двусторонний характер взаимосвязанной деятельности; преподавателя и учащихся, т. е. совместная деятельность преподавателя и учащихся; совокупность приемов, методов; проектирование и организация процесса обучения; наличие комфортных условий для раскрытия, реализации и развития личностного потенциала учащихся.

39. Каждый ребенок имеет индивидуальные способности, склонности, симпатии к каким-либо наукам. Поэтому для успешного обучения важна индивидуализация обучения. Индивидуальная учебная деятельность учащегося на уроке – это когда: перед всеми учащимися одновременно поставлена некоторая цель как сугубо индивидуальная, личная цель деятельности; содержание задания либо одинаково для всех, либо дифференцировано, либо индивидуализировано; выполнение задания осуществляет каждый учащийся самостоятельно; учащимся оказывается дифференцированная помощь в виде конкретных указаний с учетом их уровня знаний и умений; подводятся итоги учебной деятельности каждого учащегося. Индивидуальную работу целесообразно проводить на всех этапах урока, при решении различных дидактических задач; для усвоения новых знаний и их закреплении, для формирования и закрепления умений и навыков, для обобщения и повторения пройденного, для контроля, для овладения исследовательским методом и т. д.

40. Существуют разнообразные формы организации учебного процесса: урок, лекция, семинар, конференция, лабораторно-практическое занятие, практикум, факультатив, экскурсия, производственная практика, домашняя самостоятельная работа, консультация, экзамен, зачет, предметный кружок, мастерская, студия, научное общество, олимпиада, курсовое проектирование, дипломное проектирование и др. *Урок* — это такая форма организации учебного процесса, при которой педагог в течение точно установленного времени организует познавательную и иную деятельность постоянной группы учащихся (класса) с учетом особенностей каждого из них, используя виды, средства и методы работы, создающие благоприятные условия для того, чтобы все ученики овладевали основами изучаемого предмета непосредственно в процессе обучения, а также для воспитания и развития познавательных и творческих способностей, духовных сил обучаемых.

41. Анализ спортивного мероприятия.

Тема: «Веселые старты».

В целом запланированное мероприятие прошло по плану, в соответствии с программой, в ходе проведения мероприятия были выполнены поставленные задачи:

- У ребят появился интерес к проведению совместных мероприятий.
- Были созданы условия для развития физических качеств на основе овладения физической культурой.
- Всем была предоставлена возможность раскрыть свои спортивные способности.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки: развивать координацию движений, ловкость, логическое мышление, умение попадать в цель, ориентироваться в пространстве.
- Выработаны основы взаимопомощи и поддержки.

Дети были в спортивной форме, мероприятие проходило в спортивном зале.

Виды деятельности: разминка, конкурсы, эстафеты, перетягивание каната.

Приемы активизации: использовала разные эстафеты: на двигательную активность конкурс, конкурс на меткость.

Разнообразные эстафеты для детей помогали развивать ловкость и координацию движений, формировали новые двигательные навыки и коммуникативные способности, приучали детей соблюдать правила и, конечно же, доставляли удовольствие.

42. К вспомогательным формам обучения, дополняющим и развивающим классно урочную деятельность учащихся, относятся кружки, практикумы, семинары, конференции, консультации, факультативные занятия, учебные экскурсии, домашняя самостоятельная работа учащихся и др. К основным и стабильным видам внешкольных занятий относится домашняя самостоятельная работа учащихся, рассматриваемая как составная часть процесса обучения. Главная ее цель — расширить и углубить знания, умения, полученные на уроках, предотвратить их забывание, развить индивидуальные склонности, дарования и способности учащихся. Эта работа строится с учетом требований учебных программ, а также интересов и потребностей школьников, их развития. Домашняя самостоятельная работа учащихся выполняет определенные дидактические функции, среди которых — закрепление знаний, умений, полученных на уроках, расширение и углубление учебного материала, проработанного в классе, формирование умений и навыков самостоятельного выполнения упражнений, развитие самостоятельности мышления путем выполнения индивидуальных заданий в объеме, выходящем за рамки программного материала, но отвечающего возможностям учащегося, выполнение индивидуальных наблюдений, опытов, сбор и подготовка учебных пособий — таких, как гербарии, природные образцы, открытки, иллюстрации, газетные и журнальные вырезки, статистические данные и т. д. для изучения новых тем на уроках.

43. Диагностика обученности – это без отметочная оценка знаний и умений уч-ся на момент диагностирования, включающая в себя: контроль; проверку; оценивание; накопление статистических данных и их анализ; выявление их динамики; прогнозирование результатов. Технология системного диагностирования предметной обученности даёт возможность: объективно судить о качественных и динамических изменениях в продвижении к заданной цели не только отдельного уч-ся, но и диагностируемого ученического коллектива, а также всего образовательного учреждения в целом; определять трудности в формировании предметных умений, целенаправленно и дифференцированно планировать коррекционно - развивающую работу с уч-ся (как коллективную, так и индивидуальную); обоснованно отбирать (по результатам анализа статистических данных, полученных в ходе диагностирования) оптимальные учебные технологии по всему курсу обучения предмету, что приводит учителя к пониманию системной методики преподавания своего предмета; моделировать новые учебные технологии.

44. Основная задача наглядности - базировать развитие мышления учащихся на чувственно-наглядных впечатлениях, связать школу с жизнью. И в то же время обучение происходит не в реальной жизни, а в школе. Область применения наглядности при обучении никем еще точно не определена. Практика показывает, что наглядность используется как при комплексном, так и при аспектном обучении, все время расширяясь и углубляясь. Учителю надо не только хорошо знать свой предмет, но и уметь сделать его достоянием своих учеников. «Иные люди много знают, - говорил М. И. Калинин. - Я знаю много людей, которые великолепно владеют предметом, а если назначить такого человека учителем, он не сумеет хорошо свой предмет изложить. Надо не только знать свой предмет, но и уметь изложить его так, чтобы он хорошо воспринялся слушателями»

45. Технические средства обучения: ТСО - это приборы и устройства, используемые в процессе обучения. В ряде случаев ТСО незаменимы, т.к. позволяют показать явления, быстро протекающие процессы. Их не следует применять там, где без них можно обойтись (провести опыт или наблюдения). Рационально сочетать компьютерную технику, ИКТ с другими средствами обучения, не преувеличивать значимость использования новых информационных технологий. Они, несмотря на высокую эффективность, не могут заменить живое слово учителя, общение, недооценка которых может привести к сдерживанию развития личности. Методика использования ТСО. При использовании ТСО необходимо обучать учащихся пользоваться ими и воспринимать их. Например, перед просмотром видеофильма дать учащимся инструктаж: когда и на что обратить внимание; дать задание: что запомнить, что записать. Демонстрацию видео - кинофильмов надо проводить с соблюдением следующих рекомендаций: Перед началом демонстрации сделать вступительное слово, а после демонстрации провести собеседование по итогам просмотра. Избегать длительного показа учебных фильмов, так как учащиеся быстро утомляются и их внимание рассеивается (не более 30 минут). Использовать прием немного демонстрирования фильмов с комментарием учителя. При демонстрации сложного материала следует делать паузы для комментария учителя и записи учениками информации.

46. Воспитательная функция является одной из важнейших функций семьи. Даже самое хорошее дошкольное учреждение, а затем и школа не могут дать ребенку ту гамму чувств и широкий круг понятий о жизни, который дает семья. Отношения родителей между собой, их отношения к детям, внутрисемейная атмосфера – все это уже само по себе воспитывает личность. Дети переносят стиль семейных отношений в сферу общения с товарищами, в школу, во двор, а потом и повзрослев, в трудовые коллективы. Воспитать настоящего человека – непростое дело, оно требует и времени, и сил, и знаний, и определенных навыков, и высокой требовательности отца и матери к самим себе. Между тем жизнь свидетельствует о том, что немало родителей по неопытности, по незнанию, по легкомыслию допускает серьезные, порой неисправимые ошибки в воспитании детей. Семья являет собой персональную среду жизни и развития детей, подростков, юношей, качество которой определяется рядом параметров конкретной семьи. Это следующие параметры: Демографический — структура семьи (большая, включая других родственников, или нуклеарная, включающая лишь родителей и детей; полная или неполная; бездетная, однодетная, мало- или многодетная). Социально-культурный — образовательный уровень родителей, их участие в жизни общества. Социально-экономический — имущественные характеристики и занятость родителей на работе. Техничко-гигиенический — условия проживания, оборудованность жилища, особенности образа жизни. Отношения родителей между собой, их отношения к детям,

внутрисемейная атмосфера – все это уже само по себе воспитывает личность. Дети переносят стиль семейных отношений в сферу общения с товарищами, в школу, во двор, а потом и повзрослев, в трудовые коллективы воспитать настоящего человека – непростое дело, оно требует и времени, и сил, и знаний, и определенных навыков, и высокой требовательности отца и матери к самим себе.

47.. *Спортивный педагог* — специалист, работающий в сфере физической культуры и спорта. Выполняет функции педагога по физической культуре в образовательных учреждениях, тренера по избранному виду спорта, инструктора по фитнесу, инструктора по избранному виду спорта, преподавателя физического воспитания, преподавателя спортивных и теоретических дисциплин в высших учебных заведениях. Спортивный педагог готовится к следующим видам профессиональной деятельности: педагогическая; тренерская; организационно-управленческая; научно-исследовательская; культурно-просветительская. *Педагогическая деятельность*: способность развивать педагогическую мысль, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные дидактические технологии; применение на практике основных учений в области физической культуры; способность воспитывать у обучающихся социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность ; умение разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий; самостоятельное проведение учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в общеобразовательных учреждениях, образовательных учреждениях среднего и высшего профессионального образования, организация внеклассной спортивно-массовой работы с обучающимися; адекватная оценка физических способностей и функционального состояния обучающихся, выбор соответствующих средств и методов деятельности для коррекции состояния двигательной занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей; проведение профилактики травматизма, оказание первой доврачебной помощи пострадавшим в процессе занятий.

48. Принято выделять следующие компоненты профессиональной деятельности спортивного педагога: конструктивный, организаторский, коммуникативный, гностический, двигательный. Конструктивный компонент деятельности учителя физической культуры заключается в выполнении ряда требований: формирование личности учащихся, характера и объема их теоретических знаний, двигательных умений и навыков; отбор последовательное расположение учебного материала; составление программы деятельности, учащихся на уроке физической культуры; программирование учителем своей роли по управлению учебно-практической и познавательной деятельностью учащихся. Конструктивная деятельность включает в себя поиск и создание оптимальной методики урока физической культуры. Элементы конструктивной деятельности учителя наглядно проявляются в рамках отдельного урока и выражаются в целом ряде умений: предварительное определение и формулировка цели и задач урока; предварительный подбор упражнений, направленных на воспитание физических качеств с учётом сенситивных периодов; предварительный подбор подвижных игр, игровых заданий, эстафет, направленных на закрепление и совершенствование двигательных действий и на воспитание физических качеств; предварительный подбор разнообразных и наиболее эффективных упражнений по ОФП, определение последовательности их выполнения и дозировки; определение последовательности этапов обучения и воспитания физических качеств; оптимальное сочетание на уроке показа со словесным объяснением; рациональное

использование имеющегося инвентаря; осуществление в процессе урока воспитательной работы; координирование в процессе занятия деятельности всего класса и выполнение индивидуальных заданий; развитие активности учащихся. Организаторский компонент деятельности связан с реализацией намеченных планов по организации учебно-воспитательного процесса. Коммуникативный компонент — это умение учителя общаться с учащимися, коллегами по работе, родителями, находить рациональные пути взаимодействия с окружающими. Гностический компонент связан с познанием учителем как отдельных учеников, так и коллектива класса в целом, с анализом педагогических ситуаций и результатов своей деятельности. Двигательный компонент деятельности отражает прежде всего умение учителя выполнять физические упражнения. Правильный показ того или иного физического упражнения, входящего в программу обучения, определяет эффективность учебной деятельности школьников.

49. Деятельность спортивного педагога характеризуется рядом специфических особенностей: *Физическая нагрузка*, которая связана с необходимостью показывать физические упражнения; с выполнением физической нагрузки совместно с учениками (особенно в походах); с необходимостью страховать учеников, выполняющих физические упражнения. *Профессиональная речь*: связь с Рече двигательной координацией, т. е. с умением одновременно показывать и объяснять физические упражнения, не нарушая ни качества его исполнения, ни плавности и выразительности речи; побуждение к действию. При этом действенность слов педагога зависит от профессиональной компетентности, культуры общения, интеллигентности и общей культуры; лаконичность речи спортивного педагога связана с дефицитом времени, которое отводится на объяснение, т. к. эффективность занятия оценивается по моторной плотности, или двигательной активности учащихся; четкость речи обусловлена акустическими особенностями помещений, в которых проводятся учебно-тренировочные занятия (спортивный зал, бассейн, спортивная площадка); доступность речи проявляется в использовании специальной терминологии, команд, которые понятны и легко воспринимаются учащимися. *Невербальные средства общения*: дополнение речи учителя специальными жестами — в судействе соревнований, в организации учебно-тренировочных занятий в условиях акустики большого зала, бассейна, стадиона, природного ландшафта. *Психическая напряженность*, связанная с шумом от криков, занимающихся (особенно на занятиях с младшими школьниками). Выявлено, что шум в спортивном зале отличается прерывистостью и высокими тонами, вызывает психическое утомление у учителя; это, в свою очередь, связано с необходимостью переключения с одной возвратной группы на другую, значительной нагрузкой на речевой аппарат и голосовые связки. Напряженность труда также связана с постоянной ответственностью за жизнь и здоровье учеников, т. к. занятия физическими упражнениями отличаются повышенной степенью риска получения травм. *Внешне средовые факторы*: климатические и погодные условия при занятиях на открытом воздухе; санитарно-гигиеническое состояние спортивных классов, залов.

50. Рассмотрим характеристику личности идеального тренера. Спортивный педагог должен быть открытым, общительным, эмоционально устойчивым человеком. Он должен обладать достаточно высоким интеллектом, иметь развитое чувство реальности, быть практичным и уверенным в себе. Одновременно это должен быть человек, склонный к новаторству, предприимчивый, самостоятельный, предпочитающий сам предпринимать ответственные решения. В процессе анализа результатов различных исследований подчеркивается, что представления об идеальной личности тренера существует как у

спортсменов, так и у тренеров. Однако успех в тренерской работе в значительной мере зависит от знаний, которыми обладает спортивный педагог, и от того, в каких он отношениях со своими воспитанниками, а также от того, как он передает свои знания. Отмечается, что способность тренера выполнять роль, которую ожидают от него воспитанники, в сочетании с его профессиональными знаниями может компенсировать некоторые его недостатки. Спортивный педагог высокого класса обладает такими личностными чертами, как эмоциональный самоконтроль, агрессивность и высокий уровень интеллектуального развития. Он достаточно устойчив, активен, имеет твердый характер и определенность взглядов. Тренер высокого класса характеризуется особым типом поведения — гибким, иногда авторитарным. Быстрое восприятие нового, стремление к творчеству, активное общение с коллегами, постоянное самосовершенствование — характерные черты спортивного педагога высокого класса. Чрезмерное проявление эмоций, характеризующее отсутствие самоконтроля, является нежелательным, т. к. способствует снижению результатов педагогического процесса и говорит о неспособности педагога принимать правильные решения в сложных ситуациях.

51. Деятельность учителя физической культуры во многом определяется его способностями, которые делятся на следующие группы: Педагогическое воображение — способность предвидеть последствия педагогической деятельности, прогнозировать развитие тех или иных качеств у воспитанников, предугадывая перспективы их развития. *Аттестационные способности* — умение распределять свое внимание между несколькими видами деятельности одновременно. Учителю необходимо следить за содержанием и формой изложения учебного материала, развертывая свои мысли, держать в поле внимания всех учеников, реагировать на проявление признаков утомления, невнимания, непонимания со стороны воспитанников, отмечать нарушение дисциплины, следить за собственным поведением. Двигательные способности отражают прежде всего умение учителя выполнять физические упражнения. Правильный показ того или иного физического упражнения, входящего в программу обучения, определяет эффективность учебной деятельности школьников. *Дидактические способности* — способности передавать учебный материал, делая его доступным. Они заключаются в умении учителя реконструировать, адаптировать учебный материал, трудное делать легким, сложное — простым. *Академические способности* — способности к изучению соответствующей области наук (теории физической культуры, медико-биологического знания, психолого-педагогические). *Перцептивные способности* — талант проникать во внутренний мир ученика. Это психологическая наблюдательность, связанная с тонким пониманием личности школьника и его психического состояния. *Речевые способности* — способности ясно и четко выражать свои мысли и чувства с помощью речи, мимики и пантомимики. *Организаторские способности* — умение организовать учеников, формировать их коллектив, воодушевить школьников на решение учебных задач. *Авторитарные способности* — умение непосредственно эмоционально-волевым влиянием на учащихся добиваться у них авторитета. *Коммуникативные способности* — способность к общению с учениками, умение найти к ним правильный подход, наладить тесные контакты, установить с ними взаимоотношения, целесообразные для осуществления педагогической деятельности.

52. В педагогических исследованиях выделяют понятие "базовая культура личности" — реализуемые в деятельности человека знания, умения, навыки, уровень интеллектуального, нравственного и эстетического развития, способы и формы общения. Воспитание направлено на развитие и формирование базовой культуры личности.

Выделяют ряд компонентов, способствующих созданию базовой культуры личности. Это формирование ценностного отношения: *к природе* (нравственное воспитание, создание правильных устойчивых отношений как качества личности); *жизни* (декларирование прав человека и их ценностного значения, формирование ценностных категорий, таких как счастье, свобода, совесть, справедливость, равенство, братство и др.); *обществу* (знакомство с правовой основой общества и его политическим устройством; изучение проблемы личной роли в обществе: собственное "Я" и общество; патриотическое воспитание); *труду* (научение трудовым навыкам). В традиционной педагогике различают несколько подходов к воспитательной деятельности по формированию базовой культуры личности. Большинство ученых выделяют следующие направления воспитательной деятельности: формирование научного мировоззрения; гражданское воспитание; трудовое воспитание; нравственное воспитание; эстетическое воспитание; физическое воспитание.

4.Образец билета

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»		
Утверждаю заместитель директора _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 20__ г.	Экзаменационный билет №1 по УД (индекс, название) Группа _____ Специальность: код, название	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 20__ г.
1. Понятие педагогики, предмет педагогики. 2. Принцип доступности и правила реализации.		

5.Критерии оценки ответов обучающихся.

Оценка 5 «отлично» - продемонстрирован высокий уровень знаний и умений по всем вопросам билета. Ответ дан без ошибок.

Оценка 4 «хорошо» - продемонстрировано владение основным содержанием всех вопросов билета. Допущены 1-2 неточности.

Оценка 3 «удовлетворительно» - продемонстрировано понимание основного содержания по вопросам билета. В ответ допущены 1-2 ошибки.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - не продемонстрировано владение материалом билета.

6.Зачетная ведомость

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.02 Психология

программы подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

г. Дальнегорск, 2023

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» СПО программы учебной дисциплины «Психология».

Разработчики:

Организация – разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Коняева Галина Анатольевна, преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель - Кобылкевич Е.Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

В результате освоения учебной дисциплины «Психология» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02. «Адаптивная физическая культура» следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями:

Обучающийся должен знать:

З. 1	- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой
З. 2	- основы психологии личности
З. 3	- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности
З. 4	- возрастную периодизацию
З. 5	- возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании
З. 6	- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте
З. 7	- групповую динамику
З. 8	- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции социальной дезадаптации, девиантного поведения
З. 9	- основы психологии творчества

Обучающийся должен уметь:

У. 1	- применять знания психологии при решении педагогических задач
У. 2	- выявлять индивидуально-типологические и личностные особенности воспитанников
У. 3	- составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося.

Формируемые ОК:

ОК 1. Выбирать способы решения профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 2. Использовать современные средства поиска, анализа и интеграции информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

ОК 4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 6. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 7. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 9. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются: контрольная работа (3 семестр), экзамен (4 семестр).

Формируемые ЛР:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	ЛР 1

Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости. Экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующие и участвующие в деятельности общественных организаций. Готовый использовать свой личный и профессиональный потенциал для защиты национальных интересов России.	ЛР 2
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Принимающий семейные ценности своего народа, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	ЛР 4
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Принимающий цели и задачи научно-технологического, экономического, информационного развития России, готовый работать на их достижение. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностного и профессионального, конструктивного «цифрового следа».	ЛР 6
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	ЛР 8
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России;	ЛР 10

готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	
Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением.	ЛР 11
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. - применять знания психологии при решении педагогических задач ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам; ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;	- умеет применять знания при педагогических решении задач - понимание значимости своей будущей профессии, ответственность перед детьми и их родителями - владеет многообразием методов для решения профессиональных задач в области обучения, воспитания младших школьников

У.2. - выявлять индивидуально-типологические и личностные особенности воспитанников ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	- умеет выявлять индивидуально-типологические и личностные особенности воспитанников - применяет методы познания и знания, полученные в ходе освоения дисциплины, при построении моделей своей научно-исследовательской деятельности, оценивает адекватность применения различных методов - выбор и применение наиболее эффективных из них, отраженных в календарно-тематическом плане и плане воспитательной работы - анализ эффективности и качества собственной деятельности, отраженный в самооценке достигнутых целей урока и отчете об успешности воспитательной работы - гибкое, целесообразное решение нестандартных ситуаций
Знать:	
3. 1. -особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой 3.2. - основы психологии личности 3.3. - закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;	- знает особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой - знает основы психологии личности и закономерности психического развития - владеет навыками сотрудничества, активного слушания, создания благоприятного микроклимата
3.4. - возрастную периодизацию 3.5. - возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата,	- знает и определяет возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании - анализирует и оценивает результативность используемых приемов мотивации, форм организации

принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	и контроля деятельности обучающихся
3.6.- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте 3.7. - групповую динамику 3.8.- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции социальной дезадаптации, девиантного поведения 3.9.- основы психологии творчества ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности; ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	- знает особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповой динамике - даёт определение групповой динамике - знает и умеет определять причины, а также психологические основы предупреждения и коррекции социальной дезадаптации, девиантного поведения - знает и умеет применять знания основ психологии творчества - анализировать свои педагогические способности, самостоятельно проектировать модель личностного роста, образовательный маршрут овладения профессией, совершенствование педагогического

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Введение в психологию				
Тема 1.1 Психология как наука	У-1 З. - 1 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, эссе	У – 1,2 З. – 1-9 ОК 1-09 ПК 1.1 – 1.3	3 семестр – контрольная работа 4 семестр - экзамен
Тема 1.2 Методы психологии	У – 1,2 З. - 3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, практическая работа		

Тема 1.3 Развитие психологии как науки.	У – 1,2 З. – 1, 2 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, самостоятельная работа		
Тема 1.4 Психика и ее развитие.	У – 1,2 З. – 1, 2 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, самостоятельная работа		
Тема 1.5 Деятельность как способ существования	У – 1,2 З. – 1, 3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	тестирование		
Раздел 2. Познавательные процессы				
Тема 2.1 Ощущение	У – 1,2 З – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, практическая работа		
Тема 2.2 Восприятие	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, практическая работа		
Тема 2.3 Внимание	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6	устный опрос, практическая работа		

	ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20			
Тема 2.4 Память	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестирование		
Тема 2.5 Мышление и речь	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос		
Тема 2.6 Воображение	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестирование		
Раздел 3 Психология личности				
Тема 3.1 Личность	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестирование		
Тема 3.2 Темперамент	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестирование		

Тема 3.3 Характер	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, практическая работа		
Тема 3.4 Способности	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос		
Тема 3.5 Эмоционально- волевая сфера	У – 1,2 З. – 1, 2,3 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос		
Раздел 4 . Возрастная психология				
Тема 4.1 Возрастная психология как отрасль психологической науки	У – 1,2 З. – 4 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестирование		
Тема 4.2 Основные закономерности психического развития	У – 1,2 З. – 4,5 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос		
Тема 4.3 Психическое развитие в младшем	У – 1,2 З. – 4,5 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6	устный опрос, самостоятель- ная работа		

школьном возрасте	ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20			
Тема 4.4 Особенности познавательного и личностного развития младшего школьника.	У – 1,2 3. – 4,5 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос		
Тема 4.5 Групповая динамика	У – 1,2 3. – 4,5,6,7 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос		
Тема 4.6 Понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения	У – 1,2 3. – 8 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестирование		
Раздел 5. Психология творчества				
Тема 5.1 Основы психологии творчества	У – 1,2 3. – 9 ОК 01-11 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.5 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12-20	устный опрос, тестирование	У – 1,2 3. – 1-9 ОК 1-11 ПК 1.1 – 1.6, 2.1 – 2.5, 3.1 – 3.4	4 семестр - экзамен

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью, и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения; последовательности проведения получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

5. Контрольная работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, нет ошибок (допускается 1-2 недочета).

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

6. Эссе. Критерии оценивания.

Оценка «5» - проблема эссе сформулирована правильно, дана её актуальность, обоснование. Изложена позиция обучающегося относительно поднятой проблемы (согласен, не согласен). Приведено не менее двух аргументов в обоснование позиции обучающегося с примерами из разных областей социальной жизни (история, СМИ, литература, личный опыт и др.). Сделан вывод. Текст эссе логически связный, научный. Грамматические (пунктуационные) ошибки отсутствуют.

Оценка «4» - проблема эссе сформулирована правильно, обосновано. Изложена позиция обучающегося относительно поднятой проблемы (согласен, не согласен). Приведен один аргумент в обоснование позиции обучающегося с примерами из разных областей социальной жизни (история, СМИ, литература, личный опыт и др.). Сделан вывод. Текст эссе логически связный. Допущена одна грамматическая (пунктуационная) ошибка.

Оценка «3» - проблема эссе сформулирована правильно. Изложена позиция обучающегося относительно поднятой проблемы (согласен, не согласен). Приведен один аргумент в обоснование позиции обучающегося с примерами из разных областей социальной жизни (история, СМИ, литература, личный опыт и др.). Сделан вывод. Текст эссе логически связный. Грамматические (пунктуационные) ошибки отсутствуют.

Оценка «2» - проблема эссе сформулирована неправильно (не понята обучающимся).

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа (3 семестр)

1. Форма проведения: письменная (тестирование)

2. Условия выполнения:

Инструкция для обучающихся: «Вам необходимо ответить на 53 вопроса, составленных по материалам дисциплины, изученной на занятиях и во время выполнения самостоятельной работы. Вопросы разделены на два блока. Вопросы блока А представлены в виде теста. Внимательно прочитайте вопрос, обдумайте ответ, выберите один или несколько верных ответов из предложенных вариантов, запишите на листке. Если Вы затрудняетесь ответить на вопрос, переходите к следующему, но не забудьте вернуться к пропущенному заданию. В блоке Б вам нужно дать развернутый ответ на заданные вопросы. Внимательно прочитайте задание, ответьте на вопросы, ответ запишите на листке. Максимальное время выполнения задания – 90 минут».

2. Время выполнения: 90 минут

3. Оборудование учебного кабинета: отсутствует

4. Технические средства обучения: отсутствуют

5. Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене: отсутствуют

6. Требования охраны труда: инструктаж по технике безопасности в аудитории

3. Пакет материалов

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации:

Тема 1.1 Психология как наука

Тема 1.2 Методы психологии

Тема 1.3 Развитие психологии как науки.

Тема 1.3 Развитие психологии как науки.

Тема 1.4 Психика и ее развитие.

Тема 1.5 Деятельность как способ существования

Тема 2.1 Ощущение

Тема 2.2 Восприятие

3.2. Тест.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. - применять знания психологии при решении педагогических задач ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам; ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;	- умеет применять знания при педагогических решении задач - понимание значимости своей будущей профессии, ответственность перед детьми и их родителями - владеет многообразием методов для решения профессиональных задач в области обучения, воспитания младших школьников
У.2. - выявлять индивидуально-типологические и личностные особенности воспитанников ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	- умеет выявлять индивидуально-типологические и личностные особенности воспитанников - применяет методы познания и знания, полученные в ходе освоения дисциплины, при построении моделей своей научно-исследовательской деятельности, оценивает адекватность применения различных методов - выбор и применение наиболее эффективных из них, отраженных в календарно-тематическом плане и плане воспитательной работы - анализ эффективности и качества собственной деятельности, отраженный в самооценке достигнутых целей урока и отчете об успешности воспитательной работы - гибкое, целесообразное решение нестандартных ситуаций
Знать:	
З. 1. -особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой З.2. - основы психологии личности З.3. - закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности	- знает особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой - знает основы психологии личности и закономерности психического развития - владеет навыками сотрудничества, активного слушания, создания благоприятного микроклимата

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;	
3.4. - возрастную периодизацию 3.5. - возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	- знает и определяет возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании - анализирует и оценивает результативность используемых приемов мотивации, форм организации и контроля деятельности обучающихся
3.6.- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте 3.7. - групповую динамику 3.8.- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции социальной дезадаптации, девиантного поведения 3.9.- основы психологии творчества ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности; ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	- знает особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповой динамике - даёт определение групповой динамике - знает и умеет определять причины, а также психологические основы предупреждения и коррекции социальной дезадаптации, девиантного поведения - знает и умеет применять знания основ психологии творчества - анализировать свои педагогические способности, самостоятельно проектировать модель личностного роста, образовательный маршрут овладения профессией, совершенствование педагогического

Примерный КИМ по контрольной работе

Блок А

1. Родоначальником психологии является...

- 1) Ж. Пиаже;
- 2) Аристотель;
- 3) В.Вундт.

2. Как определяется термин «психика»?

- 1) свойство самой высокоорганизованной материи;

- 2) совокупность всех качеств индивида;
- 3) процесс мыслительной деятельности.
3. В чем заключается ключевая особенность (специфика) психологии как науки?
 - 1) в методах изучения;
 - 2) в совпадении объекта и субъекта исследования;
 - 3) в субъективности полученных данных.
4. Кто является автором теории «бессознательного»?
 - 1) Ш. Рише;
 - 2) З. Фрейд;
 - 3) В. Джемс.
5. Бихевиоризм поставил предметом изучения психологии...
 - 1) явления сознания;
 - 2) высшую нервную деятельность;
 - 3) поведение.
6. Как называется способность живых организмов реагировать на биологически важные воздействия внешней среды?
 - 1) Чувствительность
 - 2) Раздражимость
 - 3) Рефлекс
7. Кто написал первое сочинение по психологии «Трактат о Душе»?
 - 1) Г.Хэд
 - 2) Аристотель
 - 3) В.Вундт
8. Гештальт – это...
 - 1) неполноценная структура, не воспринимаемая как единое целое;
 - 2) структура, которая воспринимается как единое целое и не сводится к совокупности её элементов;
 - 3) фигура, бессознательно выделяющаяся на периферии других фигур.
9. Предметом психологии являются:
 - 1) развитие эмоций и чувств
 - 2) развитие и проявления психических явлений
 - 3) закономерности развития и проявлений психических явлений и их механизмов
10. Метод наблюдения входит в группу:
 - 1) эмпирических методов
 - 2) организационных методов
 - 3) обработки данных
 - 4) интерпретационных методов
11. «Познание»: — это:
 - 1) отражения в мозге человека отдельных свойств предметов и явлений объективного мира в результате их непосредственного воздействия на органы чувств
 - 2) система идей, принципов, законов, норм оценок, регулирующих отношения между людьми
 - 3) процесс целенаправленного отражения объективной реальности в сознании людей
12. «Умение» — это:
 - 1) сознательная активность, проявляющаяся в системе действий, направленных на достижение поставленной цели

- 2) готовность человека успешно выполнять определенную деятельность, основанная на знаниях и навыках
 - 3) частичная автоматизация выполнения и регулирования целесообразных движений
13. Современная психология — наука о:
- 1) душе
 - 2) состояния сознания
 - 3) закономерности развития и функционирования психики
14. Ускоренное физическое и психическое развитие личности в детском и подростковом возрасте:
- 1) одаренность
 - 2) акселерация
 - 3) мутация
 - 4) социализация
15. К психическим свойствам личности относятся:
- 1) мышление и сознание
 - 2) темперамент и способности
 - 3) желания и потребности
 - 4) эмоции и воля
16. Основными функциями психики являются:
- 1) отражение и защита организма
 - 2) отражение и регуляция поведения и деятельности
 - 3) защита организма и представление
 - 4) регуляция поведения и прогнозирование
17. Направление психологии, основной задачей которого является применение научных знаний для помощи населению в повседневных и критических ситуациях, называется...
- 1) практическая психология
 - 2) общая психология
 - 3) социальная психология
 - 4) поведенческий подход
18. Объектом общей психологии является:
- 1) люди и животные;
 - 2) психика и психические явления;
 - 3) сознание;
 - 4) взрослый здоровый человек, находящийся на пике развития своих высших психических функций;
 - 5) носители психики;
19. Активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания условий для установления психологического факта называется:
- 1) контент-анализом;
 - 2) беседой;
 - 3) экспериментом;
 - 4) анализом продуктов деятельности;
20. Особенности онтогенетического развития психики изучает психология:
- 1) детская;

- 2) социальная;
 - 3) возрастная;
 - 4) общая;
 - 5) медицинская;
21. Осознанный образ предвосхищаемого результата деятельности:
- 1) смысл;
 - 2) интерес;
 - 3) итог;
 - 4) цель;
22. Впервые экспериментальная психологическая лаборатория была открыта:
- 1) Г.Эббингаузом,
 - 2) У.Джемсом,
 - 3) В.Вундтом,
 - 4) Х.Вольфом,
23. В России первую экспериментальную психологическую лабораторию открыл:
- 1) В.М.Бехтерев,
 - 2) Г.И.Челпанов,
 - 3) И.М.Сеченов,
 - 4) И.П.Павлов,
24. Определение психологии как науки:
- 1) Наука о личности и ее психических свойствах.
 - 2) Наука о человеке и человечестве.
 - 3) Наука о человеке и его психических состояниях.
 - 4) Наука о субъекте деятельности.
 - 4) Наука о психике и психических явлениях.
25. Основоположителем бихевиоризма является:
- 1) Д.Н. Узнадзе,
 - 2) И.И.Бихевиорин,
 - 3) А. Бине,
 - 4) Дж.Уотсон,
 - 5) Г.И.Челпанов,
26. В основе бихевиоризма лежит:
- 1) изучение свойств сознания;
 - 2) изучение специфики человеческой деятельности;
 - 3) изучение бессознательного;
 - 4) изучение психики через поведение, как совокупность реакций организма на стимулы внешней среды;
 - 5) изучение особенностей ощущения стимулов внешней среды;
27. Направление психологии, изучающее проблемы развития личности, ее активности, самоактуализации и самосовершенствования, свободы выбора и стремления к высшим ценностям, что проявляется в стремлении к справедливости, красоте и истине:
- 1) фрейдизм;

- 2) бихевиоризм;
- 3) гуманистическая психология;
- 4) когнитивная психология;

28. Основоположник отечественной научной психологии:

- 1) Г.И. Челпанов,
- 2) В.М. Бехтерев,
- 3) И.П. Павлов,
- 4) И.М. Сеченов,

29. Краткое, стандартизированное психологическое испытание, в результате которого делается попытка оценить тот или иной психический процесс или личность в целом, - это:

- 1) самонаблюдение;
- 2) тестирование;
- 3) наблюдение;
- 4) эксперимент;

30. Основана на ситуации и носит конкретный ситуативный характер – это

- 1) житейская психология
- 2) научная психология
- 3) экспериментальная психология

31. Как самостоятельная наука психология сформировалась лишь в

- 1) в 18 в.
- 2) в 19 в.
- 3) к концу 19 в.

32. Распределите по этапам, как менялся предмет психологии:

- 1) наука о сознании
- 2) наука, изучающая факты, закономерности и механизмы психики
- 3) наука о душе
- 4) наука о поведении

33. Строится на обобщениях, знания осознаны и в их приобретении существенную роль играет эксперимент – это

- 1) житейская психология
- 2) научная психология
- 3) экспериментальная психология

34. Основателем психоанализа являются:

- 1) З.Фрейд
- 2) А.Р. Лурия
- 3) К. Роджерс

35. как психологический метод предусматривает прямое или косвенное, устное или письменное получение от изучаемого сведений о его деятельности, в которых объективируются свойственные ему психологические явления

- 1) Опрос
- 2) Беседа
- 3) Интервью

36. К опыту относится:

- 1) мировоззрение;

- 2) навыки;
- 3) интересы.

Блок Б

1. Что относится к познавательным процессам?
2. Простейшими, но очень важными психическими познавательными процессами являются _____
3. Перечислите виды ощущений?
4. Минимальная величина раздражителя, дающая заметное ощущение, называется _____
5. Меняются ли пороги абсолютной чувствительности, если да, то как?
6. Чувствительность анализаторов может меняться под влиянием действующих раздражителей. Такое приспособление органов чувств к внешним воздействиям называется _____.
7. Понаблюдайте за собой: какие ощущения у вас наиболее развиты?
8. Восприятие – это _____
9. Перечислите виды восприятия.
10. Перечислите свойства восприятия.
11. Апперцепция – это _____
12. Какова роль ощущения в познании человеком окружающего мира? Какое место они занимают среди других когнитивных процессов?
13. Дать классификацию ощущений.
14. Какая информация об окружающем мире отражается в ощущениях?
15. Привести примеры слухового и зрительного восприятия, восприятия пространства и времени.
16. Назвать закономерности восприятия, лежащие в основе следующих явлений:
 - а) собеседник выделяет интонацией определенные места в своей речи;
 - б) рассматривая профиль одного и того же лица, нарисованные пунктиром, штрихами, волнистыми линиями на различных рисунках, человек улавливает портретное сходство;
 - в) доказано, что кусок угля в полдень отражает в несколько раз больше света, чем кусок мела на рассвете, но, тем не менее, уголь и в полдень воспринимается как черный, а мел и на рассвете - белый;
 - г) слушая музыку, зрители воспринимают не отдельные звуки, а мелодию, а затем могут узнать ее в исполнении различных музыкальных инструментов и певцов;
 - д) при ходьбе по улице или комнате, при движении головы или глаз дома, мебель, стены кажутся человеку неподвижными;
 - е) комната, оклеенная красными обоями, кажется меньше такой же комнаты, оклеенной синими обоями.
17. Каким образом, человек узнает даже, глядя на экран TV или цветную фотографию, что перед ним находится поверхность камня, дерева, металла?

4.Эталоны ответов.

Блок А

№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	3	21	4
2	1	22	3
3	2	23	1

4	2	24	5
5	3	25	4
6	2	26	4
7	2	27	3
8	2	28	4
9	3	29	2
10	1	30	1
11	3	31	3
12	2	32	1-3, 2-4, 3-1, 4-2
13	2	33	2
14	2	34	1
15	2	35	1
16	2	36	2
17	1		
18	4		
19	3		
20	3		

Блок Б

1.К познавательным процессам относятся ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение.

2.Простейшим, но очень важным психическим познавательным процессом являются ощущение.

3.Виды ощущений: зрительные, слуховые, вибрационные, обонятельные, вкусовые, кожные, двигательные, органические, осязательные, равновесия, болевые.

4.Минимальная величина раздражителя, дающая заметное ощущение, называется абсолютным порогом ощущения.

5. Пороги абсолютной чувствительности не остаются неизменными на протяжении жизни человека: чувствительность у детей развивается, достигая к юношескому возрасту высшего уровня: пороги становятся ниже, а чувствительность достигает оптимального уровня. К старости пороги чувствительности повышаются.

6.Чувствительность анализаторов может меняться под влиянием действующих раздражителей. Такое приспособление органов чувств к внешним воздействиям называется адаптацией.

7.Понаблюдайте за собой: какие ощущения у вас наиболее развиты?

8. Восприятие – это отражение предметов и явлений, целостных ситуаций объективного мира в совокупности их свойств и частей при непосредственном воздействии их на органы чувств).

9. Виды восприятия: пространства, времени, движения.

10. Перечислите свойства восприятия: предметность, целостность, избирательность.

11.Апперцепция – это зависимость восприятия от общего содержания психической жизни человека, его опыта и знаний, интересов, чувств и определенного отношения к предмету восприятия.

12.Обеспечивают чувственное познание мира. На процессе ощущения основаны более сложные когнитивные процессы. Ощущения всегда опосредствованы знанием. В ощущениях отражаются объективные качества объектов (t°,вкус, запах), их интенсивность

и продолжительность. Ощущения обеспечивают сбор сенсорного материала, на основе чего строятся психические образы).

13. Классификация ощущений: 1) зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые и кожные; 2) внутренние болевые, вибрационные; 3) статические, двигательные; 4) зрительное ощущение - ощущение света (перепад яркости) и цвета; 5) вкусовые ощущения - комбинация 4-х вкусов (горький, соленый - корешок языка, кислый - края языка, сладкий - кончик); 6) тактильные; 7) органические ощущения.

14. Какая информация об окружающем мире отражается в ощущениях? (Тепло и холод, запахи и вкус, гладкость и шероховатость, свет и темнота, тишина, громкие, резкие звуки и многие другие качества, признаки, свойства окружающих предметов и явлений).

15. Примеры слухового и зрительного восприятия, восприятия пространства и времени. Слуховое восприятие. Мы воспринимаем мелодию, речь. Зрительное восприятие. Мы отличаем мужское лицо от женского, детское - от старческого. Узнаем знакомых на улице, на фотографии и на картине. Восприятие пространства. Мы понимаем, какой предмет дальше, а какой ближе, больше - меньше, в какую сторону движется. Восприятие времени. Наше представление о прошедшем, настоящем и будущем, о длительности какого-либо явления).

16. Закономерности восприятия, лежащие в основе следующих явлений: а) собеседник выделяет интонацией определенные места в своей речи; б) избирательность - преимущественное выделение одних объектов по сравнению с другими; в) рассматривая профиль одного и того же лица, нарисованные пунктиром, штрихами, волнистыми линиями на различных рисунках, человек улавливает портретное сходство; Структурность восприятия - способность человека отражать окружающую действительность как воздействие конкретных ее предметов, относящихся к определенному классу явлений. При этом мозг четко различает предмет, фон и контур их восприятия. в) доказано, что кусок угля в полдень отражает в несколько раз больше света, чем кусок мела на рассвете, но, тем не менее, уголь и в полдень воспринимается как черный, а мел и на рассвете - белый. Константность восприятия обеспечивает постоянство воспринимаемой формы, величины и ЦВЕТА предметов при изменении расстояния, ракурса, ОСВЕЩЕННОСТИ. Объясняется опытом, приобретенным в процессе развития личности; г) слушая музыку, зрители воспринимают не отдельные звуки, а мелодию, а затем могут узнать ее в исполнении различных музыкальных инструментов и певцов. Целостность восприятия выражается в том, что образы отражаемых предметов выступают в сознании человека в совокупности многих их качеств и характеристик, даже если отдельные из этих качеств в данный момент не воспринимаются; д) при ходьбе по улице или комнате, при движении головы или глаз дома, мебель, стены кажутся человеку неподвижными; Константность восприятия. При всей своей подвижности и изменчивости образы воспринимаемых нами предметов отличаются определенной константностью (постоянством) отражаемых в сознании свойств этих предметов, несмотря на значительную вариативность условий, в которых протекает процесс восприятия и которые фактически изменяют свои свойства; е) комната, оклеенная красными обоями, кажется меньше такой же комнаты, оклеенной синими обоями. Апперцепция - зависимость восприятия от прежнего опыта человека, в зависимости от поставленной задачи, психического состояния, УСТАНОВКИ.

17. Человек узнает, даже глядя на экран TV или цветную фотографию, что перед ним находится поверхность камня, дерева, металла. В этом узнавании проявляется Целостность восприятия (образы отражаемых предметов выступают в сознании человека в совокупности

многих их качеств и характеристик, даже если отдельные из этих качеств в данный момент не воспринимаются).

5. Критерии оценки ответов обучающихся

Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл

Оценка 5 «отлично» - 45 – 53 балла (85 – 100 %).

Оценка 4 «хорошо» - 37 – 44 балла (70 – 84 %).

Оценка 3 «удовлетворительно» - 27 – 36 баллов (55 – 69 %).

Оценка 2 «неудовлетворительно» - менее 26 баллов (1 – 54 %).

6. Зачетная ведомость

2. Экзамен (4 семестр)

1. Форма проведения: экзамен состоит из двух частей: первая часть - тестирование, вторая часть – устная, она проводится в форме собеседования по проблемным вопросам.

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся: «Вам необходимо выполнить тест из 37 вопросов. Внимательно прочитайте вопрос, обдумайте ответ. Ответ запишите в соответствии с инструкцией теста. Если Вы затрудняетесь ответить на вопрос, переходите к следующему, но не забудьте вернуться к пропущенному заданию. Максимальное время тестирования – 60 минут. После выполнения письменной работы вам предстоит собеседование».

2. Время выполнения: 180 минут

3. Оборудование учебного кабинета: доска, бланк с вопросами теста, темы для собеседования.

4. Технические средства обучения: отсутствуют

5. Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене: отсутствуют

6. Требования охраны труда: инструктаж по технике безопасности в аудитории

3. Пакет экзаменатора:

3.1. Перечень тем (разделов), выносимых на экзамен:

Тема 1.1 Психология как наука

Тема 1.2 Методы психологии

Тема 1.3 Развитие психологии как науки.

Тема 1.3 Развитие психологии как науки.

Тема 1.4 Психика и ее развитие.

Тема 1.5 Деятельность как способ существования

Тема 2.1 Ощущение

Тема 2.2 Восприятие

Тема 2.3 Внимание

Тема 2.4 Память

Тема 2.5 Мышление и речь

Тема 2.6 Воображение

Тема 3.1 Личность

Тема 3.2 Темперамент

Тема 2.3 Характер

Тема 3.4 Способности

Тема 3.5 Эмоционально-волевая сфера

Тема 4.1 Возрастная психология как отрасль психологической науки

Тема 4.2 Основные закономерности психического развития

Тема 4.3 Психическое развитие в младшем школьном возрасте

Тема 4.4 Особенности познавательного и личностного развития младшего школьника.

Тема 4.5 Групповая динамика

Тема 4.6 Понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения

Тема 5.1 Основы психологии творчества

3.2. Тестовые задания к экзамену:

Блок А

1. Термин «индивид» подразумевает сущность человека
 - а) биологическую
 - б) социальную
 - в) психологическую
2. Термин «личность» подразумевает сущность человека
 - а) биологическую
 - б) социальную
 - в) психологическую
3. Индивидуальность выражается в наличии разного
 - а) опыта
 - б) темперамента, характера
 - в) знаний, мнений
 - г) всё верно
4. Структура личности включает в себя
 - а) способности
 - б) потребности
 - в) темперамент
 - г) память
5. Известными авторами теорий личности являются
 - а) З.Фрейд
 - б) А.Адлер
 - в) И.П.Павлов
 - г) К.Юнг
6. Целостный подход к личности изучает психология
 - а) социальная
 - б) медицинская
 - в) гуманистическая
 - г) биологическая
7. Способности личности - это успешно выполнять определенные виды деятельности
 - а) не только
 - б) нет
 - в) да
8. Потребности личности — это отражение в сознании человека его нужд в чем-либо
 - а) не только
 - б) да
 - в) нет
9. Потребности личности различают
 - а) материальные
 - б) политические

- в) духовные
 - г) всё верно
10. Потребность личности в самоактуализации — это стремление к
- а) развитию своих способностей
 - б) осуществлению своих возможностей
 - в) достижению определенных жизненных целей
 - г) всё верно
11. Теорию потребностей человека разработал
- а) З.Фрейд
 - б) А.Адлер
 - в) А.Маслоу
 - г) К.Юнг
12. Отношение человека к себе, к другим людям — это проявления
- а) темперамента
 - б) характера
 - в) уровня притязаний
 - г) самооценки
13. Врожденными являются свойства
- а) темперамента
 - б) характера
 - в) уровня притязаний
 - г) самооценки
14. Самооценка — это одно из основных свойств личности
- а) оценивать свои возможности
 - б) оценивать себя
 - в) оценивать себя среди других людей
 - г) всё верно
 - д) всё неверно
15. Различают гармоническую личность и акцентуированную
- а) да
 - б) нет
16. Акцентуация зависит от выраженности тех или иных особенностей личности
- а) да
 - б) нет
17. Патологическое развитие личности-это
- а) патология
 - б) психиатрия
 - в) психопатия

Блок Б

- 1. Психология – это....
 - 2. Психика – это....
 - 3. Родоначальник психологии (выбрать нужное):
- А.Аристотель
 - Б. Платон
 - В. Павлов
 - Г. Гиппократ

4. Задачи психологии (выбрать нужное):

- А. изучение особенностей психических процессов
- Б. изучение особенностей психических явлений
- В. изучение развития человеческого рода в процессе эволюции животного мира
- Г. анализ проявлений психических процессов и явлений
- Д. изучение взаимозависимостей строения и формы органов с их функциями
- Е. изучение теории и технологии образовательного процесса.

5. Методы психологии (выбрать нужное):

- А. эксперимент
- Б. беседа
- В. наблюдение
- Г. опрос
- Д. тестирование
- Е. все верно

6. Отрасли психологии (выбрать нужное):

- А. возрастная
- Б. орфографическая
- В. юридическая
- Г. социальная
- Д. технологическая
- Е. медицинская
- Ж. педагогическая
- З. анатомическая
- И. все верно

7. Психологический диагноз – это....

- 8. Основные принципы системно-деятельностного подхода в психологии.
- 9. Основоположники поведенческого подхода в психологии (выбрать нужное):

- А. Кречмер
- Б. Уотсон
- В. Вундтом
- Г. Фрейдом
- Д. Павлов

10. Безусловные рефлексy – это... .

11. Условные рефлексy – это... .

12. Кто разработал концепцию иерархии потребностей (выбрать нужное):

- А. Выготский
- Б. Эллис
- В. Маслоу
- Г. Уотсон
- Д. Вундт

13. Личность – это....

14. Формы направленности личности (выбрать нужное):

- А. стремление
- Б. желание
- В. убеждения
- Г. неврозы

- Д. интересы
 Е. анатомические
 Ж. все верно

15. _____ — это единство неповторимых личностных свойств конкретного человека.

16. _____ — это система сложившихся взглядов и убеждений на окружающий мир.

17. Определите теорию личности: _____

Основоположник данной теории личности – Дж. Келли. Единственное, что хочет знать человек, — это то, что с ним произошло и произойдет. Главный источник развития личности – среда, социальное окружение.

18. Определите теорию личности: _____

Основоположник данной теории личности – К. Роджерс. Главный источник развития личности – это врожденные тенденции к самоактуализации.

19. Определите теорию личности: _____

Основоположник данной теории личности – К. Юнг. Главный источник развития личности – это врожденные психологические факторы, архетипы.

20. З. Фрейд выделяет три основных блока личности: _____.

Эталоны ответов на тестовые задания

Блок А.

№ задания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Правильный ответ	а	б	г	а б в	а б г	в	в	б	а в	г
№ задания	11	12	13	14	15	16	17			
Правильный ответ	в	б	а	г	а	а	в			

Блок Б.

1. Психология – это наука о душе; о закономерностях развития и функционирования психики, область знаний о внутреннем мире человека.

2. Психика — это свойство живой высокоорганизованной материи; субъективное отражение объективного мира.

3. Родоначальник психологии – Б. Платон.

4. Задачи психологии:

А. Изучение особенностей психических процессов

Б. Изучение особенностей психических явлений

Г. Анализ проявлений психических процессов и явлений

5. Методы психологии:

Е. Все верно

6. А. Возрастная

7. Психологический диагноз — это конечный результат деятельности психолога, направленный на описание и выяснение сущности индивидуально-психологических особенностей личности.

8. Основные принципы системно-деятельностного подхода в психологии: детерминизм, активность, единство сознания и поведения, системность, развитие.

9. Основоположники поведенческого подхода в психологии: Б. Уотсон, Д. Павлов
 10. Безусловные рефлексy – это врожденные формы поведения. Унаследованные программы рефлекторных дуг.
 11. Условные рефлексy – это приобретенные формы поведения. Временные связи, приспособительные реакции организма.
 12. В. Маслоу
 13. Личность – это человек как общественности природное существо, наделенное сознанием.
 14. Формы направленности личности: стремление, желание, убеждения, интересы.
 15. Индивидуальность — это единство неповторимых личностных свойств конкретного человека.
 16. Мироззрение — это система сложившихся взглядов и убеждений на окружающий мир.
 17. Определите теорию личности: когнитивная.
Основоположник данной теории личности – Дж. Келли. Единственное, что хочет знать человек, — это то, что с ним произошло и произойдет. Главный источник развития личности – среда, социальное окружение.
 18. Определите теорию личности: гуманистическая. Основоположник данной теории личности – К. Роджерс. Главный источник развития личности – это врожденные тенденции к самоактуализации.
 19. Определите теорию личности: аналитическая. Основоположник данной теории личности – К. Юнг. Главный источник развития личности – это врожденные психологические факторы, архетипы.
 20. З. Фрейд выделяет три блока личности: Ид (оно), Эго (Я), Суперэго (сверх-я).
- 3.3. Перечень вопросов, выносимых на собеседование
1. Кризис первого года жизни.
 2. Опишите кризис 3х лет.
 3. Опишите кризис 7 лет.
 4. Опишите кризис 13 лет и кризис подросткового возраста.
 5. Дайте определение сензитивному периоду, перечислите и опишите каждый.
 6. Ведущий вид деятельности. Психические новообразования на каждом этапе.
 7. Социальная дезадаптация, причины возникновения.
 8. Опишите признаки проявления школьной дезадаптации.
 9. Девиантное поведение. Опишите причины появления девиантного поведения.
 10. Опишите теорию темперамента И.П. Павлова.
 11. Опишите типы темперамента.
 12. Восприятие. Определение, функции, виды, свойства процесса.
 13. Понятие памяти, процессы и виды памяти.
 14. Понятие внимания, его функции, свойства и виды.
 15. Понятие мышления, виды, операции и формы мышления.
 16. Понятие воображения, способы создания образов воображения.
 17. Эмоции и чувства, функции эмоций и чувств.
 18. "Фундаментальные эмоции" (по К. Изарду)
 19. Понятие о характере. Отличительные особенности характера от темперамента. Структура.
 20. Акцентуация характера. Типы акцентуаций. (Леонгард выделяет 12 типов акцентуации)

21. Понятие одаренность, талант, гениальность.
 22. Способности и их виды
 23. Понятие, значение и функции воли.
 24. Объект, предмет и задачи психологии
 25. Отрасли психологии.
 26. Опишите концепцию личности по З. Фрейд
 27. Когнитивная теория (Пиаже).
 28. Бихевиоризм (Уотсон, Скиннер)
 29. Гуманистическая психология (Роджер, Маслоу)
 30. Отечественная психология системно-деятельностного подхода (Рубинштейн, Выготский, Леонтьев).
 31. Понятие «метод». Классификация методов психологического исследования.
 32. Основные этапы развития психологии.
 33. Основной вид деятельности – учение.
 34. Основной вид деятельности – труд.
- Эталоны ответов для собеседования.

1. Кризис первого года жизни. Ведущий тип деятельности - непосредственно-эмоциональное общение со взрослым. Зависимость от взрослого носит всеобъемлющий характер. Например, все познавательные процессы реализуются в отношениях с матерью и с помощью нее. В связи с кризисом у ребенка возникают первые акты протеста, оппозиции, противопоставления себя другим, «невоздержания», на языке семейного авторитарного воспитания. Еще в младенческом возрасте, когда у ребенка нет языка в собственном смысле слова, сама социальная ситуация развития приводит к возникновению у ребенка очень большой, сложной потребности в общении со взрослыми. Из-за того, что младенец сам не ходит, не может приблизить и отдалить от себя предмет, он должен действовать через других. Ни один из детских возрастов не требует такого огромного числа форм сотрудничества, самого элементарного, как младенческий. Действия через других - основная форма деятельности ребенка. В этом заключается чрезвычайно своеобразное противоречие в развитии младенца. Базовая потребность возраста - потребность в безопасности, защищенности. Она должна быть базально удовлетворена. В этом главная функция взрослого человека. Если ребенок чувствует себя в безопасности, то он открыт окружающему миру, доверяет ему и осваивает его смелее. Если нет - ограничивает взаимодействие с миром замкнутой ситуацией. В младшем возрасте у человека формируется чувство доверия или недоверия к окружающему миру (людям, вещам, явлениям), которое человек пронесет через всю жизнь. Чувство отчужденности возникает при дефиците внимания, любви, ласки, при жестоком обращении с детьми. В этом же возрасте формируется чувство привязанности.

2. Кризис 3х лет. Главные изменения в этот период сосредоточены вокруг «оси Я». Их суть в психологической эмансипации Я ребенка от окружающих взрослых, которая сопровождается рядом специфических проявлений - упрямством, негативизмом и др. Новообразованием кризиса 3 лет называется также возникновение системы Я, появление «личного действия» и чувства «Я сам». Как правило, говоря о кризисе 3 лет, в качестве его симптомов традиционно называют упрямство, негативизм, протест против близких взрослых, строптивость, стремление к деспотическому управлению окружающими. Анализ этой негативной симптоматики позволил исследователям выделить неудовлетворенность взаимоотношениями со взрослыми, стремление занять иную позицию в окружающем мире

как причину возникновения этих проявлений. Также, в этот период ребенок проявляет острый интерес к своему изображению в зеркале - он озадачивается своей внешностью, заинтересован тем, как он выглядит в глазах других. У девочек интерес к нарядам; мальчики начинают проявлять озабоченность своей эффективностью, например, в конструировании. Остро реагируют на неудачу. Кризис 3-х лет относится к числу острых. Ребенок неуправляем, впадает в ярость. Поведение почти не поддается коррекции. Период труден как для взрослого, так и для самого ребенка. Своеволие. Стремится все делать сам. Протест-бунт. Ребенок в состоянии войны и конфликта с окружающими. Симптом обесценивания проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей.

3.Кризис 7 лет. Это кризис саморегуляции, напоминающий кризис первого года. Ребенок начинает регулировать свое поведение правилами. Раньше покладистый, он вдруг начинает предъявлять претензии на внимание к себе, поведение становится вычурным. С одной стороны, у него в поведении появляется демонстративная наивность, которая раздражает, так как интуитивно воспринимается окружающими как неискренность. С другой, кажется излишне взрослым: предъявляет к окружающим нормы. Дети учатся удовлетворять свои физические и духовные потребности способами, приемлемыми для них самих и тех, с кем они общаются. Затруднения в усвоении новых норм и правил поведения могут вызвать неоправданные самоограничения и сверхнеобходимый самоконтроль. Дети в это время «стремятся побыстрее найти такие формы поведения, которые помогли бы им ввести свои желания и интересы в социально «приемлемые рамки». Суть конфликта -- «инициатива против чувства вины». Поощрение самостоятельности детей способствует развитию их интеллекта и инициативы. Если же проявлениям независимости часто сопутствуют неудачи или детей излишне строго наказывают за какие-то проступки, это может привести к тому, что чувство вины возобладает над стремлением к самостоятельности и ответственности.

4.Кризис 13 лет и кризис подросткового возраста.Симптомы кризиса: наблюдается снижение продуктивности и способности к учебной деятельности даже в той области, в которой ребенок одарен. Регресс проявляется, когда задается творческое задание (например, сочинение). Дети способны выполнять так же, как и прежде, только механические задания. Это связано с переходом от наглядности и знания к пониманию и дедукции (выведение следствия из посылок, умозаключение). То есть происходит переход на новую, высшую ступень интеллектуального развития. На смену конкретному приходит логическое мышление. Это проявляется в критицизме и требовании доказательств. Подросток теперь тяготеет конкретным, его начинают интересовать философские вопросы (проблемы происхождения мира, человека). Охладевает к рисованию и начинает любить музыку, самое абстрактное из искусств. Происходит открытие мира психического, внимание подростка впервые обращается на других лиц. С развитием мышления наступает интенсивное самовосприятие, самонаблюдение, познание мира собственных переживаний. Разделяется мир внутренних переживаний и объективная действительность. В этом возрасте многие подростки ведут дневники. В подростковом возрасте начинают формироваться отношения в группе подростков на основе кодекса товарищества и особенно тех личных отношений, в которых этот кодекс дан в наиболее выраженной форме, имеет важное значение для становления личности подростка. Кодекс товарищества по своему объективному содержанию воспроизводит наиболее общие нормы взаимоотношений, существующих между взрослыми людьми в данном обществе. Деятельность общения выступает здесь своеобразной формой воспроизведения между

сверстниками тех отношений, которые существуют среди взрослых людей. В процессе общения происходит углубленная ориентация в нормах этих отношений и их освоение. Таким образом, есть основания полагать, что ведущей деятельностью в этот период развития является деятельность общения, заключающаяся в построении отношений с товарищами на основе определенных морально-этических норм, которые опосредуют поступки подростков.

5. Сензитивный период — это такой период в жизни каждого ребенка, когда он учится чему-либо очень легко, овладевает навыками без особых усилий. Делает все с удовольствием и интересом. Сензитивные периоды длятся определенное, довольно короткое, время и проходят безвозвратно. Поэтому эти периоды пропустить ни в коем случае нельзя. Ведь наверстать упущенное будет практически невозможно. Для большинства психологических свойств и поведенческих особенностей человека можно указать свои сензитивные периоды развития. Сензитивные периоды развития детей от 0 до 6 лет по М.Монтессори: сензитивный период развития речи от 0 до 6 лет; сензитивный период восприятия порядка от 0 до 3 лет, причем этап наивысшей интенсивности его протекания наступает в среднем около 2 - 2.5 лет. Сензитивный период сенсорного развития от 0 до 5.5 лет. Сензитивный период восприятия маленьких предметов от 1.5 до 2.5 лет. Сензитивный период развития движений и действий от 1 года до 4 лет. Сензитивный период развития социальных навыков 2.5 - 6 лет. Младший школьный возраст сензитивен к учебной деятельности. Психологические особенности детей этого возраста, такие, как авторитетность для них учителя, вера в истинность всего, чему учат, доверчивая исполнительность, содействуют повышению восприимчивости: дети легко впитывают учение. Их умственная активность направлена на то, чтобы повторить, внутренне принять, подражая, учебные действия и высказывания. Младшие подростки сензитивны к внеучебным делам, которые им доступны и где они могут проявить свои новые возможности. Они склонны к деятельности со сверстниками. Наибольшее проявление у них имеет потребность в самоутверждении и безоглядная готовность действовать. Старший школьный возраст сензитивен к освоению своего внутреннего мира. Старшим школьникам свойственна не всегда замечаемая, огромная внутренняя работа: поиски перспективы жизненного пути, развитие чувства ответственности и стремление управлять собой, обогащение эмоциональной сферы.

6. Ведущий вид деятельности. Психические новообразования на каждом этапе. Ведущая деятельность - термин, выдвинутый А. Н. Леонтьевым для обозначения деятельности, с которой связано возникновение важнейших психических новообразований. Каждому возрастному периоду, подчеркивает ученый, соответствует конкретный вид деятельности, который влияет на развитие и формирование всех черт личности ребенка и ее познавательных возможностей, характерных именно для этого периода. В этом виде деятельности происходит формирование новой ведущей деятельности, определяющей следующий этап возрастного развития.

Понятие ведущая деятельность в дальнейшем использовалось Д. Б. Элькониным для построения периодизации развития психики, основанной на поочередной смене ведущей деятельности. Ведущая деятельность не возникает сразу в развитой форме, а проходит определенный путь становления, возникновение новой ведущей деятельности не означает исчезновения той, которая была ведущей на предшествующем этапе. Основные виды ведущей деятельности: непосредственное эмоциональное общение ребенка с взрослым, хватание (от рождения до 1 года); предметно-манипулятивная деятельность (от 1 до 3-х

лет); игровая деятельность, или сюжетно-ролевая игра (дошкольный возраст); учебная деятельность (младшие школьники); общение в разных видах деятельности (труд, спорт, отдых, учеба) — подростковый возраст.

7. Социальная дезадаптация, причины возникновения. Социальная дезадаптация — это потеря человеком способности приспосабливаться к условиям социума. Бывает полной и частичной. Единого мнения специалистов о стадиях, разновидностях и способах коррекции этого явления нет, поскольку существует несколько теорий относительно факторов его возникновения. Социальная дезадаптация не может быть врожденной и никогда не возникает без причины. Как правило, таких причин бывает не одна, а целый комплекс. Рассмотрим основные. Переходный возраст школьников/подростков. Для подростков характерна лабильность и возбудимость, что во многом обусловлено гормональной перестройкой организма. Но влияет еще и смена социальной роли: ребенок становится более или менее ответственным за свои поступки. Мы все слышали выражения «трудный возраст» и «юношеский максимализм». Слабость личности, при которой требования общества кажутся завышенными. Психологическая причина связана с особенностями личности и нервной системы, акцентуациями характера. В современном обществе, особенно от девочки в школе, а потом и от взрослой женщины, которая строит карьеру, требуется проявлять черты характера, традиционно считающиеся мужскими — агрессивность, грубость, вызывающее поведение, чтобы обратить на себя внимание. В школе всегда хорошо чувствуют себя «пацанки», а вот скромным и застенчивым девочкам (а также часто и мальчикам) приходится плохо и бывает, что они страдают от травли, не умея постоять за себя. Личность, слишком возбудимая и привыкшая выражать свои эмоции публично, может не выдержать требований соблюдать дисциплину на работе. Эгоцентричному человеку сложно подчиняться субординации и т.д. События в жизни, травмирующие психику, и затянувшийся стресс. Здесь могут быть как социально-экономические, так и личные психологические причины, оттолкнувшие человека от общества: сокращение на работе, уход из жизни близкого человека, развод, проблемы с внешностью, тяжелые длительные болезни и др. В этом случае дезадаптация может играть роль защитного механизма, спасительной реакции подсознания. Главное, чтобы этот процесс был обратим. Психические расстройства и болезни. Без медикаментозного лечения обычно их сложно корректировать. Помимо серьезных заболеваний, здесь могут быть и различные зависимости: алкогольная, от компьютерных игр и т.д.

8. Признаки проявления школьной дезадаптации. Излишняя агрессия. Такое часто бывает в школе. Ребенок, которого в классе по каким-то причинам (часто объективным) считают изгоем, вместо того, чтобы понять причину неприятия и попытаться от нее избавиться, пытается самоутвердиться за счет агрессии и драк. У взрослых тоже бывает, что свой страх и неуверенность они прячут за немотивированным агрессивным поведением в адрес своих коллег или семьи. На простую просьбу или вежливый вопрос они порой реагируют неадекватно, раздражительно, даже с кулаками. Заниженная самооценка. Неумение видеть свои положительные стороны и заикливание на недостатках — часто виной этому становится неправильное воспитание, когда ребенка сравнивают с другими детьми не в лучшую сторону. «У всех дети как дети, а у меня неумеха и двоечник». Неудивительно, что такое программирование сознания пускает корни на всю оставшуюся жизнь и человек на полном серьезе считает себя неудачником и не пытается чего-то добиться. Отсутствие желания общаться. Даже простой диалог с продавцом на кассе или с прохожим, который спрашивает дорогу, вызывает проблемы. Человек не отвечает на

обращенные к нему вопросы или отвечает односложными фразами, на работе старается избегать коллег или разговаривать только по делу. Нет интереса к другим людям. Не может придумать темы для разговора, впадает в ступор, когда к нему обращаются. Перепады настроения. Сейчас человек в приподнятом радостном настроении, а через минуту уже впал в печаль, и так может быть много раз в течение дня. Перепады — уже повод насторожиться, что что-то в окружении вызывает желание уйти и спрятаться. Часто это показатель скрытой агрессии. Замкнутость. Если это не природная черта характера, то дезадаптация может выразиться именно так. Еще недавно человек был открытым и общительным, но вот случился момент, когда он перестал реагировать на внешнюю среду, предпочитая молчать или ограничиваться общими фразами. Живет обособленно, не любит гостей, сам ни к кому не ходит, не выносит находиться в шумной компании или просто в людном месте. Демонстрация эмоций на людях. Внезапная слезливость, угрюмость или громкий неестественный смех, когда нет особых причин для этого. Поведение такого человека кажется странным, и не только у него, но и у окружающих постепенно пропадает желание общаться. Непредсказуемость и отсутствие адекватной реакции отталкивает, и постепенно индивид все больше и больше отдаляется от социума, считая себя «непонятым». Особенности. Низкая эмоциональная устойчивость. Реакция на внешние раздражители неадекватная и резкая. Человек не отличается выдержкой, не способен правильно оценивать ситуацию, не может работать в условиях стрессовой ситуации. Излишне эмоционален, его задевают мелочи, на что другой бы не обратил внимания. Легко расстраивается. Нет стабильных интересов, работоспособность зависит от настроения. Также характерна раздражительность, быстрая утомляемость. Сосредоточенность на себе. Погруженность в свои личные переживания, нежелание подстраивать себя под социум. Человек ощущает себя «пупом земли», который не понят и не оценен по достоинству. Приводит обычно к внутренней опустошенности. Внешний мир перестает интересовать, проблемы родных и друзей не волнуют. Нежелание подчиняться требованиям общества. Отсутствие желания подчиняться логичным и необходимым требованиям общества и закона может приводить к асоциальному, девиантному поведению, желанию покончить с собой. В тяжелой стадии оканчивается реальными преступлениями и суицидом.

9. Девиантное поведение. Опишите причины появления девиантного поведения.

Девиантное поведение — позитивное или негативное отклонение от общепринятых порядков. Зачастую нарушает правовые и морально-этические нормы современного общества. Деструктивно-девиантных людей также называют асоциальными личностями, социопатами. Биологические причины девиантности — это факторы, обусловленные заболеваниями и медицинскими патологиями. К ним относятся: воспаления, травмы головного мозга; психосоматические патологии; депрессивные состояния; психозы различной этиологии; шизотипическое расстройство; инфантильность, СДВГ; шизофрения. Также причина может заключаться в повреждении и инфицировании плода внутри материнской утробы или во время родов. Воспитательные, или педагогические факторы проявляются при неправильном воспитании ребёнка. Среди причин этой подгруппы выделяют: негативный пример, подаваемый членами семьи; отсутствие уважения между членами семьи; излишняя строгость, несправедливые наказания; потакание всем прихотям и желаниям ребёнка; излишняя опека либо отсутствие опеки; лишение ребёнка личного пространства; игнорирование моральных, физических потребностей. Помимо этого, девиантное поведение возникает при отсутствии тёплых, доверительных взаимоотношений внутри семьи. К социальным причинам девиантности

относят факторы, вызванные взаимодействием с окружающими людьми. В этой подгруппе отмечают следующие причины: трудности в общении с ровесниками у дошкольников и школьников; материальное, социальное неравенство с окружающими; неблагополучное окружение: алкоголики, наркоманы; пагубное влияние религиозных сект; насмешки, издевательства, травля; насилие: физическое и сексуальное. Также к социальным факторам относят зависимости, провоцирующие поведенческие отклонения. Сюда включают алкоголь, наркотики, излишнее увлечение играми и субкультурами.

10. Теория темперамента И.П. Павлова. И. П. Павлов показал, что в основе высшей нервной деятельности лежит три компонента: сила (индивид сохраняет высокий уровень работоспособности при длительном и напряженном труде, быстро восстанавливается, не реагирует на слабые раздражители), уравновешенность (индивид остается спокойным в возбуждающей обстановке, легко подавляет свои неадекватные желания) и подвижность (индивид быстро реагирует на изменения ситуации, легко приобретает новые навыки). И. П. Павлов соотнёс выделенные им типы нервных систем с психологическими типами темпераментов и обнаружил их полное сходство. Таким образом, темперамент есть проявление типа нервной системы в деятельности, поведения человека. В итоге соотношение типов нервной системы и темпераментов выглядит следующим образом:

- 1) сильный, уравновешенный, подвижный тип («живой», по И. П. Павлову — сангвинический темперамент;
- 2) сильный, уравновешенный, инертный тип («спокойный», по И. П. Павлову — флегматический темперамент;
- 3) сильный, неуравновешенный, с преобладанием возбуждения («безудержный» тип, по И. П. Павлову — холерический темперамент);
- 4) слабый тип («слабый», по И. П. Павлову — меланхолический темперамент).

Слабый тип никоим образом нельзя считать инвалидным или не совсем полноценным типом. Несмотря на слабость нервных процессов, представитель слабого типа, вырабатывая свой индивидуальный стиль, могут добиться больших достижений в учении, труде и творческой деятельности, тем более что слабая нервная система высокочувствительная нервная система.

11. Опишите типы темперамента. Сангвиник — человек быстрый, подвижный, откликается эмоционально на все впечатления; однако его радость, горе, симпатии и другие чувства ярки, но неустойчивы и легко сменяются противоположными чувствами. И. П. Павлов так характеризовал таких людей: «Сангвиник — горячий, очень продуктивный деятель, но лишь тогда, когда у него много интересного дела, т. е. есть постоянное возбуждение. Когда же такого дела нет, он становится скупчивым, вялым». Сангвиник быстро устанавливает социальный контакт. Он почти всегда — инициатор в общении, немедленно откликается на желание общаться со стороны другого человека, но его отношение к людям может быть изменчивым и непостоянным. Он как рыба в воде чувствует себя в большой компании незнакомых людей, а новая, необычная обстановка его только возбуждает (например, Стива Облонский в романе Л. Н. Толстого «Анна Каренина»). Флегматик — человек медлительный, уравновешенный и спокойный, которого нелегко эмоционально задеть и невозможно вывести из себя; чувства его почти никак не проявляются вовне. В отношениях с другими людьми они спокойны, устойчивы в своих эмоциях. И. П. Павлов замечал: «Флегматик — спокойный, всегда ровный, настойчивый и упорный труженик жизни». Вспомним Пьера Безухова из романа Л. Н. Толстого «Война и мир». Но в определенных условиях может развиваться безразличие к труду, к окружающей

жизни, безволие (например, Обломов в одноименном романе И. Гончарова). Социальные контакты флегматик устанавливает медленно, свои чувства проявляет мало и долго не замечает, что кто-то ищет повод вступить с ним в знакомство. Зато он устойчив и постоянен в своем отношении к человеку. Он любит находиться в узком кругу старых знакомых, в привычной обстановке. Холерик — человек быстрый, порывистый, с сильными, загорающимися чувствами, которые ярко отражаются в выразительной мимике, жестах, речи. Он часто склонен к бурным эмоциональным вспышкам. У холериков наблюдаются быстрая смена настроений, неуравновешенность, что объясняется преобладанием в высшей нервной деятельности процессов возбуждения над торможением. И. П. Павлов так определял этот тип темперамента: «Боевой тип, задорный, легко и скоро раздражающийся» (яркий пример такого типа — старый князь Болконский в романе Л. Н. Толстого «Война и мир»). С увлечением начиная дело, холерик быстро остывает, интерес к работе пропадает, и он без воодушевления продолжает, а иногда и бросает ее. В общении люди холерического темперамента бывают трудны. Меланхолик — эмоционально откликается далеко не на все. У него небольшое разнообразие эмоциональных переживаний, но эти переживания отличаются значительной глубиной, силой и длительностью. Он откликается не на все, но уж когда откликается, то переживает сильно, хотя мало выражает вовне свои чувства (например, княжна Марья в романе Л. Н. Толстого «Война и мир»). И. П. Павлов отмечал, что меланхолик, «попадая в новые условия жизни, очень теряется». В привычной, спокойной обстановке люди этого типа работают очень продуктивно, отличаются глубиной, содержательностью своего эмоционально-нравственного поведения и отношения к окружающим людям. Меланхолики очень обидчивы, тяжело переносят неудачи, обиды. Они расположены к замкнутости, одиночеству, чувствуют себя неловко в новой, непривычной обстановке, часто смущаются.

12. Восприятие. Определение, функции, виды, свойства процесса. Восприятие (перцептивный процесс) — это познавательный психический процесс, обеспечивающий целостное отражение предметов, ситуаций и событий, возникающее при непосредственном воздействии физических раздражителей на органы чувств. Виды восприятия: зрительное, слуховое, осязательное, обонятельное и вкусовое. Восприятие пространства — необходимое условие ориентировки человека. Оно включает восприятие формы, величины и взаимного расположения объектов, их рельефа, удаленности и направления. Восприятие времени — отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности. Отражая объективную реальность, восприятие времени дает человеку возможность ориентироваться в окружающей среде. Восприятие движения — отражение изменения положения, которое объекты занимают в пространстве. Свойства восприятия. Наиболее важные особенности восприятия — предметность, целостность, структурность, константность и осмысленность.

13. Понятие памяти, процессы и виды памяти. Память — запоминание, сохранение и последующее воспроизведение индивидом его опыта. Виды памяти. Выделяют память генетическую (это информация, которая передается по наследству) и прижизненную. Если говорить о прижизненной памяти, то существуют следующие классификации. По характеру психической активности, преобладающей в деятельности, выделяют следующие виды памяти. 1. Двигательная память — запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений и их систем. Этот вид памяти служит основой для формирования различных практических и трудовых навыков. Обнаруживается раньше других видов памяти. У некоторых людей этот вид памяти является ведущим. Признаками

этого будет физическая ловкость человека, сноровка в труде («золотые руки»). 2. Эмоциональная память – память на чувства. Проявляется в сохранении и последующем воспроизведении определенного эмоционального состояния при повторном воздействии той ситуации, в которой данное эмоциональное состояние возникло впервые. Пережитые и сохраненные в памяти чувства выступают как сигналы, либо побуждающие к действию, либо удерживающие от действий, вызвавших в прошлом отрицательные переживания. 3. Образная память – память на картины жизни и природы, а также на звуки, запахи, вкусы. Информация накапливается в виде образов. Виды образной памяти: зрительная, слуховая, осязательная, обонятельная, вкусовая.

Кроме этого, выделяют особый вид образной памяти – эйдетическую память – это способность воссоздать образ ранее воспринятого предмета или ситуации во всех деталях, с яркостью равной восприятию. 4. Словесно-логическая (символическая) память – память на слова и мысли. По продолжительности закрепленного и сохраненного материала выделяют: 1. мгновенная память – чувственный образ раздражителя в течение нескольких долей секунды. Данная информация не поддается управлению, ее нельзя задержать, воспроизвести. Но ее значение велико: она обеспечивает слитность образа, например, при просмотре кино; 2. кратковременная память – характеризуется кратким сохранением материала (несколько секунд) после однократного очень непродолжительного восприятия и немедленным воспроизведением (в первые же секунды после восприятия материала). Например, память машинистки. При повторении может удерживать на более длительный срок; 3. долговременная память – длительное сохранение материала. Время хранения и объем сохраняемой информации неограничен. Основной механизм ввода данных – повторение (осмысленное) на уровне кратковременной памяти. Здесь хранится смысл, но может теряться поверхностная форма материала. Важно отметить, что каждый момент времени человек не осознает всего, что хранится у него в долговременной памяти; 4.

оперативная память – обслуживает непосредственно осуществляемые человеком актуальные действия, операции. Время хранения – до нескольких часов. Если через несколько часов материал не повторить, то он забудется. Пример оперативной памяти: пока решается задача. Процессы памяти. В памяти различают такие основные процессы: запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание. Запоминание — это процесс запечатления и последующего сохранения воспринятой информации. По степени активности протекания этого процесса принято выделять два вида запоминания: произвольное и непроизвольное. При непроизвольном запоминании человек не ставит задачу запомнить, и запоминание осуществляется без волевых усилий. Но при этом виде запоминания, в памяти удерживается не все, а лишь то, что интересно, важно и т.д. (как и при непроизвольном внимании). Произвольное запоминание является специальным действием, конечной задачей которого стоит запомнить на максимальный срок с целью последующего воспроизведения. Забывание и сохранение – два обратных процесса. Забывание – процесс, приводящий к утрате четкости и уменьшению объема закрепленного в памяти материала, в невозможности воспроизвести или даже узнать то, что было известно. Сохранение – это удержание того материала, который человек запомнил. Забывание может быть связано с влиянием предшествующей деятельности или отрицательным влиянием последующей деятельности.

14. Понятие внимания, его функции, свойства и виды. Внимание – сосредоточение сознания на определенном объекте, обеспечивающее его особо яркое отражение. Функции внимания. 1. Отбор значимых, соответствующих потребностям, воздействий и

игнорирование других.2. Удержание какой-либо деятельности на протяжении длительного времени.3. Регуляция и контроль протекания действия. Внимание может проявляться в сенсорных, мнемических, мыслительных и двигательных процессах. Поэтому, в зависимости от объекта сосредоточения выделяют следующие формы проявления внимания: сенсорное (перцептивное), интеллектуальное, моторное (двигательное). Наиболее изученным является сенсорное внимание (зрительное и слуховое). Виды внимания. Выделяют несколько видов внимания: непроизвольное, произвольное (волевое) и послепроизвольное. Непроизвольное внимание – это сосредоточение сознания на объекте в силу его особенностей как раздражителя. Произвольное внимание – это сознательно направляемое и регулируемое сосредоточение на объекте, направляемое требованием деятельности. Произвольное внимание возникает, если в деятельности человек ставит перед собой задачу и вырабатывает программу действий. Это и определяет выделение объектов его внимания. В таких условиях, когда внимание направлено не на то, что ново и интересно, а на то, что нужно для осуществления деятельности, нередко требуются усилия воли. Поэтому данный вид внимания часто называют волевым. Свойства внимания. Свойства внимания. 1. Концентрация – наличие связи с определенным объектом или стороной деятельности и интенсивность этой связи. Концентрация обратно пропорциональна объему внимания (чем больше мы сконцентрированы, тем меньше объектов мы замечаем).2. Объем – количество одновременно отчетливо воспринимаемых объектов. При восприятии простых объектов объем внимания у взрослого человека равен 5-7 элементам, а у детей – 2-3 элементам (5+2). Поэтому необходимо уметь осмысливать и структурировать воспринимаемый материал, что позволит увеличить объем внимания.3. Распределение – свойство, с которым связывают возможность одновременного успешного выполнения (совмещения) двух и более различных видов деятельности (или нескольких действий). Возможность распределения внимания зависит от ряда условий: а) чем сложнее совмещаемые виды деятельности, тем труднее распределить внимание, б) успешность совмещения зависит и от того, насколько связаны между собой совмещаемые деятельности (если близко, то распределить внимание становится сложно). Например, трудно совмещать два вида умственной деятельности. Более эффективно распределение внимания при одновременном выполнении двигательной и умственной деятельности. В процессе постоянных упражнений возможно развитие данного свойства.4. Переключение – проявляется в преднамеренном переходе субъекта от одной деятельности к другой, от одного объекта к другому, от одного действия к другому. Например, переключение может быть обусловлено необходимостью включения в новую деятельность, либо осуществляться с целью отдыха.5. Устойчивость – это длительность сохранения интенсивности внимания (как долго). Показатель устойчивости – высокая продуктивность деятельности в течение относительно длительного времени.

15. Понятие мышления, виды, операции и формы мышления. Мышление – социально-обусловленный, неразрывно связанный с речью психический процесс поисков и открытия нового, т.е. процесс обобщенного и опосредствованного отражения действительности в ходе синтеза. Виды мышления. Наглядно-действенное – здесь решение задачи осуществляется с помощью реального преобразования ситуации на основе двигательного акта. Т.е. задача дана наглядно в конкретной форме и способ решения – практическое действие. Данный тип мышления характерен для ребенка дошкольного возраста. Этот вид мышления существует и у высших животных. Наглядно-образное – ситуацию, необходимую для решения задачи, человек воссоздает в образной форме.

Начинает формироваться в старшем дошкольном возрасте. В данном случае, чтобы мыслить, ребенку не обязательно манипулировать с объектом, но необходимо отчетливо воспринимать или наглядно представлять этот объект. Словесно-логическое (теоретическое, рассуждающее, отвлеченное) – мышление выступает, прежде всего, в форме отвлеченных понятий и рассуждений. Начинает развиваться в школьном возрасте. Овладение понятиями происходит в процессе усвоения различных наук. В конце школьного обучения формируется система понятий. Причем, мы используем понятия, которые не имеют, иногда прямого образного выражения (честность, гордость). Развитие словесно-логического мышления не означает, что предыдущие два вида не развиваются или исчезают вовсе. Наоборот, у детей и взрослых продолжают развиваться все виды мышления. Например, у инженера, конструктора большего совершенства достигает наглядно-действенное мышление (или при освоении новой техники). Кроме этого, все виды мышления тесно взаимосвязаны. Процессы мышления. Выделяют несколько основных мыслительных процессов (мыслительных операций), с помощью которых осуществляется мыслительная деятельность. Анализ – мысленное расчленение предмета или явления на образующие его части, выделение в нем отдельных признаков. Анализ бывает практическим и умственным. Синтез – мысленное соединение отдельных элементов, частей и признаков в единое целое. Но синтез не является механическим соединением частей. Анализ и синтез неразрывно связаны и дают всестороннее знание действительности. Анализ дает знание отдельных элементов, а синтез, опираясь на результаты анализа, обеспечивает знание объекта в целом. Сравнение – сопоставление предметов и явления с целью найти сходство или различие между ними. Благодаря этому процессу мышления мы познаем большинство предметов, т.к. мы познаем предмет, только приравнявая его к чему-то или отличая от чего-то. В результате сравнения в сравниваемых предметах мы выделяем что-то общее. Обобщение – мысленное объединение предметов в группы по тем общим признакам, которые выделяются в процессе сравнения. Благодаря этому процессу делаются выводы, правила и классификации (яблоки, груши, сливы - фрукты). Абстракция состоит в том, что, вычленив какие-либо свойства изучаемого объекта, человек отвлекается от остальных. Путем абстрагирования создаются понятия (длины, широты, количества, равенства, стоимости и т.д.). Конкретизация предполагает возвращение мысли от общего и абстрактного к конкретному с целью раскрыть содержание (привести пример на правило).

16. Понятие воображения, способы создания образов воображения. Воображение – это процесс создания образов таких предметов и явлений, которые никогда не воспринимались человеком раньше. Воображение тесно связано с мышлением. Так же, как и мышление, воображение возникает в проблемной ситуации, т.е. тогда, когда нужно отыскать новое решение. Технология создания образов воображения имеет аналитико-синтетический характер, т.е. осуществляется с помощью анализа и синтеза.

1. Агглютинация (в переводе с греческого - склеивание) – соединение различных качеств, свойств, частей, характерных для двух разных объектов. Путем агглютинации строятся многие сказочные образы (русалка, избушка на курьих ножках, кентавр). Также этот прием используется в техническом творчестве (танк-амфибия соединяет качества танка и лодки, аккордеон – сочетает фортепьяно и баян, троллейбус).
2. Гиперболизация (гипербола – увеличить объект, литола - уменьшить) – увеличение или уменьшение предметов, или изменение количества частей предмета (великан, мальчик-с-пальчик, многорукие богини в Индии, дракон с семью головами, одноглазый циклоп).
3. Подчеркивание – заострение каких-либо признаков (дружеские

шаржи или злые карикатуры).4. В том случае, если представления, из которых конструируется образ фантазии, сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства выступают на первый план, это способствует осуществлению схематизации (создание художником национального орнамента, элементы которого взяты из растительного мира; образ итальянца, американца и т.д.).5. Типизация – используется в художественной литературе, скульптуре, живописи; здесь характерно выделение существенного, повторяющегося в однородных фактах, и воплощение этого в конкретном образе. Виды воображения. По степени активности в процессе создания новых образов различают два вида воображения: активное и пассивное. Активное воображение возникает из потребностей человека и стимулирует его творческую и практическую активность. Активное воображение может быть творческим и воссоздающим. Воссоздающее – это воссоздание образов существующих предметов, создание образов, соответствующих описанию. Творческое – это самостоятельное создание новых, несуществующих образов в процессе деятельности (открытия в науке, изобретения в технике, создание произведений искусства). Творчество – это работа и памяти, и мышления. Воображение необходимо и в педагогической деятельности (педагогическое творчество). Учитель должен быть в состоянии предвидеть комплекс причин, обуславливающих поведение учащихся, предвидеть ход урока, предугадать реакции учеников. Кроме этого, воспитание – это проектирование личности, создание идеального образа, но в индивидуальном порядке. Пассивное воображение – это когда фантазия создает образы, которые не воплощаются в жизнь, намечает программы поведения, которые не осуществляются и зачастую не могут быть осуществлены. Пассивное воображение может быть преднамеренным и непреднамеренным.

17. Эмоции и чувства, функции эмоций и чувств. Чувства – переживаемые в различной форме внутренние отношения человека к тому, что происходит в его жизни, что он познает или делает, к другим людям и самому себе. Эмоции – физические состояния и процессы, возникающие в результате действия на индивида значимых явлений и ситуаций и проявляющиеся в форме непосредственных переживаний. Эмоции и чувства для человека выступают показателем того, как происходит процесс удовлетворения потребностей. Человек сопоставляет информацию о том, что требуется для удовлетворения потребности, с тем, чем он располагает в момент ее возникновения. Если вероятность удовлетворения потребности велика, появляются положительные чувства. Отрицательные эмоции порождаются невозможностью удовлетворения потребности или же падением ее вероятности по сравнению с прогнозом, который субъект давал ранее. Функции эмоций и чувств. 1. Отражательная (позволяют определить полезность или вредность события).2. Побудительная (эмоциональное переживание содержит образ предмета и пристрастное отношение к нему, что и побуждает человека к действию).3. Подкрепляющая (значимые события быстрее и надолго запечатлеваются в памяти).4. Переключательная (обнаруживается при конкуренции мотивов, в результате которой определяется доминирующая потребность).5. Приспособительная (благодаря эмоциям устанавливается значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных потребностей, поэтому организм может эффективно приспособиться к тем или иным окружающим условиям).6. Коммуникативная (мимика и пантомимика позволяет

человеку передавать свои переживания другим людям). Благодаря этой функции человек может воздействовать на других людей.

18. "Фундаментальные эмоции" (по К. Изарду). 1. Интерес - положительное эмоциональное состояние, способствует развитию умений и навыков, приобретению знаний. 2. Радость - положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого момента была невелика. 3. Удивление - не имеет четко выраженного положительного или отрицательного знака, возникает внезапно, тормозит все предыдущие эмоции и направляет внимание на объект его вызвавший. Может переходить в интерес. 4. Срадание - отрицательное эмоциональное состояние, связанное с достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее вероятным. Им астенический характер. 5. Гнев - отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое внезапным серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной потребности. Имеет стенический характер. 6. Отвращение - отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (людьми, предметами, обстоятельствами), соприкосновение с которыми (физическое взаимодействие, общение и т.д.) вступает в резкое противоречие с нравственными или эстетическими принципами субъекта. 7. Презрение - отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порожаемое рассогласованием жизненных позиций субъекта с жизненными позициями или поведением самого объекта. 8. Страх - отрицательное эмоциональное состояние, проявляющееся при получении субъектом информации о возможном ущербе для его жизненного благополучия, о реальной или воображаемой опасности, ему грозящей. Имеет как стенический, так и астенический характер. 9. Стыд - отрицательное эмоциональное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении. Аффект – (от лат. affectus – душевное волнение) сильное и кратковременное эмоциональное состояние, связанное с изменением важных для человека жизненных обстоятельств. Характеризуется изменением сознания, нарушением контроля за действиями, утратой самообладания. Быстро овладевает человеком и бурно протекает. Аффекты кратковременны, т.к. вызывают огромную затрату сил. Если обычная эмоция — это душевное волнение, то аффект - буря, взрыв. Настроение - общее эмоциональное состояние, окрашивающее в течение длительного времени все поведение человека (радостное, печальное, серьезное, легкомысленное, бодрое, вялое). Обычно настроение не осознается человеком, но иногда имеет значительную интенсивность и накладывает отпечаток и на умственную деятельность, и на продуктивность работы (все спорится). Стресс - (от англ. stress - давление, напряжение) возникает в необычно трудных ситуациях и переживается с большой внутренней напряженностью. По своим психологическим характеристикам близок к аффекту, по длительности протекания - к настроению. Может иметь стенический или астенический характер (пример с экзаменом). Возникает при опасности, больших физических и умственных нагрузках и т.д. Стресс может быть физиологическим и психическим. Фрустрация – (от лат. frustratio – обман, расстройство, разрушение планов) состояние человека, вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно так воспринимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели. Фрустрация сопровождается целой гаммой отрицательных эмоций, способных дезорганизовать сознание и деятельность.

19. Понятие о характере. Отличительные особенности характера от темперамента. Структура. Характер- совокупность устойчивых, индивидуальных особенностей человека, выражающих отношение к миру и обуславливающих типичные для него способы поведения в определенных жизненных ситуациях и обстоятельствах. Общеприняты такие определения характера, как «хороший», «плохой», «тяжелый», «легкий». Люди с разными характерами по-разному ведут себя в схожих обстоятельствах, по-разному реагируют и переживают. Если мы знаем характер другого человека, то можем лучше понять его действия, выбрать оптимальный стиль общения с ним, предвидеть его поведение. В отличие от темперамента, зависящего от врожденных, анатомо-физиологических особенностей, и прежде всего от свойств нервной системы, характер человека формируется при жизни, в процессе социализации и воспитания по мере того, как человек вступает в многообразную систему отношений с предметной действительностью и другими людьми. Структура характера — это устойчивые группы черт, отражающих разнообразные типы отношений человека к действительности. Отношения к обществу и другим людям формируют нравственные черты характера. Коммуникативные черты: доброжелательность, отзывчивость, чуткость, открытость, искренность, вежливость. В системе отношений человека к труду формируются трудолюбие, добросовестность, ответственность, дисциплинированность. Учение тоже можно рассматривать как особый вид труда — учебного. Отношение к себе формируется в структуре самосознания человека как его когнитивный, эмоциональный и оценочный компоненты. Отношения к вещам. Отношения к природе, к объектам искусства, творчеству, религии, которые, повторяясь в различных жизненных ситуациях и закрепляясь в образе жизни, превращаются в черты характера.

20. Акцентуация характера. Типы акцентуаций. (Леонгард выделяет 12 типов акцентуации) Акцентуация характера - преувеличенное развитие отдельных свойств характера в ущерб другим, в результате чего ухудшается взаимодействие с окружающими людьми. Выраженность акцентуации может быть различной - от легкой, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов. 1. Гипертимный тип (гиперактивный). Его характеризует чрезмерно приподнятое настроение, всегда весел, разговорчив, очень энергичен, самостоятелен, стремится к лидерству, риску, авантюрам, не реагирует на замечания, игнорирует наказания, теряет грань дозволенного, отсутствует самокритичность. 2. Дистимный тип. Его характеризует низкая контактность, немногословность, доминирующее пессимистическое настроение. 3. Циклоидный тип. Ему свойственны довольно частые периодические смены настроения, в результате чего так же часто меняется манера общения с окружающими людьми. 4. Возбудимый тип. Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. 5. Застревающий тип. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. 6. Педантичный тип. Человек с акцентуацией такого типа редко вступает в конфликты, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. 7. Тревожный тип. Людям с акцентуацией данного типа свойственны: низкая контактность, робость, неуверенность в себе, минорное настроение. 8. Эмотивный тип. Эти люди предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают “с полуслова”. 9. Демонстративный тип. Этот тип акцентуации характеризуется легкостью установления контактов, стремлением к лидерству, жадой власти и похвалы. 10. Экзальтированный тип. Ему свойственны высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди

часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. 11. Экстравертированный тип. Такие люди отличаются высокой контактностью, у них масса друзей, знакомых, они словоохотливы до болтливости, открыты для любой информации, редко вступают в конфликты с окружающими и обычно играют в них пассивную роль. 12. Интровертированный тип. Его, в отличие от предыдущего, характеризует очень низкая контактность, замкнутость, оторванность от реальности, склонность к философствованию.

21. Понятие одаренность, талант, гениальность. Одаренность — это совокупность ряда способностей, обуславливающая особенно успешную деятельность человека в определенной области. Это определение позволяет установить взаимосвязь между понятиями «одаренность» и «способности». По форме проявления одаренности можно говорить о: Явная одаренность обнаруживает себя в деятельности ребенка достаточно ярко и отчетливо (как бы «сама по себе»). Достижения ребенка столь очевидны, что его одаренность не вызывает сомнения. Скрытая одаренность проявляется в атипичной, замаскированной форме, она не замечается окружающими. В результате возрастает опасность ошибочных заключений об отсутствии одаренности такого ребенка. Талант - высокий уровень способностей человека к определенной деятельности. Это сочетание способностей, которые дают человеку возможность успешно, самостоятельно и оригинально выполнить определенную сложную трудовую деятельность, это способности к определенной деятельности, проявляющиеся как творчество. Талант - это высокий уровень развития, прежде всего специальных способностей. Это совокупность таких способностей, которые дают возможность получить продукт деятельности, который отличается новизной, высоким уровнем совершенства и общественной значимости. О наличии таланта следует делать вывод по результатам деятельности человека, которые должны выделяться принципиальной новизной, оригинальностью подхода. Гениальность - высочайший уровень одаренности личности, воплощается в творчестве, которое имеет историческое значение для жизни общества. Гений, образно говоря, создает новую эпоху в своей области знаний. Для гения характерны творческая продуктивность, овладение культурным наследием прошлого и вместе с тем решительное преодоление старых норм и традиций. Не стоит смешивать понятия «одаренность», «талант», «гениальность». Одаренность понимается как комплекс задатков, способностей, интереса, мотивации к определенной (специфическая одаренность) или разноплановой (общая одаренность) деятельности. Талант же понимается как творческая одаренность, а гениальность — высшая ступень развития одаренности. Гениальный человек создает уникальные творения, которые признаются цивилизацией, в связи с этим, появление гения среди человечества является очень редким явлением.

22. Способности и их виды. Способности – это сложное образование, совокупность самых разных качеств человека, которые дают ему возможность добиться успеха в определенной деятельности. Именно возможность, а вот станет ли эта потенциальная возможность реальностью, зависит от трудолюбия, упорства и целеустремленности личности. Способности формируются и развиваются в течение всей жизни. Известны случаи, когда люди добивались успехов в живописи, литературе, изобретательстве в довольно зрелом, а то и преклонном возрасте. Основой способностей являются природные задатки, которые носят врожденный (но не обязательно наследственный) характер, например: музыкальный слух; высокая чувствительность к цветоразличению; большой объем легких; повышенная активность правого или левого полушария головного мозга и т. д. Без наличия задатков добиться успеха сложно, но и природные качества

человека его не гарантируют. Задатки могут развиваться в способности только в процессе овладения деятельностью, систематических занятий и упорного труда. Наряду со специальными способностями, связанными с конкретной деятельностью и проявляющимися в ней, имеются и общие способности, в первую очередь познавательные. Без них не обойтись в любой деятельности. Человеку с низким уровнем интеллекта или плохой памятью стать выдающимся композитором не удастся даже при наличии феноменального музыкального слуха. Уровень общих способностей определяет эффективность и скорость получения, хранения и обработки информации и результативность взаимодействия человека с окружающей средой, в том числе с обществом. Совокупность задатков, которые предполагают высокий уровень общих способностей, чаще всего и называют одаренностью.

23. Понятие, значение и функции воли. Воля – это свойство (процесс, состояние) человека, проявляющееся в его способности сознательно управлять своей психикой и поступками. Воля – процесс сознательного регулирования человеком своего поведения и деятельности, выраженный в умении преодолевать внутренние и внешние трудности. Воля — это способность человека управлять своим поведением, мобилизовывать все свои силы на достижение поставленных целей. Воля выполняет функции: Побудительная и направляющая на достижение поставленной цели при преодолении трудностей. Тормозная функция воли проявляется в сдерживании нежелательной активности, мотивов и действий, не соответствующих мировоззрению, идеалам и убеждениям личности. Регулирующая функция выражается в произвольной, регуляции действий, психических процессов и поведения, в преодолении препятствий. Развивающая функция состоит в том, что волевая регуляция направлена на совершенствование субъектом своего поведения. Проявляется в преодолении препятствий, возникающих на пути достижения сознательно поставленной цели. Все волевые действия целенаправленны. Под влиянием волевых процессов человек может приложить усилия к тому, чтобы активизировать свои действия и поступки и добиться их успешного завершения в условиях преодоления трудностей. Но тот же человек благодаря воле может удержаться от совершения каких-то действий или поступков, замедлить или остановить их, если они начались, или направить по другому руслу.

24. Объект, предмет и задачи психологии. Психология. С греч. psyche – душа, logos – учение, наука, изучает закономерности возникновения, развития и функционирования психических процессов, состояний, свойств личности, занимающейся той или иной деятельностью, закономерности развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности. Психология является сравнительно молодой наукой. Условно ее научное оформление связывают с 1879 г., когда немецким психологом В. Вундтом в Лейпцигском университете была создана первая в мире Лаборатория экспериментальной психологии. Предметом психологии являются: психика, ее механизмы и закономерности как специфическая форма отражения действительности, формирование психологических особенностей личности человека как сознательного субъекта деятельности. В качестве основного объекта психологии выступают социальные субъекты, их жизнедеятельностные связи и отношения, а также субъективные и объективные факторы, содействующие или препятствующие достижению ими вершин в жизни и творческой деятельности. Основные задачи психологии: изучение механизмов, закономерностей, качественных особенностей проявления и развития психических явлений; изучение природы и условий формирования психических особенностей личности

на разных этапах ее развития и в различных условиях; использование полученных знаний в различных отраслях практической деятельности.

25. Отрасли психологии. Отрасли психологической науки в зависимости от задач, которые они решают, делятся на: фундаментальные и прикладные. Фундаментальные отрасли изучают общие закономерности, психические явления и процессы, свойственные всем людям. Прикладные исследуют психологические проблемы, характерные для определенных сфер жизни людей и конкретных профессий. К фундаментальным отраслям дисциплины относятся: общая - изучает общие свойства и закономерности психики человека, его эмоции и психические состояния. Социальная - изучает межличностные отношения и процессы взаимодействия людей. Дифференциальная - исследует индивидуальные особенности психики людей, их темперамент, различие характеров и способностей. Сравнительная - сравнивает психику человека и животных. Возрастная или психология развития - анализирует общие закономерности в изменении психических процессов и личностных качеств людей, происходящих с возрастом. Специальная или психология аномального развития - изучает психологические проблемы, связанные с отклонениями от нормального развития. Психология личности - занимается изучением общих черт характера, обусловленных социумом, мотивацию и самосознание личности. Психофизиология - изучает взаимосвязь психических явлений и нервной системы человека. Нейропсихология - исследует нейронные процессы в человеке. Зоопсихология - занимается изучением психики животных, определяет их врожденные и приобретенные свойства. Классификация прикладных отраслей психологии. Политическая - изучает психологию политических процессов в обществе, психологическую реакцию людей на происходящие события в сфере политики и общества. Юридическая - изучает психологические проблемы, которые возникают в юридической практике. Экономическая - изучает проблемы и процессы в экономических отношениях между людьми. Педагогическая - исследует процессы усвоения знаний, формирование мышления учащихся, их интеллектуальную деятельность; выявляет психологические факторы, которые влияют на успех обучения, взаимодействие с другими участниками процесса и т.д. Медицинская - изучает роль психики в возникновении, протекании и лечении болезней, исследует деятельность врача и поведение больного с точки зрения их психических свойств и состояний. Психология труда - рассматривает психологические особенности трудовой деятельности человека, в зависимости от вида профессии и организации труда на рабочем месте. Психология спорта - анализирует психологические особенности личности и деятельности спортсменов в контексте тренировочного и соревновательного процессов, изучает психологические проблемы, связанные с соревнованиями. Психология искусства - исследует закономерности профессиональной деятельности представителей творческой среды, изучает восприятие людьми произведений искусства, занимается вопросами эстетического воспитания. Психология религии - изучает психологию религиозного сознания и чувства верующих людей, традиции и религиозные обряды. Психология семьи - анализирует межличностные, интимные, экономические и хозяйственно-бытовые отношения супругов, изучает взаимоотношения родителей и детей, стили воспитания.

26. Концепция личности по З. Фрейда. Наиболее популярной за пределами психологии является концепция личности, разработанная Зигмундом Фрейдом (1856–1939). На основе многолетних клинических наблюдений Фрейд сформулировал психологическую концепцию, согласно которой психика, личность человека состоит из 3-х структур, уровней. 1. «ОНО» – бессознательная часть психики, бурлящий котел

биологических врожденных инстинктивных влечений: агрессивных и сексуальных. «ОНО» насыщено сексуальной энергией – «либидо». «ОНО» подчиняется принципу удовольствия, т. е. удовольствие и счастье есть главные цели в жизни человека. Второй принцип поведения – гомеостаз – тенденция к сохранению примерного внутреннего равновесия. 2. «Я» (ЭГО) сознания находится в состоянии постоянного конфликта с «ОНО», подавляет сексуальные влечения. Уровень сознания формируется под влиянием общества. На «Я» воздействуют три силы: «ОНО», «СВЕРХ-Я» и общество, которое предъявляет свои требования к человеку. «Я» старается установить гармонию между ними, подчиняется не принципу удовольствия, а принципу «реальности». 3. «СВЕРХ-Я» служит носителем моральных стандартов, это та часть личности, которая выполняет роль критика, цензора, совести. Если «Я» примет решение или совершит действие в угоду «ОНО», но в противовес «СВЕРХ-Я», то испытывает наказание в виде чувства вины, стыда, укоров совести.

27. Когнитивная теория (Пиаже). Согласно теории, на каждой стадии когнитивного развития формируются новые навыки, определяющие пределы того, чему на данной стадии можно научить человека. Основными процессами, определяющими когнитивное созревание, являются процессы адаптации, ассимиляции, аккомодации и уравнивания. Им выделены четыре основные детерминанты, определяющие развития личности. Фактор равновесия (гомеостаза) с внешней средой. Жизнь — постоянное нарушение гомеостаза между субъектом и средой. Биологическое созревание. Создает предпосылки развития, но не определяет содержания и закономерностей развития. Собственная активность субъекта. Источником развития интеллекта и познания субъектом мира является действие как субъект-объектное взаимодействие. Социальный опыт. Ребенок в процессе развития овладевает языком, интеллектуальными, социальными ценностями. Четыре стадии развития: сенсомоторная; предоперационная; операционная; стадия конкретных операций. 1. Сенсомоторная стадия длится от 0 до 2 лет. Познание мира зависит от впечатлений ребенка. Происходит развитие моторных навыков. 2. Предоперационную стадию ребенок проходит от 2 до 6 лет. Формируются образы объектов и действия, которые с ними можно совершать. Развивается воображение. 3. Операционная стадия длится от 6 до 11 лет. В этот период ребенок может связывать мысли между собой, логически рассуждать. На второй план уходит воображение, и развивается восприятие реальности. 4. Стадия конкретных операций начинается с 11 лет. Появляется абстрактное мышление, способность объяснять сложные вещи и явления, все больше развивается логика, навык анализа происходящего.

28. Бихевиоризм (Уотсон, Скиннер). Совокупность поведенческих реакций, присущих данному человеку. Человек – реагирующее, действующее, обучающееся существо, запрограммированное на те или иные реакции, действия и поведение. Предметом психологического исследования является поведение человека от рождения до смерти. Условный рефлекс является ключом к выработке навыков, построения сложных движений из простых, а также к любым формам научения, в том числе носящим аффективный характер. Основные законы гештальтпсихологии. Замыкание. Если в воспринимаемом образе присутствуют какие-то пробелы, наш мозг автоматически заполнит недостающие части. Транспозиции (переноса). Психика реагирует не на отдельные раздражители, а на их соотношение. Прегнантности, или хорошей конфигурации. Отражает одну из основных идей гештальтпсихологии — стремление человеческой психики к стабильности. Фигуры и фона. Особенность человеческой психики — видеть один аспект гештальта как фигуру (замкнутое целое), а другой как фон.

Константности. Образ стремится к стабильности и постоянству даже при изменении сенсорного ряда Близости. Объекты, расположенные рядом, наш мозг стремится объединить в группы.

29. Гуманистическая психология (Роджер, Маслоу). Каждый человек уникален по своей природе, у него есть биологическая предрасположенность к осуществлению успешного взаимодействия со средой, врождённое стремление к росту и совершенствованию. Идеальное соотношение «реального Я» и «идеального Я», а также индивидуальный уровень развития потребностей в самоактуализации. В качестве основной движущей силы функционирования личности рассматривается тенденция к самоактуализации или потребность человека реализовать свои врожденные потенциальные возможности. В развитии личности, значимым является отношение к человеку значимых людей, прежде всего, родителей. Если ребенок получает от значимых других полное принятие и уважение (безусловное позитивное внимание), тогда его формирующаяся Я-концепция соответствует всем врожденным потенциальным возможностям. Но если ребенок сталкивается с принятием одних и отклонением других форм поведения, если позитивное внимание предьявляется с условием, напр.: "Я буду тебя любить, если ты будешь хорошим" (обусловленное позитивное внимание), тогда его Я-концепция будет не вполне соответствовать врожденным потенциальным возможностям, а определяться социумом. Ребенок будет вырабатывать оценочные понятия о том, какие из его действий и поступков достойны уважения и принятия, а какие нет (условия ценности). В ситуации, когда поведение человека оценивается как недостойное, возникает тревога, которая приводит к защитному вытеснению из сознания или искажению несоответствия между реальным поведением и идеальными образцами. В зависимости от того, какое позитивное внимание испытывал человек в течение жизни, формируется тот или иной тип личности, чувствует себя скорее управляемым, чем свободным, скорее заурядным и конформным, чем творческим.

30. Отечественная психология системно-деятельностного подхода (Рубинштейн, Выготский, Леонтьев). Личность как комплекс базовых свойств: направленности, характера, способностей и темперамента, впервые включив сюда свойство направленности (С. Л. Рубинштейн). Личность — это не чисто психологическое понятие, и изучается она всеми общественными науками - философией, социологией, этикой, педагогикой и др. Пониманию природы личности способствуют литература, музыка, изобразительное искусство (Л.С. Выготского). Личность – Совокупность общественных, отношений, реализующих в многообразных деятельности (А. Н. Леонтьев). Структура личности – это структура деятельностей и стоящая за ней структура мотивов и потребностей. Именно деятельности являются единицами психологического анализа личности. Движущими силами развития, являются особым образом организованное общение ребёнка и взрослого (обучение) и активность самого ребёнка (деятельность).

Детское развитие гетерохромно, оно имеет свой ритм, который меняется в разные годы жизни, не совпадая с ритмом времени. Каждая сторона в психике человека имеет свой оптимальный период развития (закон неравномерности). Развитие есть последовательность качественных изменений, ребёнок обладает качественно иной психикой по сравнению с взрослым человеком, не являясь его уменьшенной копией (закон метаморфозы).

31. Понятие «метод». Классификация методов психологического исследования. Наблюдение - внешне самый простой метод, но на самом деле требующий серьезной профессиональной подготовки и знаний. Суть этого метода в том, чтобы, наблюдая и

фиксируя (с помощью обычной записи или любых технических средств) особенности поведения, увидеть за ними проявления той или иной психологической характеристики в реальном поведении. Основным методом исследовательской работы психолога является эксперимент. Лабораторный эксперимент проводится в помещении, специально приспособленном для точного проведения опыта контроля всех воздействий на испытуемого и регистрации его ответов и действий. Естественный эксперимент, предполагает проведение исследования под контролем экспериментатора, но в естественных условиях. Психодиагностические методы выявляют и измеряют индивидуальные психологические особенности человека, позволяют определить различия между людьми. В тестах умственного развития, или интеллектуальных тестах, испытуемому предлагается ряд заданий. Эти задания могут быть даны в словесной или числовой форме и в форме практических заданий, например, сложить кубики по определенному образцу, выбрать из предлагаемого набора элементов один, который пропущен в сложном узоре или фигуре, сложить фигуру из отдельных элементов и т.п. За правильное выполнение каждого задания испытуемый получает определенный балл. Тесты личности позволяют выявить особенности мотивации, потребностей, эмоций, интересов, воли, определить характеристики отношения к себе и т.д. Задания этих тестов могут быть представлены в разных формах. Если они представлены в виде вопросов, тесты называются опросниками.

32. Основные этапы развития психологии. I этап (до научного этапа - VII-VI вв. до н.э.) – данный этап характеризуется изучением психологии как науки о душе. В ее основе лежали многочисленные легенды, мифы, сказки и первоначальные верования в религию, которые непременно связывают душу с конкретными живыми существами. В тот момент наличие души в каждом живом существе помогало пояснить все происходящие непонятные явления. II этап (научный период - VII-VI вв. до н. э) - данный этап характеризуется изучением психологии как науки о сознании. Данная необходимость возникает при развитии естественных наук. Поскольку данный этап рассматривался и изучался на уровне философии, то получил название – философский период. Сознанием на данном этапе называли способность чувствовать, думать и желать. Главнейшим методом изучения истории развития психологии стало наблюдение за собой и описание полученных человеком фактов. III этап (экспериментальный этап - XX в.) – данный этап характеризуется изучением психологии как науки о поведении. Главной задачей психологии на данном этапе становится становление экспериментов и наблюдение за всем, что можно непосредственно изучать. Это могли быть поступки или реакции человека, его поведение и т.д. Таким образом, на данном этапе можно рассматривать историю психологии как становление самостоятельной науки, а также становления и развитие экспериментальной психологии. IV этап – данный этап характеризует становление психологии как науки, которая изучает объективные закономерности психики, их проявления и механизмы.

33. Основной вид деятельности – учение. Во всех видах поведения и деятельности ребенка, которые мы до сих пор рассматривали, этот конечный результат - освоение общественного опыта - не совпадал с целями самой деятельности. Ребенок манипулирует вещами не для того, чтобы чему-то научиться. Когда он делает первые шаги и пытается произнести первые слова, им не движут цели научиться ходить и говорить. Его действия направлены на удовлетворение непосредственных потребностей в исследовании, активности, на овладение вещами, на воздействие на окружающих и т. д. Освоение соответствующих действий и информации выступает, поэтому, для ребенка не как цель, а

лишь как средство удовлетворения соответствующих потребностей. Наступает время, когда в жизнь ребенка входит особый вид деятельности. Это деятельность, непосредственной целью которой является само освоение определенной информации, действий, форм поведения. Такая специфическая деятельность субъекта, имеющая своей целью научение, называется учением. Итак, учение - деятельность целью, которой является научение, т.е. освоение знаний, умений, навыков. Учебная деятельность не только вооружает человека знаниями, навыками и умениями, необходимыми для различных видов общественно полезной активности. Она формирует у человека также умение управлять своими психическими процессами, умение выбирать, организовывать и направлять свои действия и операции, навыки и опыт в соответствии с решаемой задачей. У ребёнка формируются высшие психические функции, главная особенность состоит в том, что они являются произвольными. По своей природе учение и труд психологически очень близки: и учение, и труд являются результативными, т.е. они выполняются ради результата. Отсюда понятно, что учение подготавливает человека к труду.

34. Основной вид деятельности – труд. Труд — это деятельность, направленная на производство определенных общественно полезных (или по крайней мере потребляемых обществом) продуктов - материальных или идеальных. Трудовая деятельность - главная деятельность человека. Человечество (как вид) прекратило бы свое существование, если бы перестало трудиться. Поэтому трудовая деятельность может рассматриваться как специфическое видовое поведение человека, обеспечивающее его выживание, победу над другими видами и использование им сил и веществ природы. Целями трудовой деятельности могут быть вещи, потребляемые людьми, и вещи, необходимые для производства таких потребляемых вещей, - хлеб и машины, мебель и орудия, одежда и автомобили и т. д. Это может быть энергия (тепло, свет, электричество, движение) и средства информации (книги, чертежи, фильмы). Наконец, это могут быть идеологические продукты (наука, искусство, идеи) и действия, организующие поведение и труд людей (управление, контроль, охрана, воспитание). При этом несущественно, нужен ли производимый человеком продукт для удовлетворения его собственных потребностей. Достаточно, если продукт этот нужен обществу в целом. Соответственно цели деятельности человека перестают определяться его личными потребностями. Они задаются ему обществом, а сама деятельность принимает форму выполнения определенного общественного задания. Таким образом, трудовая деятельность людей является по своей природе общественной. Потребности общества ее формируют, определяют, направляют и регулируют. Общественной является эта деятельность и по ее характеру. Благодаря разделению труда в современном обществе ни один человек не производит всего того, что ему требуется, и почти никогда не участвует в производстве хотя бы одного продукта с начала до конца. Поэтому все, что требуется для жизни, человек должен получать от общества в обмен свой труд. Тем самым действия, которые выполняет человек в труде, определяются не биологической потребностью, а поставленной производственной целью и его отношениями к другим людям в процессе осуществления этой цели. Для выполнения и регулирования такого рода действий необходимо использование высших процессов переработки информации, и, прежде всего воображения и мышления.

4.Комплект тестов.

5.Экзамениционная ведомость.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1. - применять знания психологии при решении педагогических задач ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам; ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;	- умеет применять знания при педагогических решении задач - понимание значимости своей будущей профессии, ответственность перед детьми и их родителями - владеет многообразием методов для решения профессиональных задач в области обучения, воспитания младших школьников
У.2. - выявлять индивидуально-типологические и личностные особенности воспитанников ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	- умеет выявлять индивидуально-типологические и личностные особенности воспитанников - применяет методы познания и знания, полученные в ходе освоения дисциплины, при построении моделей своей научно-исследовательской деятельности, оценивает адекватность применения различных методов - выбор и применение наиболее эффективных из них, отраженных в календарно-тематическом плане и плане воспитательной работы - анализ эффективности и качества собственной деятельности, отраженный в самооценке достигнутых целей урока и отчете об успешности воспитательной работы - гибкое, целесообразное решение нестандартных ситуаций
Знать:	
З. 1. -особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой З.2. - основы психологии личности З.3. - закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе	- знает особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой - знает основы психологии личности и закономерности психического развития - владеет навыками сотрудничества, активного слушания, создания благоприятного микроклимата

традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;	
3.4. - возрастную периодизацию 3.5. - возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	- знает и определяет возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании - анализирует и оценивает результативность используемых приемов мотивации, форм организации и контроля деятельности обучающихся
3.6.- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте 3.7. - групповую динамику 3.8.- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции социальной дезадаптации, девиантного поведения 3.9.- основы психологии творчества ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности; ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	- знает особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповой динамике - даёт определение групповой динамике - знает и умеет определять причины, а также психологические основы предупреждения и коррекции социальной дезадаптации, девиантного поведения - знает и умеет применять знания основ психологии творчества - анализировать свои педагогические способности, самостоятельно проектировать модель личностного роста, образовательный маршрут овладения профессией, совершенствование педагогического

Критерии оценки ответов обучающихся:

Оценка 5 «отлично» - за тестирование получено 32-37 баллов (85%-100%); дан ответ на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала в ходе собеседования, даны полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - за тестирование получено 26-31 балл (70% - 84%); дан ответ на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала в ходе собеседования, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере даны ответы на дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - за тестирование получено 21-25 баллов (55% - 69%), частично дан ответ на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала в ходе собеседования, дан ответ на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - за тестирование получено менее 20 баллов (54%), в ходе собеседования допущены ошибки в определении базовых понятий, в изложении теоретического материала; на дополнительные вопросы ответ не дан.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.04 Анатомия

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) программы дисциплины ОП.4 Анатомия.

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Скиба Н.Г. – преподаватель КГА ПОУ «ДИТК»

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол №1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Яковцева О.А

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения дисциплины ОП.04 Анатомия обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

31. основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека;

32. строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;

33. основные закономерности роста и развития организма человека;

34. возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;

35. анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;

36. динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;

37. способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков;

Обучающийся должен уметь:

У1. определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;

У2. определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи;

У3. применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;

У4. определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;

У5. отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой

Личностные результаты с учетом особенностей учебной дисциплины:

Личностные результаты учебной дисциплины

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера,	ЛР 5

общественного деятеля.	
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных

ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ПК 1.1. Планировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 1.2. Проводить воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 1.3. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров при проведении мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре.

ПК 1.5. Анализировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре.

ПК 2.2. Систематизировать педагогический опыт на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области адаптивной физической культуры.

ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов и другие.

ПК 2.4. Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивной физической культуры.

ПК 3.1. Планировать тренировочные занятия с занимающимися по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.2. Проводить тренировочные занятия с занимающимися адаптивным спортом по основным разделам спортивной подготовки.

ПК 3.3. Осуществлять контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.4. Формировать у занимающихся навыки соревновательной деятельности по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.5. Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.6. Проводить отбор инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в группы спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.7. Осуществлять подготовку занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.8. Организовывать (осуществлять) судейство спортивных соревнований по виду адаптивного спорта (спортивной дисциплине).

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать процесс адаптивного физического воспитания обучающихся.

ПК 3.2. Проводить учебные занятия по адаптивной физической культуре в соответствии с действующими санитарными правилами и нормативами.

ПК 3.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебном занятии по адаптивной физической культуре.

ПК 3.4. Организовывать адаптивное физическое воспитание обучающихся, отнесенных к медицинским группам.

ПК 3.5. Организовывать внеурочную деятельность спортивно-оздоровительной направленности.

ПК 3.6. Анализировать учебные занятия и внеурочную деятельность.

ПК 3.1. Планировать занятия по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации.

ПК 3.2. Проводить занятия по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации в соответствии с действующими санитарными правилами и нормативами.

ПК 3.3. Осуществлять контроль за физическим, функциональным и психическим состоянием и оценивать уровень подготовленности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 3.4. Составлять рекомендации инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.

ПК 3.5. Анализировать занятия по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации.

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются контрольная работа, экзамен.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Способность правильно идентифицировать органы и части тела на моделях, изображениях или реальных анатомических препаратах, умение

	использовать анатомические термины для описания строения структур
У2. определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи;	Способность понимать основных физиологических изменений, происходящих в организме детей, подростков и молодежи на различных этапах их развития
У3. применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;	Способность интегрировать знания по анатомии с другими областями профессиональной подготовки
У4. определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;	Способность точно и правильно проводить антропометрические измерения, анализировать полученные антропометрические данные с учетом возраста и пола
У5. отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой	Умение анализировать антропометрические данные с учетом конституциональных особенностей, интерпретация изменений в показателях и выявление закономерностей в динамике
Знать:	
31. основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека;	Знание основных терминов в области цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека
32. строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;	Знание анатомии органов и структур каждой из систем, включая их морфологические и функциональные особенности, понимание физиологических процессов, происходящих в каждой системе органов, в том числе механизмов регуляции и адаптации к различным условиям
33. основные закономерности роста и развития организма человека;	Знание основных этапов развития организма, начиная от перинатального периода и заканчивая зрелым возрастом, включая подростковый период и старение
34. возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;	Знание студентами нормальных физических параметров (рост, вес, обхваты и т.д.) для разных возрастных групп.
35. анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим	Знание изменений, происходящих в анатомии и морфологии органов и систем в ответ на

нагрузкам;	регулярные тренировки
36. динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;	Знание о нейромышечной системе, системе рефлексов, центральной и периферической нервной системе, а также их влиянии на координацию и регуляцию движения
37. способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков;	Знание принципов и методов развивающих занятий, направленных на улучшение моторики, координации и функциональных способностей

2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ

2.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Основные закономерности роста и развития организма человека				
Тема 1.1 Строение клетки и тканей организма человека	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	3 семестр – контрольная работа
Тема 1.2 Органы и системы органов				
Тема 1.3 Репродуктивная система организма человека				
Тема 1.4 Оплодотворение и внутриутробное развитие ребенка				
Тема 1.5 Основные закономерности роста и развития организма человека				
Тема 1.6 Антропометрия				
Тема 1.7 Обобщающие занятие.				
Раздел 2 Аппарат движения				
Тема 2.1 Строение костей.	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	Устный опрос Практическая	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля				
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация		
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля	
Тема 2.2 Соединение костей.	ЛР 1-ЛР 20	работа Тестирование Контрольная работа			
Тема 2.3 Строение скелета человека.					
Тема 2.4 Патологии скелета человека.					
Тема 2.5 Классификация мышц.					
Раздел 3 Основы динамической анатомии					
Тема 3.1 Основные принципы анатомического анализа положений и движений человека	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	4 семестр – экзамен	
Раздел 4 Нервная система					
Тема 4.1 Общая характеристика нервной системы.	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8		
Тема 4.2 Строение головного и спинного мозга.					
Тема 4.3 Вегетативная нервная система.					
Тема 4.4 Периферическая нервная система.					
Тема 4.5 Рефлексы.					
Тема 4.6 Высшая нервная деятельность.					
Раздел 5 Спланхнология					
Тема 5.1 Строение дыхательной системы.	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	Устный опрос Практическая	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8		

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Тема 5.2 Строение и работа сердца. Строение и виды сосудов.	ЛР 1-ЛР 20	работа Тестирование Контрольная работа		
Тема 5.3 Строение пищеварительной системы.				
Тема 5.4 Обмен веществ и энергии.				
Тема 5.5 Строение мочевыделительной системы.				
Тема 5.6 Патология мочевыделительной системы.				
Раздел 6 Эндокринная система				
Тема 6.1 Строение желез внутренней секреции	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	
Тема 6.2 Патология желез внутренней секреции				
Раздел 7 Эстеziология				
Тема 7.1 Общая характеристика сенсорных систем	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	
Тема 7.2 Зрительный анализатор				
Тема 7.3 Патология зрительного анализатора				
Тема 7.4 Слуховой анализатор				
Тема 7.5 Патология слухового анализатора				
Тема 7.6 Орган обоняния и орган вкуса				
Тема 7.7 Строение				

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
кожи				
Тема 7.8 Патология кожи	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	4 семестр – экзамен
Раздел 8 Основы адаптации				
Тема 8.1 Анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	
Тема 8.2 Понятие о "стрессе", его механизм				
Тема 8.3 Коррекция функциональных нарушений у детей и подростков				
Тема 8.4 Обобщающие занятия				

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Отметка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Отметка 3 «удовлетворительно» - правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Отметка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Отметка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа

1. Форма проведения: контрольная работа (письменная – тестирование)

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся:

Уважаемые студенты! Вашему вниманию представляется тест для проведения контрольной работы.

На его выполнение отводится 120 минут.

Вы должны выполнить предложенные Вам тестовые задания. Задания рекомендуется выполнять по порядку. Если задание не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему. Если остается время, вернитесь к пропущенным заданиям.

В заданиях, где предлагаются варианты ответов, может быть только один правильный ответ. Также есть задания, где Вам следует самостоятельно дать ответ, установить соответствие.

Прежде чем приступить к выполнению тестового задания, внимательно прочитайте вопросы

2. Время выполнения: 120 минут

3. Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

4. Технические средства обучения: не требуется.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на контрольной работе:

- инструкция проведения теста;
- тест;
- бланк для ответов.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет к контрольной работе:

1. Перечень тем, выносимых на контрольную работу:

Тема 1.1 Строение клетки и тканей организма человека

Тема 1.2 Органы и системы органов

Тема 1.3 Репродуктивная система организма человека

Тема 1.4 Оплодотворение и внутриутробное развитие ребенка

Тема 1.5 Основные закономерности роста и развития организма человека

Тема 1.6 Антропометрия

Тема 2.1 Скелет человека

Тема 2.2. Мышцы

2.Перечень вопросов, выносимых на контрольную работу

Часть А: Вопросы с вариантами ответов

1. Какая система органов отвечает за обеспечение двигательной активности и поддержание структурной целостности организма?
 - a) Нервная система
 - b) Костная система
 - c) Пищеварительная система
 - d) Репродуктивная система

2. Какие органы входят в состав репродуктивной системы мужчины?
 - a) Матка и яичники
 - b) Яичники и яйцеводы
 - c) Предстательная железа и яички
 - d) Матка и влагалище

3. В каком органе происходит оплодотворение?
 - a) Яичники
 - b) Яйцевод
 - c) Матка
 - d) Внутриутробная полость

4. Какой период развития организма характеризуется наибольшими темпами роста?
 - a) Период новорожденности
 - b) Детство
 - c) Подростковый период
 - d) Зрелый возраст

5. Что представляет собой антропометрия?
 - a) Изучение анатомии внутренних органов
 - b) Измерение и анализ параметров телосложения и размеров организма
 - c) Исследование биохимических процессов в клетках
 - d) Анализ репродуктивной функции

6. Какие основные функции выполняет скелет человека?
 - a) Защита внутренних органов и обеспечение движения
 - b) Обеспечение обмена веществ и газообмена
 - c) Синтезирование гормонов
 - d) Участие в процессах пищеварения

7. Какие типы мышц существуют в организме человека?
- Строительные и костные
 - Поперечнополосатые и гладкие
 - Сердечные и суставные
 - Подвижные и неподвижные
8. Какая мышечная группа отвечает за сгибание суставов?
- Трапециевидные мышцы
 - Экстензоры
 - Флексоры
 - Дельтовидные мышцы
9. Какая система органов отвечает за передачу нервных импульсов и координацию движений?
- Дыхательная система
 - Мочеполовая система
 - Нервная система
 - Кровеносная система
10. Какие органы входят в состав женской репродуктивной системы?
- Простата и семенные пузырьки
 - Яичники и матка
 - Предстательная железа и яички
 - Яйцеводы и влагалище

Часть В: Эссе вопросы

- Объясните основные закономерности роста и развития организма человека на различных этапах жизни. (Ответ включает описание основных фаз и факторов, влияющих на рост и развитие.)
- Опишите строение и функции костной системы человека. (Ответ включает описание основных компонентов, таких как кости, мозг, мозговые отделы, и их роли в обеспечении поддержки, защиты и образования крови.)

Часть С: Эссе вопрос

- Объясните роль мышц в обеспечении движения и поддержании осанки. (Ответ включает в себя описание структуры мышц, их функций при сокращении и растяжении, а также их влияния на движение и осанку.)

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Способность правильно идентифицировать органы и части тела на моделях, изображениях или реальных анатомических препаратах, умение использовать анатомические термины для

	описания строения структур
У2. определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи;	Способность понимать основных физиологических изменений, происходящих в организме детей, подростков и молодежи на различных этапах их развития
У3. применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;	Способность интегрировать знания по анатомии с другими областями профессиональной подготовки
У4. определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;	Способность точно и правильно проводить антропометрические измерения, анализировать полученные антропометрические данные с учетом возраста и пола
У5. отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой	Умение анализировать антропометрические данные с учетом конституциональных особенностей, интерпретация изменений в показателях и выявление закономерностей в динамике
Знать:	
31. основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека;	Знание основных терминов в области цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека
32. строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;	Знание анатомии органов и структур каждой из систем, включая их морфологические и функциональные особенности, понимание физиологических процессов, происходящих в каждой системе органов, в том числе механизмов регуляции и адаптации к различным условиям
33. основные закономерности роста и развития организма человека;	Знание основных этапов развития организма, начиная от перинатального периода и заканчивая зрелым возрастом, включая подростковый период и старение
34. возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;	Знание студентами нормальных физических параметров (рост, вес, обхваты и т.д.) для разных возрастных групп.
35. анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим	Знание изменений, происходящих в анатомии и морфологии органов и систем в ответ на

нагрузкам;	регулярные тренировки
36. динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;	Знание о нейромышечной системе, системе рефлексов, центральной и периферической нервной системе, а также их влиянии на координацию и регуляцию движения
37. способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков;	Знание принципов и методов развивающих занятий, направленных на улучшение моторики, координации и функциональных способностей

Оценка «5» - выполнено 75 % заданий части А + 50 % заданий части В + 50 % заданий части С

Оценка «4» - выполнено 75 % заданий части А + 50 % заданий части В

Оценка «3» - выполнено 75 % заданий части А. Оценка 3 «удовлетворительно может быть поставлена, если обучающийся выполнил менее 60 % заданий части А любые два задания частей В и С.

Оценка «2» - выполнено менее 75 % заданий части А. Оценка 2 «неудовлетворительно может быть поставлена, если обучающийся выполнил менее 75 % заданий части А и ни одного задания частей В и С.

2. Экзамен

1. Форма проведения: письменная (билеты)

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся:

Билет содержит 3 вопроса: 2 устных и 1 практический.

На подготовку ответа дается 15 минут.

2. Время выполнения практического задания: до 15 минут

3. Оборудование учебного кабинета:

- комплект обучения оказания первой медицинской помощи;
- тренажеры оказания первой медицинской помощи;
- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

4. Технические средства обучения: не требуется.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене:

- билеты;
- бланк для ответов.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет экзаменатора:

1. Перечень тем, выносимых на экзамен:

Тема 1.1 Строение клетки и тканей организма человека

Тема 1.2 Органы и системы органов

Тема 1.3 Репродуктивная система организма человека

Тема 1.4 Оплодотворение и внутриутробное развитие ребенка

Тема 1.5 Основные закономерности роста и развития организма человека

Тема 1.6 Антропометрия

Тема 2.1 Скелет человека

Тема 2.2. Мышцы

Тема 3.1 Основные принципы анатомического анализа положений и движений человека

Тема 4.1 Характеристика нервной системы

Тема 5.1 Спланхнология

Тема 6.1 Строение желез внутренней секреции

Тема 6.2 Патология желез внутренней секреции

Тема 7.1 Общая характеристика сенсорных систем

Тема 7.2 Зрительный анализатор

Тема 7.3 Патология зрительного анализатора

Тема 7.4 Слуховой анализатор

Тема 7.5 Патология слухового анализатора

Тема 7.6 Орган обоняния и орган вкуса

Тема 7.7 Строение кожи

Тема 7.8 Патология кожи

Тема 8.1 Анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам

Тема 8.2 Понятие о "стрессе", его механизм

Тема 8.3 Коррекция функциональных нарушений у детей и подростков

Тема 8.4 Обобщающие занятия

2. Перечень билетов, выносимых на экзамен

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

**Экзаменационный билет № 1
по ОП.04 Анатомия**

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____
(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Понятие о росте и развитии. Онтогенез. Отклонения в развитии. Классификация возрастных периодов.
2. Мышечная система, мышцы: понятие. Строение мышцы, как органа. Классификация мышц по областям тела.
3. Пищеварительная система: понятие, функции. Отделы пищеварительного тракта. Пищеварительные железы

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 2	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.04 Анатомия	цикловой методической
УМР	Группа (ы) _____	комиссии
_____	Специальность:	Председатель _____
(Ф.И.О.)	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	(Ф.И.О.)
_____	<u>культура</u>	_____
(подпись)		(подпись)
« ____ » _____ 202_ г.		« ____ » _____ 202_ г.

1. Опорно-двигательный аппарат, его части. Скелет, его части. Кость как орган: ее развитие, строение, рост. Классификация костей.
2. Виды мышц – синергисты, антагонисты. Функции мышечной ткани. Возрастные особенности мышц.
3. Нервная система: понятие, строение ЦНС, ПНС.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 3	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.04 Анатомия	цикловой методической
УМР	Группа (ы) _____	комиссии
_____	Специальность:	Председатель _____
(Ф.И.О.)	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	(Ф.И.О.)
_____	<u>культура</u>	_____
(подпись)		(подпись)
« ____ » _____ 202_ г.		« ____ » _____ 202_ г.

1. Факторы риска травматизма. Особенности спортивных травм. Профилактика спортивного травматизма.
 2. Виды мышц – синергисты, антагонисты. Функции мышечной ткани. Возрастные особенности мышц.
 3. Метаболизм, питание: понятие. Сбалансированное питание: понятие, принципы. Белки, Жиры, Углеводы
-

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 4
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Мышечная система, мышцы: понятие. Строение мышцы, как органа. Классификация мышц по областям тела.
2. Спортивные травмы: понятие, виды, диагностика, лечение.
3. Кровь: понятие, функции, состав. Переливание крови.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 5
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Строение и топография скелета туловища человека: отделы. Физиологические изгибы позвоночника. Сколиоз. Кифоз. Лордоз.
2. Мышцы головы: виды, особенности, функции. Мышцы шеи: виды, функции.
3. Головной мозг: строение, отделы – функции

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю	Экзаменационный билет № 6	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.04 Анатомия	цикловой методической
УМР	Группа (ы) _____	комиссии
_____	Специальность:	Председатель _____
(Ф.И.О.)	49.02.02 Адаптивная физическая	(Ф.И.О.)
_____	культура	_____
(подпись)		(подпись)
« ____ » _____ 202_ г.		« ____ » _____ 202_ г.

1. Факторы риска травматизма. Особенности спортивных травм. Профилактика спортивного травматизма.
2. Мышечная система, мышцы: понятие. Строение мышцы, как органа. Классификация мышц по областям тела.
3. Дыхательная система человека: понятие, функции, строение.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю	Экзаменационный билет № 7	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.04 Анатомия	цикловой методической
УМР	Группа (ы) _____	комиссии
_____	Специальность:	Председатель _____
(Ф.И.О.)	49.02.02 Адаптивная физическая	(Ф.И.О.)
_____	культура	_____
(подпись)		(подпись)
« ____ » _____ 202_ г.		« ____ » _____ 202_ г.

1. Строение, топография, соединения костей верхней конечности.
2. Мышечная система, мышцы: понятие. Строение мышцы, как органа. Классификация мышц по областям тела.
3. Нервная система: понятие, строение ЦНС, ПНС.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«__» _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 8
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«__» _____ 202_ г.

1. Опорно-двигательный аппарат, его части. Скелет, его части. Кость как орган: ее развитие, строение, рост. Классификация костей.
2. Мышцы головы: виды, особенности, функции. Мышцы шеи: виды, функции.
3. Мочевыделительная система. Строение, образование мочи.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

Экзаменационный билет № 9
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Спортивные травмы: понятие, виды, диагностика, лечение.
2. Виды мышц – синергисты, антагонисты. Функции мышечной ткани. Возрастные особенности мышц.
3. Сердце, строение и виды сосудов.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 10
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____
(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Мышцы туловища: мышцы спины, мышцы груди, диафрагма, мышцы живота. Функции.
2. Факторы риска травматизма. Особенности спортивных травм. Профилактика спортивного травматизма.
3. Эндокринная система: понятие, функции. Центральные и периферические эндокринные железы.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

Экзаменационный билет № 11
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.) _____	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	(Ф.И.О.) _____
(подпись) _____		(подпись) _____
«___» _____ 202_ г.		«___» _____ 202_ г.

1. Опорно-двигательный аппарат, его части. Скелет, его части. Кость как орган: ее развитие, строение, рост. Классификация костей.
 2. Скелетная мускулатура: физические свойства скелетных мышц. Виды мышечных сокращений.
 3. Сердце (строение, сердечный цикл, круги кровообращения).
-

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 12 по ОП.04 Анатомия Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

1. Строение и топография скелета туловища человека: отделы. Физиологические изгибы позвоночника. Сколиоз. Кифоз. Лордоз.
 2. Мышцы головы: виды, особенности, функции. Мышцы шеи: виды, функции.
 3. Дыхательная система человека: понятие, функции, строение.
-

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 13	Рассмотрено на заседании

Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

по ОП.04 Анатомия
Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Виды мышц – синергисты, антагонисты. Функции мышечной ткани. Возрастные особенности мышц.
2. Черепно-мозговая травма: понятие, причины, классификация.
3. Кровь: понятие, функции, состав. Переливание крови.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 14
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Типы соединения костей: классификация. Суставы. Понятие, классификация
2. Спортивные травмы: понятие, виды, диагностика, лечение.
3. Показатели работы сердца: ЧСС, систолический объем, минутный объем. От чего зависит ЧСС?

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 15
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____
(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Понятие о росте и развитии. Онтогенез. Отклонения в развитии. Классификация возрастных периодов.
2. Мышечная система, мышцы: понятие. Строение мышцы, как органа. Классификация мышц по областям тела.
3. Черепно-мозговая травма: понятие, причины, классификация.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 16
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____
(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Спортивные травмы: понятие, виды, диагностика, лечение.
2. Виды мышц – синергисты, антагонисты. Функции мышечной ткани. Возрастные особенности мышц.
3. Пищеварительная система: понятие, функции. Отделы пищеварительного тракта. Пищеварительные железы.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

**Экзаменационный билет № 17
по ОП.04 Анатомия**

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Строение и топография скелета туловища человека: отделы. Физиологические изгибы позвоночника. Сколиоз. Кифоз. Лордоз.
2. Мышцы головы: виды, особенности, функции. Мышцы шеи: виды, функции.
3. Сердце (строение, сердечный цикл, круги кровообращения).

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

**Экзаменационный билет № 18
по ОП.04 Анатомия**

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Типы соединения костей: классификация. Суставы. Понятие, классификация.
2. Мышечная система, мышцы: понятие. Строение мышцы, как органа. Классификация мышц по областям тела.
3. Головной мозг: строение, отделы – функции.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 19
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Спортивные травмы: понятие, виды, диагностика, лечение.
2. Скелетная мускулатура: физические свойства скелетных мышц. Виды мышечных сокращений.
3. Кровь: понятие, функции, состав. Переливание крови.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 20
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Опорно-двигательный аппарат, его части. Скелет, его части. Кость как орган: ее развитие, строение, рост. Классификация костей.
2. Черепно-мозговая травма: понятие, причины, классификация.
3. Мочевыделительная система. Строение, образование мочи.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 21
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Мышцы туловища: мышцы спины, мышцы груди, диафрагма, мышцы живота. Функции.
2. Строение, топография, соединение костей нижней конечности.
3. Дыхательная система человека: понятие, функции, строение.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 22
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Индивидуальная изменчивость органов и организма в целом. Типы телосложения.
2. Мышечная система, мышцы: понятие. Строение мышцы, как органа. Классификация мышц по областям тела.
3. Строение кожи: слои кожи, придатки кожи.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю	Экзаменационный билет № 23	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.04 Анатомия	цикловой методической
УМР	Группа (ы) _____	комиссии
_____	Специальность:	Председатель _____
(Ф.И.О.)	49.02.02 Адаптивная физическая	(Ф.И.О.)
_____	культура	_____
(подпись)		(подпись)
«__» _____ 202_ г.		«__» _____ 202_ г.

1. Строение и топография скелета туловища человека: отделы. Физиологические изгибы позвоночника. Сколиоз. Кифоз. Лордоз.
2. Мышцы головы: виды, особенности, функции. Мышцы шеи: виды, функции.
3. Метаболизм, питание: понятие. Сбалансированное питание: понятие, принципы. Белки, Жиры, Углеводы.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю	Экзаменационный билет № 24	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.04 Анатомия	цикловой методической
УМР	Группа (ы) _____	комиссии
_____	Специальность:	Председатель _____
(Ф.И.О.)	49.02.02 Адаптивная физическая	(Ф.И.О.)
_____	культура	_____

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Опорно-двигательный аппарат, его части. Скелет, его части. Кость как орган: ее развитие, строение, рост. Классификация костей.
2. Скелетная мускулатура: физические свойства скелетных мышц. Виды мышечных сокращений.
3. Эндокринная система: понятие, функции. Центральные и периферические эндокринные железы.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 25
по ОП.04 Анатомия

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____
(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Строение, топография, соединения костей верхней конечности.
2. Скелетная мускулатура: физические свойства скелетных мышц. Виды мышечных сокращений.
3. Строение кожи: слои кожи, придатки кожи.

4. Экзаменационная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. определять топографическое расположение и строение органов и частей тела;	Способность правильно идентифицировать органы и части тела на моделях, изображениях или реальных анатомических препаратах, умение использовать анатомические термины для описания строения структур
У2. определять возрастные особенности строения организма детей, подростков и молодежи;	Способность понимать основных физиологических изменений, происходящих в организме детей, подростков и молодежи на различных этапах их развития

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
У3. применять знания по анатомии при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;	Способность интегрировать знания по анатомии с другими областями профессиональной подготовки
У4. определять антропометрические показатели, оценивать их с учетом возраста и пола обучающихся, отслеживать динамику изменений;	Способность точно и правильно проводить антропометрические измерения, анализировать полученные антропометрические данные с учетом возраста и пола
У5. отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма в процессе занятий физической культурой	Умение анализировать антропометрические данные с учетом конституциональных особенностей, интерпретация изменений в показателях и выявление закономерностей в динамике
Знать:	
З1. основные положения и терминологию цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека;	Знание основных терминов в области цитологии, гистологии, эмбриологии, морфологии, анатомии и физиологии человека
З2. строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему с анализаторами;	Знание анатомии органов и структур каждой из систем, включая их морфологические и функциональные особенности, понимание физиологических процессов, происходящих в каждой системе органов, в том числе механизмов регуляции и адаптации к различным условиям
З3. основные закономерности роста и развития организма человека;	Знание основных этапов развития организма, начиная от перинатального периода и заканчивая зрелым возрастом, включая подростковый период и старение
З4. возрастную морфологию, анатомо-физиологические особенности детей, подростков и молодежи;	Знание студентами нормальных физических параметров (рост, вес, обхваты и т.д.) для разных возрастных групп.
З5. анатомо-морфологические механизмы адаптации к физическим нагрузкам;	Знание изменений, происходящих в анатомии и морфологии органов и систем в ответ на регулярные тренировки
З6. динамическую и функциональную анатомию систем обеспечения и регуляции движения;	Знание о нейромышечной системе, системе рефлексов, центральной и периферической нервной системе, а также их влиянии на координацию и регуляцию движения
З7. способы коррекции функциональных нарушений у детей и подростков;	Знание принципов и методов развивающих занятий, направленных на улучшение моторики, координации и функциональных способностей

Критерии оценки ответов на билеты

Отметка 5 «отлично» - продемонстрирован высокий уровень знаний и умений по вопросам билета.

Отметка 4 «хорошо» - продемонстрировано понимание основного содержания всех вопросов билета.

Отметка 3 «удовлетворительно» - продемонстрировано владение основным содержанием по двум вопросам билета.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - не продемонстрировано владение знаниями и умениями.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ДИСЦИПЛИНЫ**

*ОП.06 Гигиенические основы физического воспитания
подготовки специалистов среднего звена
код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура*

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) программы дисциплины ОП.06 Гигиенические основы физического воспитания.

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Скиба Н.Г. – преподаватель КГА ПОУ «ДИТК»

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения дисциплины ОП.06 Гигиенические основы физического воспитания обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

31. основы гигиены детей и подростков;
32. гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
33. понятие медицинской группы;
34. гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;
35. вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
36. основы профилактики инфекционных заболеваний;
37. особенности режима жизни инвалидов различных категорий, понятие охранительного режима;
38. основы гигиены питания детей, подростков и молодежи, системы питания при различных поражениях;
39. гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий для инвалидов;
310. гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и адаптивной физической культурой детей, подростков и молодежи;
311. основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
312. гигиенические основы закаливания;
313. гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы;
314. физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании;

Обучающийся должен уметь:

- У1. использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);
- У2. составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
- У3. определять суточный расход энергии, составлять меню;
- У4. обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях школы, при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-воспитательного процесса;
- У5. применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей.

Личностные результаты учебной дисциплины

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются дифференцированный зачет

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих); ОК 01-04, ОК 7, ПК 1.1-1.6	Построение учебного процесса с учетом особенностей функционирования систем организма, в том числе при отклонении в состоянии здоровья.
У2. составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок; ОК 01-04, ОК 5, ПК 2.1-2.6	Подготовка материала по умению организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся
У3. определять суточный расход энергии, составлять меню; ОК 01-04, ОК 8, ПК 2.1-2.6	Расчет нормативных показателей состояния организма. Подготовка материала по умению организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся
У4. обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях школы, при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-воспитательного процесса; ОК 01-04, ОК 6, ПК 3.2-3.4	Построение учебного процесса с учетом особенностей функционирования систем организма, в том числе при отклонении в состоянии здоровья.
У5. применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей; ОК 01-04, ОК 79, ПК 1.1-1.6	Поиск и выбор оценки состояния организма, в том числе при отклонениях в состоянии здоровья.
Знать:	

31. основы гигиены детей и подростков;	Понимание санитарно-гигиенических основ деятельности в сфере физической культуры и спорта.
32. гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	Представление об анатомическом строении и функциях органов и систем организма человека, закономерностях психического, физического развития и особенностях их проявления в разные возрастные периоды.
33. понятие медицинской группы;	Представление об анатомическом строении и функциях органов и систем организма человека, закономерностях психического, физического развития и особенностях их проявления в разные возрастные периоды, а также отклонения в их развитии
34. гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;	Формулирование экологических рисков, как факторов воздействия на человека
35. вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;	Анализ технологии педагогического контроля и коррекции, средства и методы управления состоянием человека.
36. основы профилактики инфекционных заболеваний;	Обоснование выбора способов использования в образовательном процессе средств и методов профилактики травматизма и заболеваний.
37. особенности режима жизни инвалидов различных категорий, понятие охранительного режима;	Способность анализа конкретных жизненных ситуаций инвалидов и выявление индивидуальных потребностей в охранительном режиме.
38. основы гигиены питания детей, подростков и молодежи, системы питания при различных поражениях;	Формулирование принципов здорового питания с учетом возрастных особенностей организма
39. гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий для инвалидов;	Обзор нормативной документации
310. гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и адаптивной физической культурой детей, подростков и молодежи;	Обзор нормативной документации
311. основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;	Анализ методов оценки физических способностей и функционального

	состояния обучающихся. Формулирование принципов личной гигиены
312. гигиенические основы закаливания;	Знание основных принципов и механизмов действия закаливания на организм. Понимание роли закаливания в укреплении здоровья и повышении адаптивных возможностей организма.
313. гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы;	Обзор нормативной документации
314. физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании;	Формулирование принципов, обоснование позиций.

2.РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ

2.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Гигиена окружающей среды и спортивных сооружений				
Тема 1.1 Эколого-гигиенические проблемы атмосферы, гидросферы, почвы и занятия спортом	У 1-2 З 1-14 ОК 01-12 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.6 ПК 3.2-3.4 ЛР 3, 5, 10, 12-20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	У 1 З 1-14ОК 01 - 02 ПК 1.1 – 1.6	4 семестр – дифференцированный зачет
Раздел 2 Закаливание и личная гигиена				
Тема 2.1 Основы личной гигиены	У 3-4 З 1-14 ОК 01-12 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.6 ПК 3.2-3.4 ЛР 3, 5, 10, 12-20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	У 3-4 З 1-14 ОК 01 - 02 ПК 1.1 – 1.6	
Раздел 3 Гигиенические основы спортивной тренировки и питания				
Тема 3.1. Гигиена	У 5	Устный опрос	У 5	

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
питания спортсмена	З 1-14	Практическая работа Тестирование Контрольная работа	З 1-14	
Тема 3.2. Гигиенические основы спортивной тренировки	ОК 01-12		ОК 01 - 02	
	ПК 1.1-1.6		ПК 1.1 – 1.6	
	ПК 2.1-2.6			
	ПК 3.2-3.4			
	ЛР 3, 5, 10, 12-20			

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Отметка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Отметка 3 «удовлетворительно» - правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Отметка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Отметка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Дифференцированный зачёт

1. Форма проведения: письменная, тестирование

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся:

Уважаемые студенты! Вашему вниманию представляется тест для проведения экзамена.

На его выполнение отводится 120 минут.

Вы должны выполнить предложенные Вам тестовые задания. Задания рекомендуется выполнять по порядку. Если задание не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему. Если остается время, вернитесь к пропущенным заданиям.

В заданиях, где предлагаются варианты ответов, может быть только несколько ответов. Также есть задания, где Вам следует самостоятельно дать ответ.

Прежде чем приступить к выполнению тестового задания, внимательно прочитайте вопросы

2. Время выполнения: 120 минут

3. Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

4. Технические средства обучения: не требуется.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на зачёте:

- инструкция проведения теста;
- тест;
- бланк для ответов.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

4.3. Пакет к зачёту:

1. Перечень тем, выносимых на зачёт:

Тема 1.1 Эколого-гигиенические проблемы атмосферы, гидросферы, почвы и занятия спортом

Раздел 2 Закаливание и личная гигиена

Тема 2.1 Основы личной гигиены

Раздел 3 Гигиенические основы спортивной тренировки и питания

Тема 3.1. Гигиена питания спортсмена

Тема 3.2. Гигиенические основы спортивной тренировки

2. Перечень вопросов, выносимых на дифференцированный зачет

Примерный КИМ к зачёту

1. Личная гигиена – это

- 1) раздел гигиенической науки о сохранении и укреплении здоровья конкретного человека;
- 2) наука о профилактике болезней;
- 3) раздел гигиенической науки о сохранении общественного здоровья.

2. К внутренним факторам спортивного травматизма относят:

- 1) утомление;
- 2) переутомление;

- 3)интенсивность нагрузки;
- 4)отсутствие медицинского осмотра.

3. Задачи гигиены детей и подростков:

- 1)изучение закономерностей роста и развития детей;
- 2)изучение влияния факторов окружающей среды на детский организм;
- 3)изучение рационов питания детей;
- 4)изучение влияния условий труда на продолжительность жизни.

4. Закаливание – это

- 1)система мероприятий, повышающих устойчивость организма к резким изменениям метеорологических условий;
- 2)система мероприятий, повышающих резистентность (сопротивление) кожи к заболеваниям;
- 3)система мероприятий, направленных на увеличение силы и ловкости.

5. Принципы закаливания организма:

- 1)избирательность;
- 2)массовость;
- 3)постепенность;
- 4)систематичность;
- 5)комплексность.

6. Группы здоровья детей:

- 1)I группа – здоровые;
- 2)V группа – дети-инвалиды;
- 3)III группа – больные хроническими заболеваниями в стадии компенсации;
- 4)IV группа – больные хроническими заболеваниями в стадии декомпенсации, дети-инвалиды;
- 5)II группа – больные с морфофункциональными отклонениями без хронических заболеваний.

7. К какой группе здоровья относят детей имеющих хронические заболевания в стадии декомпенсации, дети-инвалиды:

- 1)первой;
- 2)второй;
- 3)третьей;
- 4)четвертой;
- 5)пятой.

8. К внешним факторам спортивного травматизма относят:

- 1)ошибки в методике проведения занятий;
- 2)недостатки в организации соревнований;
- 3)материально-техническое обеспечение занятий;

4) утомление занимающихся.

9. Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков основывается на изучении:

- 1) физического развития;
- 2) нервно-психического развития;
- 3) демографических показателей;
- 4) травматизма.

10. Выберите основные неблагоприятные факторы, оказывающие влияние на организм учащихся:

- 1) высокий уровень психоэмоциональной нагрузки;
- 2) занятия спортом;
- 3) несвоевременное обращение за медицинской помощью;
- 4) нарушение режима дня;
- 5) вредные привычки.

11. Причиной травм может быть:

- 1) форсированная тренировка;
- 2) чрезмерный отдых между упражнениями;
- 3) недостаточная разминка;
- 4) недостаточное питание.

12. При возникновении травмы прежде всего необходимо принять меры к:

- 1) прекращению воздействия повреждающих факторов;
- 2) вызову скорой помощи;
- 3) реанимации;
- 4) остановки кровотечения.

13. Перечислите, что происходит в результате того, что основная масса учащихся большую часть времени проводит в помещениях:

- 1) улучшается успеваемость;
- 2) повышается аппетит;
- 3) накапливается усталость;
- 4) понижается физическая и умственная работоспособность;
- 5) ухудшение самочувствия и состояния здоровья учащихся.

14. Обязательными формами физического воспитания в образовательных учреждениях являются:

- 1) уроки физической культуры;
- 2) гимнастика до учебных занятий;
- 3) участие в спортивных соревнованиях;
- 4) занятия в спортивных секциях;
- 5) физкультурные минуты во время уроков.

15. Группа заболеваний, обусловленных воздействием на организм человека различных болезнетворных или условно-болезнетворных биологических агентов –

1) простудные заболевания

2) инфекционные болезни

16. Гигиенические условия правильной организации физического воспитания детей и подростков включают:

1) выполнение возрастных норм двигательного режима

2) индивидуальный подход в выборе средств и форм физической культуры и спортивной тренировки

3) соблюдение методических принципов физической тренировки и гигиенических норм внешней среды

4) комплексное использование разнообразных средств и форм физического воспитания

17. Наибольшее количество травм возникает от:

1) ошибок в методике проведения занятий;

2) недостатки в организации соревнований;

3) материально-техническое обеспечение занятий;

4) утомление занимающихся.

18. Абсолютными противопоказаниями к проведению водного закаливания являются:

1) частые простудные заболевания

2) острые воспалительные процессы

3) хронические воспалительные заболевания почек

4) пороки сердца

19. Укажите правило закаливания водой:

1) ударная доза, затем снижение t воды на 1°C ежедневно;

2) постепенное увеличение воздействующего фактора.

20. Комфортной температурой для тела является температура:

1) приятная для человека

2) неприятная для человека

3) ощущение тепла

4) ощущение холода

21. К факторам профилактики спортивного травматизма при использовании различных спортивных снарядов относятся:

1) своевременный контроль за техническим состоянием и креплением снарядов

2) контроль за средствами страховки и защитными приспособлениями

3) наличие инструкции предельно допустимых нагрузок на снарядах

4) техническая подготовка спортсмена

22. Распределение школьников на основную, подготовительную и специальную группы осуществляется с учетом:

1) пола;

2) состояния здоровья;

3) желания учащегося и его родителей;

4) штатного расписания преподавателей физкультуры.

23. Вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях:

- 1) физическое воспитание;
- 2) физическое образование;
- 3) физическая подготовка.

24. Физические упражнения – это ...

- 1) виды двигательных действий, направленные на изменение форм телосложения и развитие физических качеств;
- 2) виды двигательных действий, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;
- 3) такие двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков;
- 4) такие двигательные действия (включая их совокупность, которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям).

25. Адаптация организма к физическим нагрузкам обеспечивается:

- 1) регулярными тренировками с непрерывными нагрузками и достаточным отдыхом;
- 2) систематическими тренировками с постепенным увеличением физической нагрузки, рациональным чередованием работы и отдыха;
- 3) повышением объема и интенсивности нагрузки и активным отдыхом.

26. Ведущие факторы, влияющие на здоровье:

- 1) состояние окружающей среды;
- 2) медицинское обслуживание;
- 3) условия и стиль (образ) жизни.

27. Одними из вспомогательных гигиенических средств, обеспечивающими быстрое восстановление и стимуляцию общей, профессиональной и спортивной работоспособности являются:

- 1) питание;
- 2) воздействие ионизированным воздухом;
- 3) бани.

28. Гидропроцедура, оказывающее тонизирующее воздействие на организм человека:

- 1) шотландский душ;
- 2) жемчужная ванна;

29. Укажите правильную последовательность водных процедур:

- 1) растирание снегом,
- 2) обливание,
- 3) купание в открытом водоёме,
- 4) душ,
- 5) влажное обтирание,
- 6) моржевание.

30. Соотнести виды иммунитета:

- А) Естественный врожденный -
- Б) Естественный приобретенный пассивный -

В) Естественный приобретенный активный -

Г) Вакцина -

Д) Лечебная сыворотка -

Е) Прививка -

1) при получении антител с молоком матери или через плаценту.

2) препарат, содержащий убитые или ослабленные микробы или их токсины.

3) организм получает по наследству.

4) при получении после болезни, когда образуются собственные антитела против возбудителей.

5) процедура введения вакцины.

6) препарат, содержащий готовые антитела.

31. К мерам профилактики травматизма во время занятий по физической культуре относятся:

1) соответствие характера и организации физических упражнений возрасту, полу и состоянию здоровья учащихся;

2) правильная организация разминки во время занятия;

3) подбор оборудования в соответствии с морфо-функциональными особенностями учащихся;

4) исправность оборудования;

5) создание оптимальных санитарно-гигиенических условий;

6) обеспечение учащихся спортивной одеждой и обувью;

7) проведение инструктажа по технике безопасности.

32. Здоровье – это:

1) отсутствие всех болезней;

2) уравновешенная работа организма;

3) правильная гигиена;

4) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

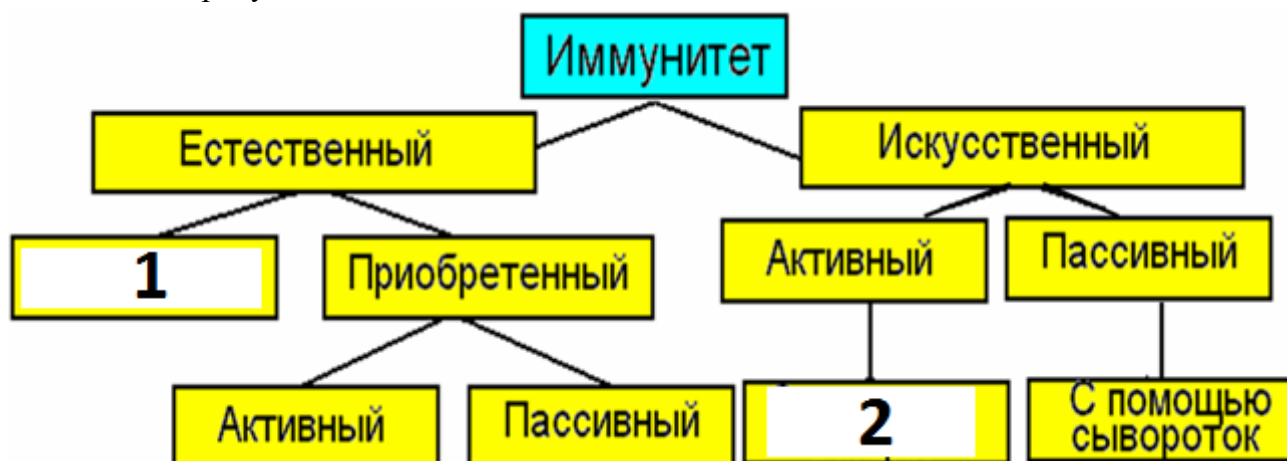
33. Цель гигиены как науки?

1) охрана здоровья и профилактика заболеваний;

2) только охрана здоровья;

3) только профилактика заболеваний.

34. Вставить пропущенные слова:



1 –

2 –

35. Соотнести:

А) Скрытый период (латентный, инкубационный)

Б) Продромальный период (период предвестников)

В) Период выраженных проявлений

Г) Завершающая стадия

1) Время от начала воздействия болезнетворного агента до возникновения болезненных явлений, первых симптомов.

2) Исходом заболевания может стать полное выздоровление, неполное выздоровление и смерть.

3) Характеризуется проявлением специфических симптомов.

4) Начинается с появления первых признаков болезни, неспецифических признаков в виде недомогания, слабости, усталости.

4. Зачетная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих); ОК 01-04, ОК 7, ПК 1.1-1.6	Построение учебного процесса с учетом особенностей функционирования систем организма, в том числе при отклонении в состоянии здоровья.
У3. определять суточный расход энергии, составлять меню; ОК 01-04, ОК 8, ПК 2.1-2.6	Расчет нормативных показателей состояния организма. Подготовка материала по умению организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся
У4. обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях школы, при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-воспитательного процесса; ОК 01-04, ОК 6, ПК 3.2-3.4	Построение учебного процесса с учетом особенностей функционирования систем организма, в том числе при отклонении в состоянии здоровья.
У5. применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей; ОК 01-04, ОК 79, ПК 1.1-1.6	Поиск и выбор оценки состояния организма, в том числе при отклонениях в состоянии здоровья.
Знать:	
З1. основы гигиены детей и подростков;	Понимание санитарно-гигиенических основ деятельности в сфере физической культуры и спорта.

32. гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	Представление об анатомическом строении и функциях органов и систем организма человека, закономерностях психического, физического развития и особенностях их проявления в разные возрастные периоды.
33. понятие медицинской группы;	Представление об анатомическом строении и функциях органов и систем организма человека, закономерностях психического, физического развития и особенностях их проявления в разные возрастные периоды, а также отклонения в их развитии
34. гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;	Формулирование экологических рисков, как факторов воздействия на человека
35. вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;	Анализ технологии педагогического контроля и коррекции, средства и методы управления состоянием человека.
36. основы профилактики инфекционных заболеваний;	Обоснование выбора способов использования в образовательном процессе средств и методов профилактики травматизма и заболеваний.
37. особенности режима жизни инвалидов различных категорий, понятие охранительного режима;	Способность анализа конкретных жизненных ситуаций инвалидов и выявление индивидуальных потребностей в охранительном режиме.
38. основы гигиены питания детей, подростков и молодежи, системы питания при различных поражениях;	Формулирование принципов здорового питания с учетом возрастных особенностей организма
39. гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий для инвалидов;	Обзор нормативной документации
310. гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и адаптивной физической культурой детей, подростков и молодежи;	Обзор нормативной документации
311. основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;	Анализ методов оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся. Формулирование принципов личной гигиены

312. гигиенические основы закаливания;	Знание основных принципов и механизмов действия закаливания на организм. Понимание роли закаливания в укреплении здоровья и повышении адаптивных возможностей организма.
313. гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы;	Обзор нормативной документации
314. физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании;	Формулирование принципов, обоснование позиций.

Критерии оценивания

Оценка «5» - выполнено 91-100 % заданий

Оценка «4» - выполнено 81-90 % заданий

Оценка «3» - выполнено 75 – 80 % заданий

Оценка «2» - выполнено менее 75 % заданий

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

*ОП.09 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой
тренировки*

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура программы учебной дисциплины ОП.09 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки.

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Степанюк Александр Юрьевич, преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

31	технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
32	основы судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности;
33	терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
34	деятельности технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки;
35	методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.

Обучающийся должен уметь:

У1	выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности
У2	использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности
У3	применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений
У4	использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации
У5	проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности

Личностные результаты с учетом особенностей учебной дисциплины:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5

Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением.	ЛР 11
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для

совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является: контрольная работа 3, 5, и 7 семестры, дифференцированный зачет 4 и 6 семестры, экзамен 8 семестр.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате освоения учебной дисциплины Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 1. выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ПК 1.1-1.7	Выполняет профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимают сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся. Проводить учебные занятия по физической культуре. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
У 2. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной	Использует терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной

деятельности. ПК 1.5, 1.7, 2.6	деятельности. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
У.3 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ПК 2.4	Применяет приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. Оценивают риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. Самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся
У.4 использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ПК 1.6, 2.1	Использует оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации. Осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. Осуществляют профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. Строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
У.5 проводить тренировочные занятия по	Проводит тренировочные занятия по

базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ПК 2.2, 2.3, 2.5, 3.1-3.4	базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
Знать:	
3.1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9.	Владеет техникой профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
3.2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их	Владеет основами судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии,

эффективность и качество.	проявлять к ней устойчивый интерес.
3.3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Владеет терминологией базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
3.4 деятельности технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Владеет техникой безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки. Оценивают риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
3.5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеет методикой проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Гимнастика.				

Т е м а 1. Гимнастическая терминология	У.1 З 2, 3 ОК 01.- ОК 03. ОК 05. ПК 1.1-1.7 ЛР 3, 5, 7	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.	У1, 2, 4,5 З 1, 3, 4, 5 ОК 2, 3, 8 ПК 1.6, 2.2, 2.4, 3.3	контрольная работа 3, 5, и 7 семестры, дифференцированный зачёт 4 и 6 семестры, экзамен 8 семестр.
Т е м а 2. Методические особенности проведения строевых упражнений	У.2, 5 З5 ОК 01.- ОК 06. ОК 08. ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5,	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 3. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений	У.4, 5 З 1, 4 ОК 01.- ОК 05. ОК 08. ПК 2.1-2.6 ЛР 3, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 4. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям	У. 3, 5 З 4, 5 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 1.1-1.7 ЛР 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 5. Методика развития физических качеств посредством гимнастики в ИВ С	У.1, 2, 3 З 1, 5 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 2.1-2.6 ЛР 3, 5, 7	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 6. Организация и особенности методики проведения занятий посредством гимнастики	У.1, 4, 5 З 5 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 1.1-1.7 ЛР 3, 5, 7, 9-	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		

	20			
Т е м а 7. Методика проведения прикладных упражнений	У.4, 5 З 1, 5 ОК 01.- ОК 06. ОК 08. ПК 2.1-2.6 ЛР 3, 5, 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 8. Основы судейства соревнований по гимнастике	У.1, 2 З 2 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5, 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Раздел 2. Спортивные и подвижные игры				
Т е м а 1. Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спорта	У. 2, 4, 5 З 1, 2 ОК 01.- ОК 03. ОК 05. ПК 1.1-1.7 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5, 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		контрольная работа 3, 5, и 7 семестры, дифференцированный зачёт 4 и 6 семестры, экзамен 8 семестр.
Т е м а 2. Основы техники спортивных игр	У. 4, 5 З 4 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5, 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 3. Методика обучения техническим приёмам в спортивных играх	У. 3, 4, 5 З 5 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 1.1-1.7	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		

	ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5, 7, 9-20			
Т е м а 4. Основы тактики в спортивных играх	У. 3, 4, 5 З 1, 3 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5, 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 5. Методика обучения тактическим приёмам в спортивных играх	У. 4, 5 З 5 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ЛР 3, 5, 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 6. Методика развития физических качеств посредством спортивных игр в ИВС	У. 3, 4, 5 З 5 ОК 01.- ОК 05. ОК 08., ОК 09. ПК 1.1-1.7 ЛР 3, 5, 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 7. Организация и методика проведения занятий посредством спортивных игр	У.1, 2, 3 З 1, 2, 5 ОК 01.- ОК 05. ОК 06., ОК 07. ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5, 7, 9-20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 8. Основы судейства по спортивным играм	У.1, 2, 3, 4, 5 З 2 ОК 01.- ОК	Устный опрос, Тестирование, практическая		

	05. ОК 07., ОК 10. ПК 1.1-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5, 7, 9- 20	работа.		
Т е м а 9. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся	У. 4, 5 З 4, 5 ОК 01.- ОК 05. ОК 09., ОК 11. ПК 3.1-3.4 ЛР 3, 5, 7, 9- 20	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Раздел 3. Лёгкая атлетика				
Тема 1. Лёгкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности	У.1, 2 З 1, 2 ОК 1, 2 4, 5 ПК 1.1-1.5, 1.7, 2.6	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		контрольная работа 3, 5, и 7 семестры, дифференцированный зачёт 4 и 6 семестры, экзамен 8 семестр.
Тема 2. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе	У.1, 2 З 1, 2 ОК 1, 2 4, 5 ПК 1.1-1.5, 1.7, 2.6	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 3. Основы техники и методики обучения бегу	У.1, 2 З 1, 5 ОК 1, 2 4, 5 ПК 1.1-1.5, 1.7, 2.6	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам	У.1, 2 З 1, 5 ОК 1, 2 4, 5 ПК 1.1-1.5, 1.7, 2.6	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 5. Методика развития физических качеств посредством легкой атлетики в ИВС	У. 4, 5 З 4, 5 ОК 2, 9 ПК 1.6, 2.1, 2.2, 2.3, 2.5,3.1, 3.3	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 6.	У. 2, 4, 5	Устный опрос,		

Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики	3 4, 5 ОК 2, 4, 5, 9 ПК 1.5, 1.6, 1.7, 2.1, 2.6	Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 7. Основы судейства по лёгкой атлетике	У.1, 2, 3 2 ОК 1, 2, 4, 5 ПК 1.1-1.5, 1.7, 2.6	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Раздел 4. Плавание				
Т е м а 1. Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности	У.1, 2, 3 1, 2 ОК 1, 2, 4, 5 ПК 1.1-1.5, 1.7, 2.6	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		контрольная работа 3, 5, и 7 семестры, дифференцированный зачёт 4 и 6 семестры, экзамен 8 семестр.
Тема 2. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов.	У. 4, 5 3 4 ОК 2, 9 ПК 1.6, 2.1, 2.2, 2.3, 2.5,3.1, 3.3	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Тема 3. Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам.	У. 3, 4, 5 3 3, 4 ОК 2, 3. 8, 9 ПК 1.6, 2.1, 2.4, ПК 2.2, 2.3, 2.5,3.1, 3.3	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 4. Методика обучения детей плаванию	У. 4, 5 3 5 ОК 2, 9 ПК 1.6, 2.1, 2.2, 2.3, 2.5,3.1, 3.3	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 5. Организация и методика проведения занятий	У. 4, 5 3 1, 2 ОК 2, 9 ПК 1.6, 2.1, 2.2, 2.3, 2.5,3.1, 3.3	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		
Т е м а 6. Основы прикладного плавания	У.1, 2 3 1, 2 ОК 1 2, 4, 5 ПК 1.1-1.5,	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		

	1.7, 2.6			
Тема 7. Организация и проведение соревнований по плаванию	У. 3, 4, 5 31, 5 ОК 2, 3. 8, 9 ПК 1.6, 2.1, 2.4, ПК 2.2, 2.3, 2.5,3.1, 3.3	Устный опрос, Тестирование, практическая работа.		

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка 4 «хорошо»- выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа 3 семестр

1. Форма проведения: устная (собеседование)

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет материалов для проведения контрольной работы.

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Т е м а 1. Гимнастическая терминология

Т е м а 2. Методические особенности проведения строевых упражнений

Т е м а 3. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений

Т е м а 4. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям

Т е м а 5. Методика развития физических качеств посредством гимнастики в ИВС

2.Перечень вопросов (тем) для собеседования

1. Какие основные термины используются в гимнастике?

2. Как можно классифицировать гимнастические элементы по сложности?

3. Расскажите о терминах, связанных с оценкой выступлений в гимнастике.

4. Каковы ключевые принципы проведения строевых упражнений?

5. Какие особенности методики обучения строевым упражнениям?

6. Какие проблемы могут возникнуть при проведении строевых упражнений и как их можно решить?

7. Какие цели ставятся перед общеразвивающими упражнениями в гимнастике?

8. Каким образом оценивается эффективность проведения общеразвивающих упражнений?

9. Какие методические приемы используются при обучении общеразвивающим упражнениям?

10. Какие основные элементы входят в акробатические упражнения?

11. Каковы этапы обучения акробатическим элементам от базовых к сложным?

12. Как можно предотвратить травмы при обучении акробатическим упражнениям?

13. Какие физические качества можно развивать с помощью гимнастики?

14. Какие методы применяются для интеграции гимнастики в индивидуальные занятия физкультурой?

15. Как измерить эффективность использования гимнастики для развития физических качеств в индивидуальных и военных спортивных комплексах?

3.Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 2. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;	Использует терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для	Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и

постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ПК 1.5, 1.7, 2.6	решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
У.4 использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ПК 1.6, 2.1	Использует оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации. Осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. Осуществляют профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. Строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
Знать:	
3.1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеет техникой профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. Осуществлять профессиональную

ОК 9.	деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
3.2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Владеет основами судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
3.3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Владеет терминологией базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
3.4 деятельности технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Владеет техникой безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки. Оценивают риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
3.5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение	Владеет методикой проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

квалификации.	

4.Эталоны ответов

В гимнастике используется ряд основных терминов, охватывающих различные аспекты этого многофакторного вида спорта. Вот несколько ключевых терминов:

Упражнение:

- Элементарное упражнение: базовое движение, например, прыжок, поворот, падение и т.д.

- Сложное упражнение: составное движение, часто включающее комбинацию элементарных упражнений.

Акробатика:

- Акробатический элемент: сложное движение, требующее баланса, гибкости и координации.

- Сальто: переворот в воздухе, часто в сочетании с вращением.

Упражнения на аппаратах:

- Мужские аппараты: кольца, кружева, конь, брусья, брусья параллельные.

- Женские аппараты: параллельные брусья, баланс бревно, прыжки, кольцо.

Эстетика и оценка:

- Оценочные элементы: критерии, по которым судьи оценивают выполнение упражнения.

- Артистизм: искусство передвижения и выражения на аппаратах или в художественной гимнастике.

Групповая гимнастика:

- Композиция: хореографическое распределение гимнастов в группе.

- Синхронность: одновременное выполнение движений всей группы.

Тренировочный процесс:

- Физическая подготовка: развитие силы, гибкости, выносливости и координации.

- Техника: освоение правильной техники выполнения каждого упражнения.

Судейство и оценка:

- Технические баллы: оценка за выполнение элементов.

- Художественные баллы: оценка за выразительность и стиль.

Эти термины представляют лишь малую часть словаря гимнастики, которая является крайне разнообразным и технически сложным видом спорта.

2. Гимнастические элементы могут быть классифицированы по сложности в зависимости от нескольких основных критериев. Вот некоторые из них:

Техническая сложность:

- Элементарные элементы: основные движения, такие как прыжки, повороты, падения, которые обучаются на начальных этапах тренировок.

- Сложные элементы: включают в себя акробатические сочетания, сальто и вращения, требующие высокого уровня технической подготовки.

Физическая сложность:

- Элементы, требующие силы: например, удержание виса, подъемы на параллельных брусках.

- Элементы, требующие гибкости: различные положения тела, требующие высокой

степени гибкости, например, шпагат.

Комбинированная сложность:

- Сложные комбинации: серии из нескольких элементов, выполняемых последовательно без перерыва.
- Сложные сочетания: включена в одном элементе и силовых, и гибкостных аспектов.

Риск и степень опасности:

- Элементы с высоким риском: такие, которые выполняются на большой высоте, вращаются в воздухе или требуют точного падения.
- Элементы с низким риском: относительно безопасные движения, часто используемые на начальных этапах обучения.

Категория аппарата:

- Элементы на мужских аппаратах: кольца, конь, брусья и другие.
- Элементы на женских аппаратах: брусья параллельные, баланс бревно, прыжки и другие.

Сложность в исполнении:

- Элементы с точным исполнением: требующие высокой степени координации и точности в движениях.
- Элементы с художественным исполнением: где важен не только технический аспект, но и стиль, выразительность и музыкальность.

Классификация гимнастических элементов по сложности важна для правильной оценки их выполнения на соревнованиях и для эффективного построения тренировочных программ для спортсменов различного уровня подготовки.

3. В гимнастике существует ряд терминов, связанных с оценкой выступлений, которые включают в себя как технические, так и художественные аспекты:

- оценочные элементы: Критерии, по которым судьи оценивают выполнение упражнения. Они включают в себя технические аспекты, такие как техника, сложность элементов, физическая подготовка, а также художественные критерии, такие как стиль исполнения, выразительность и музыкальность.
- Базовая оценка: оценка, формируемая на основе выполнения обязательных элементов и их технического исполнения.
- Дополнительные баллы: дополнительные очки, присуждаемые за выполнение сложных или творческих элементов, которые не являются обязательными, но могут улучшить итоговую оценку.
- Артистизм: оценка за выразительность и стиль выступления, включая музыкальность, грацию и эстетический аспект движений.
- Технические баллы: оценка, выставляемая за точность и качество выполнения элементов, включая уровень сложности.
- Художественные баллы: оценка, связанная с выразительностью и эмоциональной подачей, включая использование музыки и хореографии.
- Высота и чистота прыжков: оценка за то, насколько высоко и чисто выполняются прыжки, вращения и другие элементы, требующие летательных движений.
- Время выступления: оценка времени, отведенного на выполнение упражнения, с учетом соблюдения установленных временных рамок.
- Точность дисциплины: оценка за соблюдение правил и требований по технике выполнения элементов, а также за четкость и точность движений.

Эти термины используются для комплексной оценки выступлений гимнастов, учитывая как технические аспекты, так и художественные элементы, что отражает сложность и многогранность этого вида спорта.

4. Ключевые принципы проведения строевых упражнений включают в себя следующие аспекты:

- Однородность и выравнивание: участники строя должны двигаться и стоять в строго определенных положениях, чтобы создать единый и однородный вид. Это включает в себя поддержание одинаковых интервалов, шагов и высоты положения тела.

- Точность и четкость движений: участники строя должны выполнять движения с высокой степенью точности и четкости. Это включает в себя синхронность движений, точное следование командам и акцент на деталях в исполнении.

- Упорядоченность: Строй должен быть упорядоченным и организованным, чтобы обеспечить эффективное выполнение упражнений. Это включает в себя правильное размещение участников, четкое следование командам и строгую дисциплину.

- Синхронность и координация: участники строя должны выполнять упражнения совместно, чтобы создать впечатление единого организма. Это требует от них хорошей координации движений, синхронности в выполнении действий и внимания к деталям.

- Подчинение командам: участники строя должны строго следовать командам инструктора или руководителя, чтобы обеспечить единое и координированное выполнение упражнений. Это включает в себя быстрое реагирование на команды и соблюдение установленных правил.

- Дисциплина и порядок: участники строя должны поддерживать высокий уровень дисциплины и порядка, чтобы обеспечить эффективное проведение тренировок и выступлений. Это включает в себя соблюдение правил, следование регламентам и уважение к инструкторам и другим членам строя.

Эти принципы помогают создать организованный, профессиональный и впечатляющий вид во время проведения строевых упражнений.

5. Методика обучения строевым упражнениям включает ряд особенностей, которые направлены на эффективное формирование единого, дисциплинированного и высококачественного исполнения упражнений:

Демонстрация и объяснение: обучение начинается с четкой демонстрации и подробного объяснения каждого элемента упражнения. Инструкторы или руководители строя являются образцами, демонстрируя правильные движения, положения и выражение лица.

Разделение на этапы: сложные упражнения разбиваются на более простые компоненты. Участники строя сначала учатся и отрабатывают базовые элементы, постепенно переходя к более сложным частям упражнения.

Повторение и закрепление: важной частью методики является систематическое повторение и закрепление упражнений. Это помогает участникам строя запомнить последовательность действий, улучшить координацию и добиться автоматизации выполнения движений.

Индивидуальная коррекция: инструкторы активно участвуют в процессе обучения, предоставляя индивидуальную коррекцию каждому участнику. Это включает в себя исправление положения тела, ног, рук и других деталей, чтобы достичь единства в выполнении упражнений.

Групповая динамика: обучение строевым упражнениям подразумевает работу в группе. Значительное внимание уделяется развитию групповой динамики, взаимопонимания и взаимодействия между участниками, что способствует единому виду строя.

Развитие физической подготовки: обучение строевым упражнениям также включает в себя работу над физической подготовкой участников. Это включает тренировки по укреплению мышц, гибкости и выносливости, что необходимо для успешного выполнения упражнений.

Репетиции и тренировки: регулярные репетиции и тренировки являются неотъемлемой частью методики. Они обеспечивают стойкость в выполнении упражнений, формируют высокий уровень профессионализма и дисциплины.

Анализ выступлений: после каждого выступления проводится анализ, включающий обсуждение ошибок, предложения по улучшению и поощрение достижений. Это способствует постоянному совершенствованию и развитию участников.

Эти особенности в совокупности способствуют формированию единого, профессионального и высококачественного исполнения строевых упражнений.

6. При проведении строевых упражнений могут возникнуть различные проблемы, включая технические, организационные и межличностные. Рассмотрим некоторые из них и возможные способы их решения:

Технические проблемы:

- Недостаточная координация: проблемы синхронности и координации могут возникнуть из-за различий в технике выполнения участников. Решение: проводить дополнительные тренировки по координации и уделить внимание однородности движений.

- Ошибки в выполнении элементов: участники могут допускать ошибки в выполнении элементов, что влияет на общий вид строя. Решение: Регулярные индивидуальные коррекции, подробные объяснения и повторение упражнений для закрепления навыков.

Организационные проблемы:

- Проблемы с расстановкой: неправильное размещение участников в строю может влиять на общую эстетику и единство исполнения. Решение: Регулярные проверки расстановки, ясные инструкции и обучение участников правильному выстраиванию.

- Проблемы с временем: недостаточное или избыточное время на тренировках может привести к неэффективному обучению. Решение: Составление четкого графика тренировок, оптимизация времени и оценка эффективности каждой тренировки.

Межличностные проблемы:

- Конфликты внутри группы: напряженности и конфликты между участниками могут отрицательно сказаться на работе строя. Решение: Профессиональное руководство, проведение командных строительных мероприятий и разрешение конфликтов в начальной стадии.

- Недостаток мотивации: участники могут терять интерес или мотивацию, что влияет на качество выступлений. Решение: Создание интересных тренировок, поощрение достижений, участие в соревнованиях и выставках.

Технические проблемы оборудования:

- Проблемы с аппаратами: могут возникнуть технические проблемы с использованием специальных аппаратов. Решение: Регулярная проверка оборудования, оперативное устранение неисправностей и обеспечение безопасности.

- Травмы и безопасность: неправильное использование аппаратов или недостаточные

меры безопасности могут привести к травмам. Решение: Обязательные брифинги по безопасности, использование защитного оборудования и подготовка инструкторов по первой помощи.

Регулярный мониторинг, открытая коммуникация и оперативное реагирование на возникающие проблемы помогут обеспечить эффективное и успешное проведение строевых упражнений.

7. Общеразвивающие упражнения в гимнастике ставят перед собой ряд целей, направленных на комплексное физическое и психическое развитие учащихся. Вот некоторые из основных целей общеразвивающих упражнений в гимнастике:

Физическое развитие: общеразвивающие упражнения способствуют укреплению мышц, развитию гибкости, улучшению координации и увеличению общей физической подготовки. Они охватывают различные аспекты физического здоровья, включая силу, выносливость, ловкость и гибкость.

Координация и баланс: упражнения, направленные на улучшение координации и равновесия, помогают развивать точность движений, осознанность своего тела в пространстве и общую стабильность.

Развитие осанки и пластичности: гимнастические упражнения способствуют формированию правильной осанки, развитию пластичности и гибкости тела. Это важно для предотвращения проблем с опорно-двигательным аппаратом и формирования эстетичной физической формы.

Развитие выносливости и энергии: тренировки по общеразвивающим упражнениям способствуют увеличению выносливости и энергии организма. Регулярные тренировки улучшают кардиореспираторную систему и общую физическую подготовку.

Социальные навыки: занятия гимнастикой в группе способствуют развитию социальных навыков. Участие в командных упражнениях, взаимопомощь и сотрудничество способствуют формированию коллективного духа и уважения к партнерам.

Психологическое благополучие: занятия гимнастикой помогают улучшить психологическое состояние. Регулярная физическая активность способствует выработке эндорфинов, что положительно влияет на настроение и общее психическое благополучие.

Формирование целеустремленности и дисциплины: занимаясь гимнастикой, учащиеся развивают целеустремленность, терпение и дисциплину. Работа над собой, повышение уровня навыков и достижение результатов требуют систематичности и усердной практики.

Эстетическое воспитание: гимнастика способствует формированию эстетического восприятия движения, грации и выражения. Это важно для развития художественного вкуса и эстетического восприятия окружающего мира.

Цели общеразвивающих упражнений в гимнастике охватывают физические, психические и социальные аспекты, способствуя гармоничному развитию личности.

8. Оценка эффективности проведения общеразвивающих упражнений в гимнастике предполагает учет различных аспектов, включая физическое развитие, социальные навыки, психологическое благополучие и общую эффективность тренировочного процесса. Вот некоторые критерии, которые могут быть использованы для оценки:

Физическое развитие: оценка уровня укрепления мышц, развития гибкости, улучшения координации, равновесия и выносливости. Используются измерения физических

параметров, например, изменения в обхвате талии, уровне гибкости и силе мышц.

Достижение целей: эффективность оценивается в контексте достижения поставленных целей. Например, если одной из целей было повышение уровня физической активности, оценивается, насколько участники регулярно участвуют в занятиях.

Социальные навыки: оценка включает в себя межличностное взаимодействие, развитие коммуникативных навыков и способность работать в группе. Важными факторами являются уважение к другим, сотрудничество и развитие чувства коллективности.

Психологическое благополучие: оценка влияния общеразвивающих упражнений на психическое состояние участников. Это включает в себя измерение уровня стресса, улучшение настроения, повышение уровня энергии и общее психическое благополучие.

Уровень участия и мотивации: эффективность оценивается по активному участию участников в тренировках, их мотивации и интересу к занятиям. Высокий уровень участия и постоянная мотивация указывают на эффективность.

Общий прогресс: оценка общего прогресса участников в динамике. Это может включать в себя сравнение начального и конечного уровня физической формы, оценку улучшения навыков и достижение новых уровней.

Формативная оценка инструктора: оценка со стороны инструктора или тренера важна для определения эффективности проведения упражнений. Это может включать в себя анализ техники выполнения упражнений, обратную связь по достижению целей и рекомендации по улучшению.

Отзывы участников: оценка эффективности проведения общеразвивающих упражнений также может быть основана на отзывах участников. Их мнение о занятиях, степень удовлетворенности и восприятие результатов могут предоставить ценную информацию.

Комплексный подход, учитывающий все вышеперечисленные аспекты, позволяет достаточно полно и объективно оценить эффективность проведения общеразвивающих упражнений в гимнастике.

9. При обучении общеразвивающим упражнениям в гимнастике применяются различные методические приемы, направленные на эффективное формирование навыков и развитие учащихся. Ниже представлены некоторые из методов, используемых при обучении общеразвивающим упражнениям:

Демонстрация: инструктор или тренер демонстрирует правильное выполнение упражнения. Это помогает учащимся визуализировать, как должно выглядеть правильное движение, и создает образец для подражания.

Объяснение и анализ: инструктор подробно объясняет каждый этап упражнения, выделяя ключевые моменты и детали. Анализируются правильные и неправильные действия, чтобы учащиеся понимали, на что следует обращать внимание.

Разбор в мелких группах: учащиеся могут разделить на небольшие группы для более интенсивной работы. Это позволяет инструктору уделить больше внимания каждому ученику и провести индивидуальные коррекции.

Постепенное усложнение упражнений: упражнения представляются поэтапно, начиная с простых и постепенно усложняясь. Это помогает учащимся пошагово осваивать технику и избегать чувства перегруженности.

Использование визуальных пособий: использование схем, рисунков, видеоматериалов или моделей помогает визуализировать правильное выполнение упражнений и обеспечивает дополнительный способ обучения.

Использование обратной связи: регулярная обратная связь от инструктора или тренера играет важную роль в коррекции ошибок и поддержании мотивации. Положительная обратная связь поощряет учащихся, а конструктивная помогает им улучшаться.

Игровые элементы: введение элементов соревнования, игр или командных задач может сделать обучение более увлекательным и мотивирующим. Игровой подход помогает детям с более радостным интересом подходить к упражнениям.

Индивидуализация подхода: учитывание индивидуальных особенностей и уровня подготовки учащихся. Некоторые могут нуждаться в более интенсивной поддержке, в то время как другие могут быстро прогрессировать.

Работа с партнерами: партнерская работа может способствовать совместному развитию учащихся, развитию навыков коммуникации и взаимодействия.

Эти методические приемы способствуют более эффективному и интересному процессу обучения общеразвивающим упражнениям в гимнастике.

10. Акробатические упражнения включают разнообразные элементы, которые объединяются для создания сложных и эффектных композиций. В зависимости от уровня сложности и стиля, могут входить следующие основные элементы:

Поднимания и поддержки: в акробатических упражнениях часто встречаются элементы, связанные с поддержкой и подниманием партнера. Это может включать в себя поднимание в воздух, поддержку на плечах, голове или руках.

Балансировка: балансировка на руках, ногах или других частях тела играет важную роль в акробатике. Элементы баланса могут включать стойки, пирамиды и фигуры, где акцент делается на устойчивости.

Вращения и взлеты: акробатические упражнения могут включать в себя вращения, взлеты и перевороты, как в воздухе, так и на земле. Эти элементы придают динамичность и эффектность выступлению.

Гибкость: элементы гибкости могут включать в себя различные позы, изогнутые формы тела и растяжение. Гибкие движения добавляют изящество и художественное выражение.

Пируэты: повороты и пируэты добавляют красоту и грацию в акробатических выступлениях. Эти элементы часто выполняются в парах или группах, создавая хореографически сложные композиции.

Аэробные элементы: привнесение аэробных движений, таких как прыжки, сальто и вращения, способствует динамичности и энергии акробатических выступлений.

Пирамиды и структуры: Создание пирамид и структур, где несколько участников поддерживают друг друга, является характерным элементом в групповых акробатических выступлениях.

Групповые элементы: совместные действия и хореография в группе играют ключевую роль в акробатике. Это может включать в себя синхронные движения, партнерские комбинации и общую координацию.

Элементы подъема и спуска: это включает в себя элементы, где участники поднимаются или спускаются вниз, создавая впечатление плавности и элегантности в выступлении.

Эти элементы могут быть комбинированы в различных вариациях, что делает акробатику увлекательным и творческим видом искусства.

11. Обучение акробатическим элементам предполагает поэтапное развитие навыков и уровня сложности, начиная с базовых элементов и постепенно переходя к более сложным.

Ниже представлены общие этапы обучения акробатическим элементам:

Формирование базовых навыков: на этом этапе учащиеся знакомятся с основами акробатики, включая правильное положение тела, координацию движений и базовые элементы, такие как стойки, прыжки и прогибания.

- Работа над физической подготовкой, включая гибкость, силу и выносливость.

Освоение базовых элементов: учащиеся начинают осваивать базовые акробатические элементы, такие как простые стойки, балансы и поднимания. Это включает в себя работу в парах или группах, где акцент делается на взаимодействии и доверии.

Развитие координации и баланса: на этом этапе учащиеся углубляют навыки баланса и координации. Элементы баланса выполняются на руках, ногах, голове и других частях тела. Учатся выполнять пируэты и вращения, добавляя динамичные элементы в акробатические композиции.

Овладение техникой поднимания и опоры: учащиеся разрабатывают навыки поддержки и поднимания партнера. Это включает в себя технику поднятия в воздух, удержание в различных позах и создание структурных элементов.

Изучение сложных партнерских элементов: на этом этапе фокус смещается на более сложные партнерские элементы, включая пирамиды, взлеты и перевороты в паре или группе. Учащиеся изучают синхронизацию движений и взаимодействие с партнерами.

Тренировки в высоте и синхронные выступления: учащиеся начинают тренироваться на поднятых поверхностях или высоких конструкциях, что добавляет элемент высоты и усиливает требования к координации и безопасности. Развитие навыков синхронных выступлений в группе, где каждый участник выполняет свои роли в точном согласовании.

Эксперименты с индивидуальными элементами: учащиеся начинают экспериментировать с индивидуальными элементами, добавляя сложные пируэты, сальто и гимнастические элементы. Это способствует разнообразию и индивидуальному стилю.

Создание хореографии и выступления: на заключительном этапе учащиеся совершенствуют навыки создания хореографии, комбинируя сложные акробатические элементы в единое выступление. Это включает в себя работу над выражением, музыкальностью и эстетикой.

Эти этапы помогают учащимся постепенно развивать свои акробатические навыки, обеспечивая безопасность и последовательное усвоение сложных элементов.

12. Предотвращение травм при обучении акробатическим упражнениям является приоритетной задачей и включает в себя ряд мер и стратегий. Вот несколько общих подходов:

Качественная физическая подготовка: перед началом акробатических тренировок важно провести хорошую разминку, включая растяжку и укрепление мышц. Это помогает подготовить организм к физической активности и уменьшает риск повреждений.

Постепенное увеличение нагрузок: обучение должно начинаться с простых и базовых элементов, постепенно переходя к более сложным. Это позволяет организму приспособиваться и укрепляться, минимизируя риск перегрузок и травм.

Индивидуальный подход: учитывайте индивидуальные особенности каждого учащегося. Уровень подготовки, физическая форма и предыдущий опыт могут существенно различаться. Тренировочные программы должны быть адаптированы под уровень каждого ученика.

Наблюдение инструктора: присутствие квалифицированного инструктора или тренера во время тренировок помогает контролировать правильность выполнения упражнений,

предостерегать от ошибок и корректировать технику.

Правильная техника выполнения: уделяйте особое внимание правильной технике выполнения каждого упражнения. Это включает в себя правильное распределение веса, контроль движений и использование правильных поз и стоек.

Использование защитного оборудования: в зависимости от типа акробатических упражнений, использование защитных средств, таких как маты, может существенно снизить риск получения травм при падениях.

Контроль за оборудованием: регулярная проверка и обслуживание оборудования, используемого в акробатике, такого как тренажеры и подножки, помогает избежать травм, связанных с его поломками или дефектами.

Соблюдение правил безопасности: учащимся следует объяснить и придерживаться правил безопасности, таких как запрет на экспериментирование с сложными элементами без надлежащего надзора, а также соблюдение осторожности во время тренировок.

Постоянный мониторинг состояния здоровья: инструкторы и тренеры должны обращать внимание на физическое и эмоциональное состояние учащихся. Это позволяет предотвращать тренировки при усталости или признаках потенциальных проблем.

Общий подход, объединяющий правильную подготовку, осторожность, контроль за техникой и безопасностью, помогает минимизировать риск травм при обучении акробатическим упражнениям.

13. Гимнастика является многофункциональным видом физической активности, который способствует развитию различных физических качеств. Вот несколько физических качеств, которые можно развивать с помощью гимнастики:

Сила: гимнастика включает в себя множество упражнений, направленных на укрепление мышц всего тела. Это включает в себя не только основные группы мышц, но и мелкие мышцы, что способствует общему укреплению организма.

Гибкость: гимнастика активно развивает гибкость, так как многие элементы требуют большой подвижности в суставах и растяжке мышц. Регулярные тренировки способствуют увеличению диапазона движений и общей гибкости тела.

Выносливость: гимнастические тренировки, включая выполнение серий упражнений и рутин, требуют высокого уровня физической выносливости. Это способствует развитию кардиореспираторной системы и улучшению общей физической выносливости.

Координация и баланс: гимнастика требует точности движений, что способствует развитию координации и равновесия. Элементы баланса и управления телом в пространстве являются ключевыми компонентами гимнастических тренировок.

Скорость и маневренность: выполнение сложных элементов гимнастики требует быстроты и маневренности. Тренировки способствуют развитию реакции и скоростных навыков.

Аэробная и анаэробная активность: в зависимости от интенсивности тренировок, гимнастика может включать в себя как аэробную, так и анаэробную активность. Это положительно влияет на сердечно-сосудистую систему и метаболизм.

Эластичность и пружинистость: гимнастика способствует развитию эластичности и пружинистости мышц, что является важным аспектом для выполнения многих элементов, таких как сальто и прыжки.

Художественная гибкость: гимнастика также развивает художественную гибкость, предоставляя спортсменам возможность выражать себя через движение и форму.

Психомоторные навыки: регулярные тренировки в гимнастике способствуют развитию психомоторных навыков, таких как концентрация внимания, точность выполнения движений и управление телом в пространстве.

Гимнастика, будучи всесторонним видом физической активности, обеспечивает комплексное развитие физических качеств, что делает ее полезной для общего физического здоровья и формирования характерных черт атлетизма.

14. Интеграция гимнастики в индивидуальные занятия физкультурой может быть реализована разнообразными методами, которые учитывают индивидуальные потребности и цели ученика. Вот несколько методов, которые применяются для успешной интеграции гимнастики в индивидуальные тренировки:

Индивидуальное консультирование: первоначальное обсуждение с тренером или инструктором для определения индивидуальных целей, физической подготовки, а также учета ограничений и предпочтений ученика. Это позволяет разработать персонализированный план тренировок.

Анализ уровня подготовки: оценка текущего уровня физической формы и определение зоны комфорта ученика в гимнастических упражнениях. Это позволяет адаптировать программу под уровень подготовки и обеспечивает безопасное выполнение упражнений.

Формирование индивидуального плана: разработка уникального тренировочного плана, который соответствует целям и потребностям ученика. План может включать в себя различные элементы гимнастики в зависимости от приоритетов, таких как укрепление мышц, улучшение гибкости или освоение конкретных акробатических элементов.

Сбалансированный подход: интеграция различных аспектов гимнастики, таких как упражнения на силу, гибкость, баланс и аэробные элементы, для обеспечения сбалансированного физического развития.

Постепенное увеличение интенсивности: начало с базовых упражнений и постепенное увеличение интенсивности тренировок, чтобы избежать перегрузок и предоставить организму время на адаптацию.

Фиксация результатов: регулярное измерение и фиксация физических показателей и прогресса ученика. Это может включать в себя измерение силы, гибкости, уровня выносливости и освоение новых гимнастических элементов.

Использование обучающих ресурсов: использование видео- или аудиоматериалов для обучения технике выполнения упражнений, что позволяет ученику лучше понимать и визуализировать правильное выполнение движений.

Фокус на удовлетворении и мотивации: стимулирование интереса и мотивации ученика через разнообразные и увлекательные элементы гимнастики, что делает тренировки более приятными и продуктивными.

Интеграция гимнастических элементов в рутинные занятия: включение коротких гимнастических элементов в общую тренировку, чтобы обогатить рутину и поддерживать интерес.

Постоянная обратная связь: предоставление регулярной обратной связи со стороны тренера по технике выполнения упражнений, прогрессу и коррекциям для достижения максимальных результатов.

Интегрирование гимнастики в индивидуальные занятия физкультурой с использованием этих методов помогает создать эффективный и персонализированный план тренировок, соответствующий целям и потребностям каждого ученика.

15. Измерение эффективности использования гимнастики для развития физических качеств в индивидуальных и военных спортивных комплексах включает в себя несколько аспектов, которые помогают оценить прогресс и достижение поставленных целей:

Объективные физические показатели:

- Измерение уровня силы: использование тестов и упражнений для определения силовых характеристик, например, максимальное количество подтягиваний или поднимаемый вес.
- Оценка гибкости: Применение методов измерения диапазона движений и гибкости в суставах.
- Измерение выносливости: проведение тестов на выносливость, таких как бег на дистанцию или выполнение упражнений в течение определенного времени.

Технические навыки:

- Оценка акробатических элементов: развитие и освоение конкретных гимнастических элементов, таких как сальто, прыжки, стойки и акробатические комбинации.
- Оценка техники выполнения: использование видеоанализа для детальной оценки техники выполнения упражнений и коррекции ошибок.

Функциональные тесты:

- Проведение функциональных тестов для оценки уровня общей физической подготовки и функциональности организма.
- Тестирование кардиореспираторной выносливости: оценка уровня выносливости с использованием кардиотестов, таких как бег на длинные дистанции или велосипедные тренировки.

Индивидуальные достижения и цели:

- Учет достижений ученика в выполнении поставленных индивидуальных целей.
- Регулярное обсуждение с учеником его восприятия эффективности тренировок и уровня удовлетворенности результатами.

Общее физическое самочувствие:

- Оценка общего физического состояния и здоровья ученика.
- Мониторинг уровня энергии, силы и общего физического благополучия.

Психологические аспекты:

- Измерение уровня мотивации и удовлетворенности ученика от тренировок.
- Оценка уровня стресса и уровня уверенности в своих силах.

Применение тестов военной подготовки (для военных спортивных комплексов):

- Стандартные физические тесты для военнослужащих, такие как отжимания, пресс, бег на короткие и средние дистанции.
- Тестирование навыков, важных для военной службы, таких как бег с препятствиями, переноска грузов, лазание по веревкам и другие.

Важно учитывать, что эффективность тренировок в гимнастике может быть многогранной и зависит от индивидуальных целей, физического состояния и предпочтений ученика. Регулярный мониторинг различных аспектов помогает адаптировать программу тренировок для достижения наилучших результатов.

Критерии оценки ответов

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и

формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

5.Зачетная ведомость

2.Дифференцированный зачёт 4 семестр

1.Форма проведения: устная (защита статьи на заданную тему)

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 120 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: телевизор, компьютер.

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет материалов для проведения контрольной работы.

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Т е м а 6. Организация и особенности методики проведения занятий посредством гимнастики

Т е м а 7. Методика проведения прикладных упражнений

Т е м а 8. Основы судейства соревнований по гимнастике

Т е м а 1. Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спорта

Т е м а 2. Основы техники спортивных игр

2.Перечень тем для защиты статей

1. Организация тренировочного процесса в гимнастике: современные подходы и методики.

2. Ролевая игра тренера в организации занятий по гимнастике.

3. Инновационные методы в методике гимнастики: эффективные практики и результаты.

4. Прикладные упражнения в гимнастике для развития специфических навыков и силы.

5. Техники применения прикладных упражнений в реабилитации и восстановлении после травм в гимнастике.

6. Индивидуализация прикладных упражнений в тренировочном процессе по гимнастике.

7. Судейство в гимнастике: роль, требования и профессиональные навыки.

8. Проблемы и перспективы судейства в современных гимнастических соревнованиях.

9. Этика и стандарты судейства в гимнастике: обеспечение справедливости и объективности.

10. Роль спортивных и подвижных игр в физическом воспитании детей и подростков.

11. Интеграция игровых элементов в тренировочный процесс по гимнастике: преимущества и вызовы.

12. Развитие командных навыков через участие в спортивных играх в гимнастике.

13. Технические аспекты применения игровых элементов в гимнастике: стратегии и тактика.

14. Обучение основам техники спортивных игр в контексте гимнастического тренинга.

15. Адаптация правил и техники спортивных игр для индивидуальных и групповых тренировок по гимнастике.

3. Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 2. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ПК 1.5, 1.7, 2.6	Использует терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. Анализируют учебные занятия, внеурочные мероприятия. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
У.4 использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ПК 1.6, 2.1	Использует оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации. Осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. Осуществляют профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. Строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

	Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
У.5 проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ПК 2.2, 2.3, 2.5, 3.1, 3.3	Проводит тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
Знать:	
3.1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9.	Владеет техникой профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
3.2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной	Владеет основами судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной

деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
3.3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Владеет терминологией базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
3.4 деятельности технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Владеет техникой безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки. Оценивают риски и принимают решения в нестандартных ситуациях.
3.5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеет методикой проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

4.Эталоны ответов

ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ СТАТЬИ

История развития естествознания как учебного предмета в 18 веке

Иванов С.С., студент 3 курса

44.02.02. Преподавание в начальных классах

Текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...
текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...
текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...

Литература:

- 1.Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2023 года // Закон об образовании РФ Общие положения Федерального закона об образовании 2022. – URL: <https://zakonobobrazovanii.ru>. Загл. с экрана. – Яз. рус. (дата обращения 10.03.2023). – Текст: электронный.
- 2.
- 3.

Материалы, представленные на защиту, должны отвечать следующим требованиям: материалы должны быть прошиты в пластиковом скоросшивателе (или оформлены в папку с файлами); статья должна быть объемом от 3-х страниц машинописного текста формата А4, размеры полей: верхнее, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 10 мм, абзацный отступ – 1,25 см., межстрочный интервал – 1,5, кегль 14.Ориентация листа – книжная. Материалы должны быть на русском языке, шрифт Times New Roman, без переносов; название статьи: строчные буквы, кегль 14, жирный, выравнивание по центру, точка в конце заголовка не ставится. Ниже размещается имя, отчество, фамилия автора, / курс, специальность / профессия строчными буквами, выравнивание по правому краю, кегель 14, курсив. Ниже, через один интервал, размещается текст статьи: кегель 14, выравнивание по ширине. Текст таблиц: кегль 11, заголовки граф центрируются. Таблицы должны иметь нумерацию и заголовки. Ссылки на таблицы в тексте обязательны. Страницы статьи нумеруются арабскими цифрами; сокращения и аббревиатуры в тексте допускаются только при наличии обязательной расшифровки. Список литературы является обязательным элементом, оформляется согласно ГОСТ 7.0.100-2018.Список литературы выполняется в виде нумерованного списка арабскими цифрами, выравнивание по левому краю. Продолжительность выступления до 5-7 минут. Публичное выступление обучающихся должно соответствовать критериям: актуальность темы; логичность и содержательность материала; соответствие выводов поставленным цели и задачам; наглядность представленного материала (макет, презентация); ораторское искусство и грамотность изложения материала.

4. Критерии оценки ответов

Оценка 5 «отлично»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3-х машинописных листов; выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 4 «хорошо»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и

списку литературы (есть 1-2 недочета или 1 ошибка); 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 3 «удовлетворительно»: 1) материал статьи соответствует теме; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных

листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть ошибки); 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям по 1-3 критериям.

Оценка 2 «неудовлетворительно»: 1) материал статьи не в полной мере соответствует теме; 2) авторская позиция, умение формулировать выводы не продемонстрированы; 3) объем статьи менее 3х машинописных листов; не выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям.

5.Зачетная ведомость

3.Контрольная работа 5 семестр

1.Форма проведения: устная (защита презентации)

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 120 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: телевизор, компьютер.

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет материалов для проведения контрольной работы.

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Т е м а 3. Методика обучения техническим приёмам в спортивных играх

Т е м а 4. Основы тактики в спортивных играх

Т е м а 5. Методика обучения тактическим приёмам в спортивных играх

Т е м а 6. Методика развития физических качеств посредством спортивных игр в ИВС

Т е м а 7. Организация и методика проведения занятий посредством спортивных игр

Т е м а 8. Основы судейства по спортивным играм

Т е м а 9. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся

2.Перечень тем для защиты презентаций.

1. Влияние технических приёмов на эффективность игры в спортивных состязаниях.

2. Роль технического мастерства в формировании высококвалифицированных спортсменов.

3. Тактические аспекты успешного выстраивания игры в спортивных дисциплинах.

4. Анализ тактических стратегий в различных спортивных играх.

5. Развитие тактического мышления у спортсменов: методы и приемы.

6. Взаимосвязь между физическим развитием и успешным выполнением технических приёмов.

7. Тренировочные методики для повышения физической выносливости в спортивных играх.

8. Оптимизация тренировочного процесса с использованием спортивных игр.

9. Организация тренировочных занятий с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.
10. Анализ эффективности методик обучения тактическим приёмам в различных видах спорта.
11. Развитие координации движений в процессе обучения техническим элементам.
12. Влияние эмоциональной стабильности на успешность применения тактических приёмов в спортивных играх.
13. Опыт использования технических инноваций в обучении спортивным приёмам.
14. Методы и приёмы развития стратегического мышления в спортивных играх.
15. Оценка и анализ ошибок в исполнении технических приёмов и тактических решений.
16. Роль психологической подготовки в успешном выполнении технических и тактических задач.
17. Тренировка судей: основы и практика в различных видах спорта.
18. Актуальные аспекты судейства в современных спортивных играх.
19. Взаимодействие тренера и судьи в процессе обучения и соревнований.
20. Инновационные методики в оценке и анализе выполнения технических приёмов и тактических решений.

3. Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 2. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ПК 1.5, 1.7, 2.6	Использует терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. Анализируют учебные занятия, внеурочные мероприятия. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

	Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
У.4 использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ПК 1.6, 2.1	Использует оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации. Осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. Осуществляют профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. Строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
У.5 проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ПК 2.2, 2.3, 2.5, 3.1, 3.3	Проводит тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

	Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
Знать:	
3.1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9.	Владеет техникой профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
3.2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Владеет основами судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
3.3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Владеет терминологией базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
3.4 деятельности технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Владеет техникой безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки. Оценивают риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

3.5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеет методикой проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

4.Эталоны ответов

Требования к оформлению презентаций

Таблица 1. Оформление слайдов

Стиль	единый стиль (шаблон) оформления; следует избегать стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; дизайн презентации не должен противоречить содержанию
Колонтитул	Каждый слайд должен содержать нижний колонтитул, отображающий информацию: фамилию и инициалы студента, и наименование темы работы
Фон	для фона желательно использовать цвета пастельных тонов
Использование цвета	цветовая гамма текста должна состоять не более чем из двух-трех цветов; назначить каждому из текстовых элементов свой цвет (например, заголовки - зеленый, текст - черный и т.п.
Анимационные эффекты	анимационные эффекты использовать в презентации запрещено, если это не предусмотрено тематикой работы
Содержание информации	на слайде используют короткие слова и предложения; заголовки должны привлекать внимание аудитории
Расположение информации на странице	предпочтительно горизонтальное расположение информации
Нумерация страниц	каждый слайд, кроме титульного должен быть пронумерован (размер шрифта: 16 пт)
Текстовая информация	размер шрифта: 24 - 48 пт (заголовков), 20 - 32 пт (обычный текст); цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не «резать» глаза; тип шрифта: для заголовка и основного текста гладкий шрифт без засечек (Arial);

	курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста.
Способы выделения информации	следует использовать: рамки; границы, заливку; штриховку, стрелки; рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.
Графическая информация	для наглядного отображения и сравнения данных рекомендуется использовать диаграммы; все рисунки, диаграммы, графики должны иметь заголовки; рисунки и диаграммы должны соответствовать содержанию; рисунки, фотографии, диаграммы призваны дополнить текстовую информацию или передать ее в более наглядном виде; желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки; цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда
Объем информации	не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом текстовой информации
Требования к оформлению заголовков	точку в конце заголовка не ставить; не следует писать длинные заголовки
Виды слайдов	для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: с текстом; с таблицами; с диаграммами и т.п.

Требования к содержанию презентации

Содержание презентации должно быть четко структурировано. Это относится как к плану устного выступления, так и к визуальным элементам.

Каждый новый слайд должен логически вытекать из предыдущего и одновременно подготавливать появление следующего (лучший способ проверить правильно ли построена презентация, – быстро прочитать только заголовки, если после этого станет ясно, о чем презентация – значит, структура построена верно).

Слайды, сопровождающие доклад, должны обеспечить полное и точное представление материала в максимально удобной для восприятия форме в пределах отведенного времени. Они должны отражать ключевые моменты доклада, но не дублировать его. А также содержать материал, который либо трудно, либо долго описывать словами. Слайды позволяют «оживить» доклад и избежать монотонности.

Автор при изложении материала доклада должен строго следовать последовательности слайдов.

Таблица 3. Требования к содержанию презентации

№ слайда	Содержание
Слайд № 1	Титульный слайд: Наименование учредителя (все буквы прописные, размер шрифта – 16 пт.) Полное наименование колледжа (все буквы строчные, кроме слова «Дальнегорский» размер шрифта – 16 пт.)

	Наименование вида работы (все буквы прописные, размер шрифта – 20-24 пт.) Наименование темы (размер шрифта – не менее 20 пт, жирный), Номер группы, Ф.И.О. студента, Ф.И.О. руководителя (размер шрифта – 16 пт.) Место и год составления презентации
Слайд № 2	Содержит актуальность и цель работы
Слайд № 3	Должен описывать задачи, которые необходимо решить в ходе выполнения работы (общий объём слайда – не более 10 строк текста)
Слайд № 4	Слайд может быть посвящен теоретической части работы (если без этого слайда невозможно выстроить логично и последовательно доклад)
Слайды № 5 - ...	На слайдах размещается информация по практической части работы, представленная в виде рисунков, таблиц, графиков или диаграмм
Заключительный слайд	Заключение, выводы

После создания презентации необходимо отрепетировать ее показ и свое выступление, проверить, как будет выглядеть презентация в целом (на экране компьютера или проекционном экране), как она воспринимается из разных мест аудитории, при разном освещении, шумовом сопровождении, в обстановке, максимально приближенной к реальным условиям выступления.

Критерии оценки ответов

Оценка «5».

Содержание. Содержание работы полностью соответствует теме исследования и излагается последовательно. Достигнуто стилевое единство и выразительность текста. Работа отличается богатством словаря, синтаксических конструкций и точностью словоупотребления. Фактические ошибки отсутствуют. Допускается 1- 2 речевых недочета. Наиболее важная информация располагается в центре экрана. Используются шрифты одного типа. Для выделения информации использованы рамки, границы. Объем информации на слайдах – не более трех фактов. Оформление слайдов: соблюден единый стиль оформления, использовано не более трех цветов на слайде.

Оценка «4».

Содержание. Содержание работы соответствует теме исследования. Достигнуто стилевое единство и выразительность текста. В работе допущена фактическая ошибка. Допускается 3 -4 речевых недочета. Наиболее важная информация располагается в центре экрана. Используются шрифты разных типов. Для выделения информации использованы рамки, границы. Допускается незначительная перегрузка слайда информацией. Оформление слайдов: соблюден единый стиль оформления, использовано более трех цветов на слайде.

Оценка «3».

Содержание. В работе допущены существенные отклонения от темы. Имеются отдельные фактические неточности. Допущены нарушения в последовательности изложения. Беден словарь, встречается неправильное словоупотребление. Стиль работы не отличается единством, речь недостаточно выразительна. Допущены нарушения в расположении информации, в перегрузке слайдов информацией. Оформление слайдов: единый стиль оформления нарушен, использовано более трех цветов на слайде.

5. Зачетная ведомость

4. Дифференцированный зачёт 6 семестр

1. Форма проведения: устная (защита статьи на заданную тему)

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 120 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: телевизор, компьютер.

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3. Пакет материалов для проведения контрольной работы.

1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Раздел 3. Лёгкая атлетика.

Тема 1. Лёгкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности

Тема 2. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе

Тема 3. Основы техники и методики обучения бегу

Тема 4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам

Тема 5. Методика развития физических качеств посредством легкой атлетики в ИВС

Тема 6. Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики

Тема 7. Основы судейства по лёгкой атлетике

2. Перечень тем для защиты статей

1. Влияние лёгкой атлетики на физическое развитие детей и подростков.

2. Адаптация методик обучения спортивной ходьбе для различных возрастных групп.

3. Сравнительный анализ эффективности методик обучения бегу в рамках различных спортивных школ.

4. Психологические аспекты обучения легкоатлетическим прыжкам: мотивация и уверенность в себе.

5. Роль легкой атлетики в коррекции физических недостатков у студентов в вузах.

6. Инновационные методы обучения легкой атлетике в современных условиях.

7. Влияние особенностей организации занятий легкой атлетикой на мотивацию спортсменов.

8. Развитие силы и выносливости через тренировки по легкой атлетике: сравнительный анализ методик.

9. Оптимизация тренировочного процесса по легкой атлетике для достижения максимальных результатов.

10. Формирование здорового образа жизни через участие в легкоатлетических мероприятиях.

11. Анализ влияния социокультурных факторов на развитие лёгкой атлетики в различных странах.

12. Эргономические аспекты организации тренировочных площадок для легкой атлетики.

13. Роль тренера в формировании успешной спортивной карьеры легкоатлета.

14. Специфика подготовки женщин в легкой атлетике: проблемы и перспективы.

15. Технологии видеоанализа в совершенствовании техники бега в легкой атлетике.

16. Влияние легкой атлетики на развитие координации движений у детей.

17. Сравнительный анализ систем судейства в лёгкой атлетике: международные стандарты

и практика.

18. Методы преодоления психологических барьеров в легкой атлетике.

19. Интеграция легкой атлетики в систему физического воспитания в школах.

20. Роль семейной поддержки в формировании интереса к легкой атлетике у детей и подростков.

3. Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 2. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ПК 1.5, 1.7, 2.6	Использует терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. Анализируют учебные занятия, внеурочные мероприятия. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
У.4 использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ПК 1.6, 2.1	Использует оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации. Осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. Осуществляют профилактику травматизма,

	обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. Строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
У.5 проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ПК 2.2, 2.3, 2.5, 3.1, 3.3	Проводит тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
Знать:	
3.1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеет техникой профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
3.2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Владеет основами судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
3.3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Владеет терминологией базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
3.4 деятельности технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Владеет техникой безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки. Оценивают риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
3.5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием,	Владеет методикой проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием,

литературы; 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 4 «хорошо»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть 1-2 недочета или 1 ошибка); 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 3 «удовлетворительно»: 1) материал статьи соответствует теме; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных

листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть ошибки); 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям по 1-3 критериям.

Оценка 2 «неудовлетворительно»: 1) материал статьи не в полной мере соответствует теме; 2) авторская позиция, умение формулировать выводы не продемонстрированы; 3) объем статьи менее 3х машинописных листов; не выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям.

5.Зачетная ведомость

5. Контрольная работа 7 семестр

1.Форма проведения: письменная (тестирование)

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: не требуются.

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет материалов для проведения контрольной работы.

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Раздел 4. Плавание.

Т е м а 1. Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности

Тема 2. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов.

Тема 3. Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам.

Т е м а 4. Методика обучения детей плаванию

Т е м а 5. Организация и методика проведения занятий

Т е м а 6. Основы прикладного плавания

Т е м а 7. Организация и проведение соревнований по плаванию

2.Практические задания к контрольной работе

Часть А

1. Какие физические нагрузки предоставляет плавание для организма человека?

- а. Только на мышцы рук
- б. На все группы мышц
- с. Только на ноги

- d. Только на мышцы спины
2. Какой стиль плавания считается наиболее универсальным для поддержания общей физической формы?
- a. Брасс
 - b. Баттерфляй
 - c. Кроль
 - d. На спине
3. Какой из перечисленных стилей плавания характеризуется волнующими движениями ног?
- a. Брасс
 - b. Кроль
 - c. Баттерфляй
 - d. На спине
4. Что является ключевым моментом при выполнении правильного старта в плавании?
- a. Глубина бассейна
 - b. Скорость взлета с плиты
 - c. Длина бассейна
 - d. Уровень воды в бассейне
5. Какой метод обучения эффективен при освоении правильной техники дыхания в плавании?
- a. Задачно-ролевой метод
 - b. Инструктажный метод
 - c. Игровой метод
 - d. Демонстрационный метод
6. Какой из следующих факторов важен при обучении правильному выполнению поворотов в плавании?
- a. Только силовые тренировки
 - b. Гибкость тела
 - c. Только аэробные тренировки
 - d. Техника дыхания
7. Какие основные аспекты следует учитывать при обучении детей плаванию?
- a. Только технику способов плавания
 - b. Возрастные особенности, игровой подход, безопасность
 - c. Только физическую подготовку
 - d. Силовые тренировки
8. Какова роль игрового элемента в методике обучения детей плаванию?
- a. Развитие только эмоциональной сферы
 - b. Формирование навыков плавания в более легкой форме
 - c. Игровой подход не влияет на обучение
 - d. Игры приводят к отвлечению от процесса обучения
9. Какие элементы следует учесть при организации плавательных занятий для группы разного уровня подготовки?
- a. Только индивидуальные тренировки
 - b. Разнообразие упражнений и адаптация сложности
 - c. Исключительно общие тренировочные планы

- d. Только групповые тренировки
10. Какие методы эффективны при коррекции техники плавания у продвинутых спортсменов?
- a. Только силовые тренировки
- b. Видеоанализ, индивидуальные консультации, анализ данных тренировок
- c. Только аэробные тренировки
- d. Игровой подход

Часть Б

1. Заполните пропуски в тексте:

Для эффективного _____ занятий по плаванию необходимо учесть основные принципы. В начале занятия проводится разминка, включающая в себя упражнения на растяжку и _____. Далее, тренер обращает внимание на правильное выполнение техники спортивных способов плавания, таких как _____ и _____. Организация группы играет важную роль - необходимо учесть уровень подготовки участников и распределить их в соответствии с этим.

В конце занятия проводятся _____, где участники могут применить полученные навыки в условиях соревнования. Это способствует улучшению _____ и повышению мотивации для дальнейших тренировок. Важно также обеспечить безопасность на занятиях и следить за правильным использованием _____ спортивного инвентаря.

2. Составьте последовательность действий для создания эффективной программы обучения плаванию для детей, включая организацию тренировок, применение методик обучения, и подготовку к участию в соревнованиях.

- А) Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности
- Б) Методика обучения детей плаванию
- В) Организация и проведение соревнований по плаванию
- Г) Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов.
- Д) Основы прикладного плавания
- Е) Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам.
- Ж) Организация и методика проведения занятий

Часть С

1. Объясните, почему понимание техники спортивных способов плавания является важным аспектом в физкультурно-спортивной деятельности.
2. Опишите методику обучения детей плаванию, учитывающую их возрастные особенности.

3. Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 2. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной	Использует терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной

деятельности; ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ПК 1.5, 1.7, 2.6	деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. Анализируют учебные занятия, внеурочные мероприятия. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
У.4 использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ПК 1.6, 2.1	Использует оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации. Осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. Осуществляют профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. Строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
У.5 проводить тренировочные занятия по	Проводит тренировочные занятия по

базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ПК 2.2, 2.3, 2.5, 3.1, 3.3	базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
Знать:	
3.1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9.	Владеет техникой профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
3.2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их	Владеет основами судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии,

эффективность и качество.	проявлять к ней устойчивый интерес.
3.3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Владеет терминологией базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
3.4 деятельности технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Владеет техникой безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки. Оценивают риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
3.5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеет методикой проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Эталоны ответов на вопросы

Часть А:

1. б. На все группы мышц
2. с. Кроль
3. с. Баттерфляй
4. б. Скорость взлета с плиты
5. d. Демонстрационный метод
6. б. Гибкость тела

7. б. Возрастные особенности, игровой подход, безопасность
8. б. Формирование навыков плавания в более легкой форме
9. б. Разнообразие упражнений и адаптация сложности
10. б. Видеоанализ, индивидуальные консультации, анализ данных тренировок

Часть В. Вставьте пропущенные слова.

1. Планирования, разогрев, кроль, баттерфляй. Соревнования, командной работы, специального.
2. А) Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности
Г) Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов.
Е) Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам.
Б) Методика обучения детей плаванию
Ж) Организация и методика проведения занятий
Д) Основы прикладного плавания
В) Организация и проведение соревнований по плаванию

Часть С.

1. Объяснение ответа на вопрос: понимание техники спортивных способов плавания является важным аспектом в физкультурно-спортивной деятельности, потому что это позволяет спортсменам эффективно выполнять движения, минимизировать сопротивление воды и повышать свою производительность. При правильном понимании техники плавания можно корректировать ошибки, улучшать координацию движений и достигать лучших результатов в соревнованиях.
2. Объяснение ответа на вопрос: методика обучения детей плаванию должна учитывать их возрастные особенности, такие как более нежное воздействие, игровой подход и использование понятных детям формулировок. Например, использование игр и веселых упражнений помогает детям с удовольствием осваивать навыки плавания. Важно также учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и предоставлять им достаточно времени для освоения навыков без стресса и давления.

5. Экзаменационная ведомость.

6. Экзамен

1. Форма проведения: устная (по билетам)

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся.
2. Время выполнения: 90 минут.
3. Оборудование учебного кабинета: спортивный инвентарь.
4. Технические средства обучения: нет.
5. Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене: нет.
6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН, техники безопасности.

3. Пакет экзаменатора:

3.1. Перечень тем (разделов), выносимых на экзамен:

- Тема 1. Гимнастическая терминология.
- Тема 2. Методические особенности проведения строевых упражнений.
- Тема 3. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений.
- Тема 4. Основы техники и методика обучения акробатическим упражнениям.

- Тема 5. Методика развития физических качеств посредством гимнастики в ИВС.
- Тема 6. Организация и особенности методики проведения занятий посредством гимнастики.
- Тема 7. Методика проведения прикладных упражнений.
- Тема 8. Основы судейства соревнований по гимнастике.
- Тема 1. Спортивные и подвижные игры в системе физического воспитания и спорта.
- Тема 2. Основы техники спортивных игр.
- Тема 3. Методика обучения техническим приёмам в спортивных играх.
- Тема 4. Основы тактики в спортивных играх.
- Тема 5. Методика обучения тактическим приёмам в спортивных играх.
- Тема 6. Методика развития физических качеств посредством спортивных игр в ИВС.
- Тема 7. Организация и методика проведения занятий посредством спортивных игр.
- Тема 8. Основы судейства по спортивным играм.
- Тема 9. Методика проведения подвижных игр с различными возрастными группами занимающихся.
- Тема 1. Лёгкая атлетика как вид физкультурно-спортивной деятельности.
- Тема 2. Основы техники и методики обучения спортивной ходьбе.
- Тема 3. Основы техники и методики обучения бегу.
- Тема 4. Основы техники и методики обучения легкоатлетическим прыжкам.
- Тема 5. Методика развития физических качеств посредством легкой атлетики в ИВС.
- Тема 6. Организация и методика проведения занятий посредством легкой атлетики.
- Тема 7. Основы судейства по лёгкой атлетике.
- Тема 1. Плавание как вид физкультурно-спортивной деятельности.
- Тема 2. Техника спортивных способов плавания, стартов и поворотов.
- Тема 3. Обучение спортивным способам плавания, стартам и поворотам.
- Тема 4. Методика обучения детей плаванию.
- Тема 5. Организация и методика проведения занятий.
- Тема 6. Основы прикладного плавания.
- Тема 7. Организация и проведение соревнований по плаванию.
- 3.2. Перечень вопросов, выносимых на экзамен
1. Какие основные термины используются в гимнастике?
 2. Как можно классифицировать гимнастические элементы по сложности?
 3. Расскажите о терминах, связанных с оценкой выступлений в гимнастике.
 4. Каковы ключевые принципы проведения строевых упражнений?
 5. Какие особенности методики обучения строевым упражнениям?
 6. Какие проблемы могут возникнуть при проведении строевых упражнений и как их можно решить?
 7. Какие цели ставятся перед общеразвивающими упражнениями в гимнастике?
 8. Каким образом оценивается эффективность проведения общеразвивающих упражнений?
 9. Какие методические приемы используются при обучении общеразвивающим упражнениям?
 10. Какие основные элементы входят в акробатические упражнения?
 11. Каковы этапы обучения акробатическим элементам от базовых к сложным?
 12. Как можно предотвратить травмы при обучении акробатическим упражнениям?

13. Какие физические качества можно развивать с помощью гимнастики?
14. Какие методы применяются для интеграции гимнастики в индивидуальные занятия физкультурой?
15. Как измерить эффективность использования гимнастики для развития физических качеств в индивидуальных и военных спортивных комплексах?
16. Какие темы охватывает гимнастическая терминология?
17. Какие методические особенности присущи проведению строевых упражнений?
18. Какие принципы лежат в основе оценки эффективности общеразвивающих упражнений в гимнастике?
19. Какие методы используются для обучения акробатическим упражнениям от базовых к сложным?
20. Какие особенности организации и методики проведения занятий по гимнастике в ИВС?

Эталоны ответов на вопросы

1. К гимнастической терминологии, в частности к терминам гимнастических упражнений, предъявляются определённые требования, которые необходимо соблюдать. От слов общепринятой лексики термины отличаются точностью и специализированностью своего значения. Слова, становясь терминами, приобретают необходимую однозначность. Термин в гимнастике — это краткое, условное название какого-либо двигательного действия или понятия. При этом термины не только обозначают то или иное понятие или действие, но и уточняют его, отделяя от смежных. Все гимнастические термины делятся на две группы: общие и конкретные термины. Общие термины используются для обозначения общих понятий (элемент, соединение, комбинация) и определения отдельных групп упражнений (строевые упражнения, прикладные упражнения). Эти термины применяются для обобщения элементов одной группы с единой структурой при разработке учебных программ, методических рекомендаций и т. п. Конкретные термины определяют смысловые признаки конкретных упражнений и делятся на основные (главные) и вспомогательные (дополнительные) термины. Основные термины отражают структурные признаки определяемых действий, принадлежность к той или иной группе упражнений (подъём, спад, оборот, поворот, соскок и т. д.). Вспомогательные (дополнительные) термины уточняют основные и указывают: способ выполнения упражнения (разгибом, силой, дугой); направление движения (вправо, влево, вперёд, назад и т. д.); условия опоры (на предплечьях, на голове и руках, на коленях, в стойке на руках и т. д.). Название упражнений обычно состоит из основного и дополнительных терминов. На первое место ставится основной термин, уточняющий смысловой признак движения, затем вспомогательные термины, которые конкретизируют движение и последовательность действий при его исполнении. **Исходные положения (И.П.)** - стойки (термин «стойки» имеет и значение в качестве термина акробатических упражнений) или иные положения, из которых выполняются упражнения.

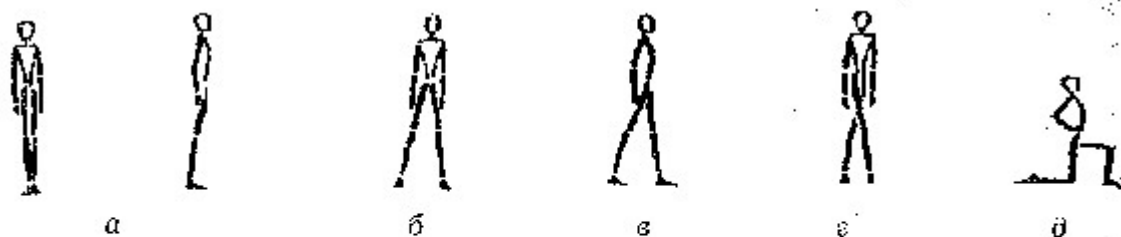


Рис. 1

fitnologia.com



Рис. 2

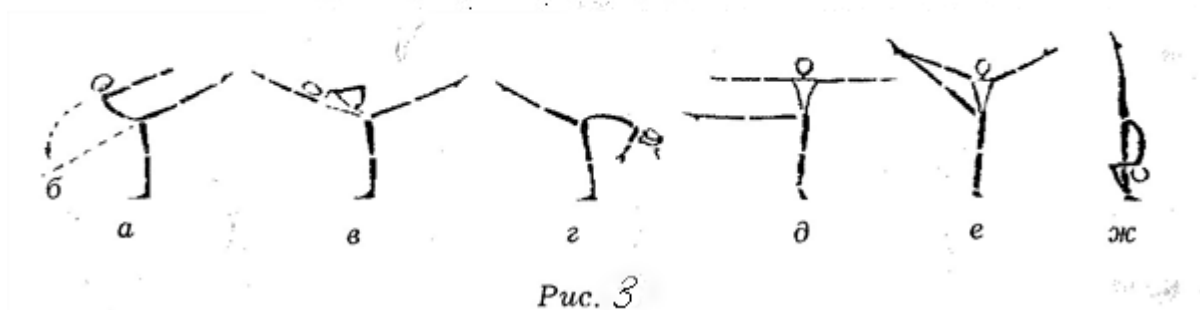


Рис. 3

Стойки: основная стойка (о.с. - стойка ноги вместе, руки вниз) соответствует строевой стойке (рис.1, а); стойка ноги врозь (рис.1, б); стойка ноги врозь правой (левой) (рис.1, в); стойка ноги врозь широкая (ноги разведены шире плеч); стойка ноги врозь широкая правой (левой); узкая стойка; скрестная стойка (рис.1, г); стойка на коленях; стойка на правом (левом) колене (рис.1, д); сомкнутая стойка (стопы сомкнуты); стойка правой (левой) вольно (шаг правой (левой) в стойку ноги врозь, руки за спину).

Наклон — термин, обозначающий сгибание тела. Различают: наклон вперёд (рис. 2, а); наклон прогнувшись (рис. 2, б); полунаклон (рис. 2, в); наклон вперёд-книзу (рис. 2, г); наклон назад; наклон назад касаясь (рис. 2, д); наклон в широкой стойке (рис. 2, е); наклон с захватом (рис. 2, ж); наклон вправо (влево); наклон к правой (левой) ноге.

Равновесие - устойчивое положение занимающегося на одной ноге. Различают равновесия: на правой (левой) (рис. 3, а); равновесие с наклоном (рис. 3, б (пунктирная линия)); боковое равновесие (рис. 3, в); заднее равновесие (с наклоном назад) (рис. 3, г); фронтальное равновесие (рис. 3, д); равновесие с захватом (рис. 3, е); равновесие шпагатом (рис. 3, ж); равновесие «крестом» и др.

Седы — положения сидя на полу или на снаряде. Различают: сед (рис. 4, а); сед ноги врозь (рис. 4, б); сед углом (рис. 4, в); сед углом ноги врозь; сед согнувшись (рис. 4, г); сед с захватом (рис. 4, д); сед на пятках или на правой (левой) пятке (рис. 4, е); сед на бедре; сед согнув ноги; сед в группировке; сед согнув ноги назад и др.



Рис. 4



Рис. 5

fitnologia.com



Рис. 6

Присед — положение занимающегося на согнутых ногах. Различают: присед (рис. 5, а); полуприсед (рис. 5, б); круглый присед (рис. 5, в); полуприсед наклонный (рис. 5, г); полуприсед с наклоном («старт пловца») (рис. 5, д); присед на правой (левой) (рис. 5, е) и др. **Выпад** — движение (или положение с выставлением и сгибанием опорной ноги). Различают: выпад правой (левой) (рис. 6, а); наклонный выпад (рис. 6, б); выпад вправо с наклоном (рис. 6, в); глубокий выпад (рис. 6, г); разноимённый выпад (указывается нога и направление выпада — выпад левой вправо, рис. 6, д); выпад назад.

Упоры - положения, в которых плечи находятся выше точек опоры. Различают: упор присев (рис. 7, а); упор на правом колене (рис. 7, б); упор на правом колене одноимённый (поднята одноимённая опорной ногой рука) и разноимённый; упор стоя согнувшись (рис. 7, в); упор лёжа; упор лёжа на предплечьях (рис. 7, г); упор лёжа сзади (рис. 7, д) и др.

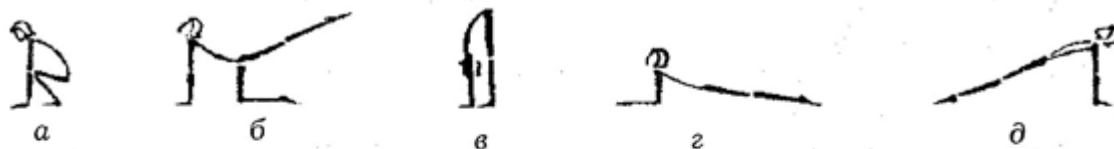


Рис. 7



Рис. 8

fitnologia.com

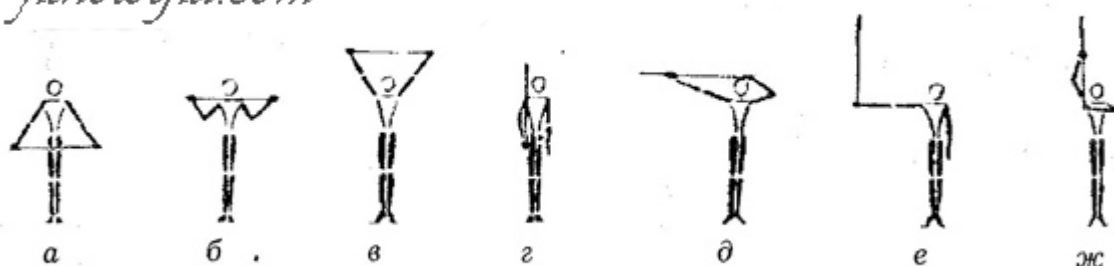


Рис. 9

Движения руками и ногами. Различают движения одновременные, поочерёдные и последовательные, а также одноимённые (правая рука начинает движение вправо), разноимённые (начало движения в противоположную сторону), параллельные (обеими руками), симметричные и несимметричные. Они выполняются в основных и промежуточных плоскостях прямыми и согнутыми руками. Во втором случае к термину добавляется термин «согнуть». Например, согнуть руки назад (рис. 8, а), согнуть руки в стороны (рис. 8, б). Этот же термин добавляется при сгибании ног. Например, согнуть правую (рис. 8, в), согнуть правую вперёд (рис. 8, г), согнуть правую назад (рис. 8, д), согнуть правую в сторону (рис. 8, е). **Положения рук:** руки на пояс, к плечам, за голову, перед грудью, скрестно (указывается какая рука сверху). Направление движения руками и ногами определяется по отношению к туловищу, независимо от его положения в пространстве. Движения руками: вверх, в сторону (вправо или влево), в стороны, назад, вперёд - в стороны, в сторону - книзу и др. **Положения ног** — правую (левую) вперёд (в сторону, назад) на носок; правую (левую) вперёд (в сторону, назад) - книзу; правую (левую) вперёд (в сторону, назад); правую (левую) вперёд (в сторону, назад) - кверху; правую (левую) вперёд (в сторону, назад) согнуть.

Круг — движение руками, ногами, туловищем, головой по окружности, а также ногами (ногой) над снарядом. При наименовании упражнений с предметами основным признаком служат положение предмета (его направление) и совершаемый им путь. Например, палку вверх или палку вперёд вертикально. Основные положения с гимнастической палкой: палку вниз (рис. 9, а); палку на грудь (рис. 9, б); палку вперёд-вверх (рис. 9, в); палку на голову; палку за голову; палку на лопатки и др.

Несимметричные положения с палкой принято называть следующим образом: палку к плечу (рис. 9, г); палку к плечу или на голову вправо (рис. 9, д); за голову вправо и др.;

если палка и рука не составляют прямой линии, то называют так: правую в сторону, палку вверх (рис. 9, е). Другие способы удержания палки указываются дополнительно. Например: палку к плечу или на грудь правым концом кверху (рис. 9, ж).

2. Классификация гимнастических элементов по сложности может быть проведена с учетом различных критериев. Вот несколько возможных способов классификации:

Техническая сложность:

- Простые элементы: базовые движения, легко освоенные начинающими гимнастами.
- Средняя сложность: более сложные комбинации и переходы, требующие отработки техники.
- Высокая сложность: сложные вращения, поддерживающие элементы, требующие высокого уровня координации и силы.

Акробатическая сложность:

- Низкая сложность: базовые акробатические элементы, такие как рукастанды и колеса.
- Средняя сложность: комбинации из нескольких связанных акробатических движений.
- Высокая сложность: сложные акробатические сочетания, требующие от гимнаста высокой гибкости и силы.

Сложность по требованиям к физической подготовке:

- Начальный уровень: элементы, доступные новичкам и тем, кто только начал тренироваться.
- Средний уровень: элементы, требующие определенного уровня физической подготовки и гибкости.
- Продвинутый уровень: сложные элементы, требующие высокой физической формы, силы и выносливости.

Сложность по риску и точности:

- Низкий риск: элементы, которые могут быть выполнены сравнительно легко и без большого риска травм.
- Средний риск: элементы, требующие более высокого уровня мастерства и аккуратности для избежания травм.
- Высокий риск: сложные элементы, которые могут быть опасными, и требуют высокой точности и техники.

Эти критерии могут использоваться в комбинации для более точной классификации гимнастических элементов. Важно также учитывать индивидуальные особенности гимнаста, его уровень подготовки и стиль выступления при оценке сложности элементов.

3. Оценка выступлений в гимнастике включает в себя разнообразные термины, описывающие технику, стиль, выражение и другие аспекты выступления. Вот некоторые из них:

Техника:

- Элементы: комбинации движений и трюков, такие как сальто, вращения, прыжки и равновесие.
- Линии: гармоничность и стиль движений, форма тела и вытянутость.

Выразительность:

- Музыкальность: способность синхронизировать движения с музыкой.
- Интерпретация: способность передать эмоциональное содержание программы.

Сложность:

- Сложность элементов: трюки и движения, требующие высокого уровня навыков.

- Комбинации: последовательность сложных элементов в программе.

Форма и Силовые Аспекты:

- Форма тела: контроль и правильность поз и положения тела.
- Сила: силовые требования для выполнения элементов.

Баланс и Координация:

- Равновесие: способность удерживать равновесие в различных положениях.
- Координация: гармония между различными движениями.

Артистизм:

- Грация: плавность и элегантность движений.
- Выражение: способность передавать эмоции и выражать индивидуальность.

Чистота Выполнения:

- Отсутствие ошибок: качество выполнения элементов без потери техники.

Оценка Судей:

- Судейские оценки: экспертное мнение судей по всем аспектам выступления.
- Дедукции: штрафы за ошибки и несоответствия.

4. При проведении строевых упражнений существует несколько ключевых принципов, которые обеспечивают эффективность и порядок в выполнении таких мероприятий:

Дисциплина: строй и порядок основаны на строгой дисциплине участников, подчинение командам и иерархии важно для поддержания единства.

Точность и Одновременность: упражнения выполняются точно и одновременно для создания единого и симметричного вида, все движения должны быть согласованы и синхронизированы.

Командование: командиры и командиры поддерживают контроль и направление через команды, команды должны быть ясными и легко воспринимаемыми для всех участников.

Равномерное Распределение: участники строя должны равномерно распределиться в соответствии с определенными стандартами, это обеспечивает устойчивость строя и симметрию.

Поддержание Ритма: выполнение упражнений в определенном ритме способствует единству и аккуратности, равномерное движение и смена позиций создают определенный темп.

Однородность: участники строя должны быть однородными по внешнему виду, форме и экипировке, это придает строю единый и профессиональный вид.

Синхронизация Звуков и Движений: в случае использования командных криков или звуков, они должны синхронизироваться с движениями участников.

Бдительность: участники должны быть внимательны и бдительны на протяжении всего мероприятия, реакция на команды и быстрое выполнение требований важны.

Эти принципы направлены на создание единого, дисциплинированного и эффективного строя, что особенно важно в военных, спортивных или церемониальных мероприятиях.

Эти термины помогают судьям и тренерам анализировать и оценивать выступления гимнастов в различных аспектах и формировать общую картину их работы.

5. Методика обучения строевым упражнениям обычно включает в себя ряд ключевых особенностей, чтобы эффективно развивать дисциплину, синхронность и устойчивость в выполнении учебных задач:

Демонстрация: инструктор или опытный участник демонстрирует правильное выполнение

строевых упражнений. Детальное и ясное показание правильной техники является важным этапом обучения.

Постепенное Усложнение: обучение начинается с базовых элементов и постепенно усложняется, включая более сложные движения и комбинации. Это позволяет учащимся постепенно улучшать свои навыки.

Разделение на Этапы: обучение строевым упражнениям разделяется на этапы, позволяя учащимся усваивать информацию и навыки постепенно, избегая перегрузки.

Индивидуальные Коррекции: инструктор осуществляет индивидуальные коррекции для каждого ученика, обеспечивая правильное выполнение упражнений и устраняя ошибки.

Командная Работа: обучение подразумевает работу в команде, где каждый участник выполняет свою роль. Это способствует развитию коллективного духа и взаимопонимания.

Повторение и Практика: основное внимание уделяется повторению упражнений и их систематической практике. Это помогает учащимся закрепить навыки и развить мускульную память.

Формирование Равномерности и Однородности: обучение направлено на формирование единого вида строя, включая одинаковую высоту, шаг и шаговую длину участников.

Обратная Связь: регулярная обратная связь от инструктора и соучеников помогает корректировать ошибки и поощрять прогресс.

Специфические Упражнения: в зависимости от конкретного вида строевых упражнений (военные, спортивные, театральные и т.д.), методика может включать специфические упражнения, направленные на развитие соответствующих навыков.

Эти особенности методики обучения способствуют эффективному формированию навыков и умений, необходимых для успешного выполнения строевых упражнений.

6. При проведении строевых упражнений могут возникнуть различные проблемы, и важно иметь понимание того, как с ними справиться:

Несинхронизированные Движения: участники могут испытывать трудности в синхронизации своих движений. **Решение:** Проведение дополнительных тренировок с акцентом на одновременное выполнение движений, использование метронома для поддержания ритма.

Проблемы с Дисциплиной: некоторые участники могут не соблюдать дисциплину или игнорировать команды. **Решение:** Установление четких правил и последующее применение мер дисциплинарного воздействия при необходимости.

Трудности в Работе в Команде: недостаток взаимопонимания и неэффективная командная работа могут стать проблемой. **Решение:** Тимбилдинговые мероприятия, упражнения, направленные на развитие командного духа и обмен опытом между участниками.

Технические Ошибки: неправильное выполнение элементов и технические ошибки могут влиять на общий вид строя. **Решение:** Регулярные индивидуальные коррекции от инструктора, детальное обучение правильной технике.

Физическое и Умственное Утомление: длительные тренировки могут привести к физическому и умственному утомлению. **Решение:** Разумное распределение времени тренировок, регулярные перерывы, уделяемые восстановлению.

Неудовлетворительный Внешний Вид Строя: отсутствие однородности, разные высоты и шаги участников могут влиять на эстетику строя. **Решение:** Регулярная проверка и

коррекция выравнивания, стандартизация шага и других параметров.

Проблемы с Оборудованием и Техникой: технические проблемы с оборудованием или формой могут возникнуть. Решение: Регулярная проверка оборудования, его обслуживание и обеспечение участников правильной экипировкой.

Отсутствие Мотивации: участники могут терять мотивацию из-за монотонности тренировок. Решение: Введение разнообразных тренировочных методик, поощрение и признание достижений.

Регулярная коммуникация между инструкторами и участниками, а также гибкость в адаптации методики к индивидуальным потребностям, помогут эффективно решать возникающие проблемы в процессе проведения строевых упражнений.

7. Общеразвивающие упражнения в гимнастике направлены на достижение различных целей, которые способствуют общему физическому развитию и укреплению организма. Некоторые из основных целей общеразвивающих упражнений в гимнастике включают в себя:

Укрепление Мышц и Суставов: общеразвивающие упражнения охватывают различные группы мышц, что способствует укреплению их тонуса, а также улучшению суставной подвижности.

Развитие Гибкости: гимнастика включает в себя множество упражнений, которые способствуют улучшению гибкости различных частей тела, что является важным аспектом общего физического развития.

Координация и Баланс: упражнения, требующие точности движений и равновесия, способствуют развитию координации и баланса.

Улучшение Общей Выносливости: регулярные общеразвивающие занятия способствуют укреплению сердечно-сосудистой системы, улучшению кровообращения и увеличению общей выносливости.

Формирование Правильной Постуры: упражнения, направленные на укрепление мышц корпуса, способствуют поддержанию правильной позы и предотвращению проблем со спиной.

Развитие Силы и Эндюранса: гимнастические элементы, такие как подтягивания, отжимания, прыжки и другие, способствуют развитию силы и выносливости.

Формирование Основ Здорового Образа Жизни: общеразвивающие упражнения способствуют формированию привычек к активному образу жизни, что важно для поддержания здоровья на долгосрочной перспективе.

Развитие Психомоторных Навыков: упражнения требуют не только физического, но и умственного усилия, способствуя развитию психомоторных навыков, таких как концентрация, внимание и реакция.

Стимуляция Развития Специфических Групп Мышц: гимнастические упражнения могут быть направлены на развитие конкретных групп мышц, что полезно для спортсменов и людей, занимающихся определенными видами деятельности.

Цели могут варьироваться в зависимости от возраста, уровня подготовки и индивидуальных потребностей учащегося.

8. Оценка эффективности проведения общеразвивающих упражнений может включать в себя различные критерии, которые отражают цели программы и индивидуальные потребности учащихся. Вот несколько аспектов, которые могут использоваться для

оценки эффективности:

Физическое Развитие: оценка уровня физической активности и физической формы учащихся, измерение прогресса в укреплении мышц, увеличении гибкости и улучшении выносливости.

Гибкость и Мобильность: использование тестов и измерений для оценки уровня гибкости и подвижности в суставах, сравнение результатов с начальным уровнем.

Координация и Баланс: наблюдение за уровнем координации и равновесия во время выполнения упражнений, применение специальных тестов для оценки координационных навыков.

Улучшение Постуры: оценка изменений в позе учащихся, сравнение осанки до и после участия в программе.

Силовой Прогресс: измерение уровня силы различных групп мышц с помощью подходящих тестов, оценка прогресса в выполнении упражнений, требующих силовых усилий.

Эндуранс и Выносливость: оценка уровня выносливости через тесты на выносливость или продолжительность выполнения упражнений, сравнение результатов по мере улучшения физической формы.

Общий Уровень Удовлетворенности: опросы или обратная связь от учащихся по поводу уровня удовлетворенности программой и ее влияния на их физическое состояние и благосостояние.

Соблюдение Рекомендаций и Регулярность Упражнений: оценка степени соблюдения учащимися рекомендаций и регулярности выполнения упражнений, анализ факторов, влияющих на уровень участия.

Психологическое Благополучие: оценка эмоционального состояния учащихся и их психологического благополучия, использование анкет или бесед для выявления изменений в общем настроении и мотивации.

Эффективность общеразвивающих упражнений может быть оценена как индивидуально для каждого участника, так и в общем для группы. Важно учитывать разнообразные аспекты физического и психологического развития для более полного понимания результатов программы.

9. Обучение общеразвивающим упражнениям включает в себя применение различных методических приемов, направленных на эффективное усвоение навыков и достижение поставленных целей. Ниже представлены некоторые методические приемы, используемые при обучении общеразвивающим упражнениям:

Демонстрация: инструктор демонстрирует правильное выполнение упражнения, обращая внимание на технику и форму.

Постепенное Усложнение: упражнения начинаются с базовых элементов, затем постепенно усложняются, чтобы учащиеся могли постепенно адаптироваться к новым навыкам.

Разъяснение Целей: инструктор четко объясняет цели упражнения, подчеркивая, как это способствует общему физическому развитию.

Использование Моделей: использование успешных моделей, которые могут вдохновить учащихся и показать, что эффективность достижения целей вполне возможна.

Индивидуальные Коррекции: инструктор предоставляет индивидуальные коррекции,

помогая учащимся правильно выполнять упражнения и предотвращая ошибки.

Повторение и Постоянство: постоянные повторения помогают закрепить навыки, а постоянство в тренировках способствует постепенному улучшению.

Интерактивные Задания: задания, требующие обратной связи от учащихся, также могут быть использованы для повышения вовлеченности и понимания.

Групповая Работа: упражнения, направленные на групповую деятельность, могут стимулировать взаимодействие и взаимопомощь.

Использование Технологий: видеоанализ, мобильные приложения и другие технологические средства могут быть использованы для визуализации и обратной связи.

Постановка Целей: установка индивидуальных и групповых целей помогает мотивировать учащихся и обеспечивает фокусировку на конечных результатах.

Разнообразие Упражнений: варьирование упражнений и подходов помогает избежать монотонности и увлекает учащихся.

Обратная Связь: регулярная обратная связь от инструктора и соучеников является важным элементом для коррекции ошибок и поощрения прогресса.

Использование этих методических приемов в сочетании может создать эффективную и мотивирующую обучающую среду для общеразвивающих упражнений.

10. Акробатические упражнения включают в себя разнообразные элементы, объединенные в сложные и гармоничные комбинации. Эти элементы подразделяются на несколько категорий в зависимости от их характеристик и трудности. Вот некоторые из основных элементов, которые могут входить в акробатические упражнения:

Подъемы и Поддержки:

- Поднимание: поддержка одного акробата другим в различных положениях (например, стойка на руках).
- Лифтинг: поднятие партнера в воздух, иногда с поворотами или вращениями.

Сальто и Вращения:

- Форвард Сальто: переворот вперед через голову.
- Бэквард Сальто: переворот назад через голову.
- Вращения: повороты вокруг своей оси во время прыжков или в подъемах.

Пирамиды и Фигуры:

- Пирамиды: строение из нескольких акробатов, образующих стабильную конструкцию.
- Фигуры: укладывание тел акробатов в сложные и художественные формы.

Балансировка:

- Стойка на Руках: удержание позы на руках, часто с использованием поддержки другого акробата.
- Баланс на Голове: удержание позы, опираясь на голову.

. Гимнастические Элементы:

- Шпагаты и Спагаты: различные варианты шпагатов и спагатов в упражнениях.
- Гимнастические Подходы: элементы, характерные для гимнастики, такие как кувырок, ролет и другие.

Акробатические Прыжки:

- Прыжки в Партнере: прыжки с использованием поддержки или взаимодействия с другим акробатом.
- Проходы: прыжки с обходом друг друга или проходами сквозь друг друга.

Контактные Игры:

- Контактные Импровизации: совместные движения, где акробаты взаимодействуют друг с другом, поддерживая физический контакт.

Групповые Элементы:

- Синхронные Движения: согласованные движения нескольких акробатов.
- Групповые Пирамиды: сложные конструкции, включающие три или более участников.

Эти элементы используются для создания уникальных и впечатляющих акробатических выступлений. Точный выбор элементов зависит от уровня подготовки участников, их физических возможностей и характера акробатического номера.

11. Обучение акробатическим элементам включает в себя поэтапный подход, начиная от базовых навыков и постепенно переходя к более сложным элементам. Вот общие этапы обучения акробатике:

Разминка и подготовка тела: разминка и растяжка для предотвращения травм, укрепление основных групп мышц.

Освоение базовых поз и стойки: освоение базовых стоек (например, головная стойка, руки-ноги), изучение правильного положения тела в базовых позах.

Техника безопасности: обучение правилам безопасности при выполнении акробатических элементов, освоение правильного падения и переката.

Освоение базовых элементов: учеба простых элементов, таких как кувырок, сальто вперед, сальто назад, освоение базовых связок и комбинаций.

Развитие баланса и координации: тренировка баланса в различных позах, работа над координацией движений.

Обучение флексии и упругости: развитие гибкости в спине, ногах и плечах, упражнения для улучшения упругости.

Продвинутые элементы: освоение сложных акробатических элементов, таких как сальто вперед с вращением, шпагаты в воздухе и т.д., тренировка более сложных связок и комбинаций.

Синхронизация с партнером: обучение взаимодействию с партнером в парных акробатических элементах, работа над синхронизацией движений.

Работа над выносливостью: тренировка для увеличения выносливости и устойчивости во время выполнения сложных элементов.

Работа над хореографией: создание хореографии с использованием освоенных элементов, работа над выразительностью и стилевым исполнением.

Важно помнить, что обучение акробатике требует терпения, регулярных тренировок и соблюдения всех мер безопасности. При выполнении сложных элементов рекомендуется проконсультироваться с опытным тренером.

12. Предотвращение травм при обучении акробатическим упражнениям важно для обеспечения безопасности тренирующихся. Вот несколько рекомендаций:

Прогрев и растяжка: регулярно проводите разминку и растяжку перед тренировкой. Это помогает улучшить гибкость мышц, суставов и связок, что снижает риск травм.

Постепенное увеличение нагрузки: постепенно увеличивайте сложность упражнений и элементов. Это позволяет телу приспособливаться к новым нагрузкам и уменьшает вероятность травм.

Техника выполнения: уделяйте внимание правильной технике выполнения упражнений.

Неправильное выполнение может привести к травмам. Работайте с опытным

инструктором, который сможет корректировать вашу технику.

Использование защиты: при выполнении некоторых элементов или в определенных условиях используйте защитное оборудование, такое как подушки, пояса безопасности или другие средства.

Безопасная поверхность: убедитесь, что тренировки проводятся на подходящей поверхности, предотвращающей скольжение. Маты, обручи или специальные акробатические дорожки могут уменьшить риск травм.

Работа с тренером: получайте обучение под руководством опытного тренера, который сможет оценить ваш уровень подготовки, предостеречь от ошибок и дать индивидуальные рекомендации.

Отдых и восстановление: предоставляйте своему телу достаточно времени для отдыха и восстановления после тренировок. Регулярный отдых помогает предотвратить переутомление и связанные с ним травмы.

Постоянный мониторинг состояния здоровья: будьте внимательны к своему физическому состоянию. При наличии болей или дискомфорта обращайтесь за медицинской помощью.

Соблюдение этих рекомендаций поможет создать безопасное окружение для обучения акробатическим упражнениям и снизить риск травм.

13. Гимнастика - это уникальный вид физической активности, который способствует развитию различных физических качеств. Вот некоторые из них:

Сила: гимнастика требует развития силы, особенно в мышцах корпуса, рук и ног. Выполнение разнообразных элементов и упражнений требует от тренирующегося развития силы как в статических, так и в динамических упражнениях.

Гибкость: гимнастика способствует улучшению гибкости. Элементы, такие как спины, различные стойки и вращения, требуют гибкости в различных частях тела.

Координация и баланс: практика гимнастики помогает развивать координацию движений и улучшать баланс. Это особенно важно при выполнении сложных элементов и упражнений.

Выносливость: гимнастика требует хорошей выносливости, так как многие упражнения могут быть физически интенсивными и продолжительными.

Ловкость и скорость: многие гимнастические элементы требуют от тренирующегося ловкости и скорости. Это включает в себя быстрые повороты, вращения и точные движения.

Самоконтроль и дисциплина: гимнастика требует высокого уровня самоконтроля и дисциплины. Этот аспект также способствует развитию характера и самодисциплины.

Развитие мышц и костной системы: гимнастика влияет на развитие мышц и укрепление костной системы, особенно у детей в период активного роста.

Психологическое благополучие: практика гимнастики способствует психологическому благополучию, включая улучшение настроения, снижение стресса и укрепление психологической устойчивости.

Общий эффект гимнастики на физическое состояние организма зависит от интенсивности тренировок и систематичности их проведения.

14. Интеграция гимнастики в индивидуальные занятия физкультурой может быть эффективной, предоставляя учащимся возможность развивать разнообразные физические качества. Вот несколько методов, которые можно применять:

Персонализированный подход: разрабатывайте программу тренировок, учитывая индивидуальные цели, физическую подготовку и возможности учащегося. Это может включать в себя учет особенностей здоровья, уровня подготовки и предпочтений.

Использование учебных видеороликов: для дополнительной поддержки индивидуальных занятий можно предоставлять учащимся доступ к учебным видеороликам с демонстрацией правильной техники выполнения гимнастических элементов.

Учет возрастных особенностей: приспосабливайте уровень сложности гимнастических упражнений и элементов в зависимости от возраста и физической формы учащегося. Детям и взрослым могут потребоваться разные подходы.

Интеграция гимнастики в общую программу тренировок: включайте элементы гимнастики в общую программу тренировок. Например, можно сочетать гимнастические упражнения с кардиотренировками, силовыми упражнениями и растяжкой.

Формирование персональных достижений: помогайте учащимся устанавливать и отслеживать свои персональные достижения в гимнастике. Это может повысить их мотивацию и заинтересованность в занятиях.

Использование приспособлений: при необходимости используйте различные гимнастические приспособления, такие как маты, обручи, турники и др., чтобы сделать занятия более разнообразными и интересными.

Индивидуальные консультации с тренером: организуйте индивидуальные консультации с опытным тренером, который сможет адаптировать занятия под потребности и цели каждого ученика.

Поддержка мотивации: стимулируйте мотивацию учащихся через поощрения, установку коротких и долгосрочных целей, а также подчеркивание прогресса в их индивидуальных достижениях.

Эффективная интеграция гимнастики в индивидуальные занятия физкультурой требует гибкости и адаптации методов под потребности каждого учащегося.

15. Измерение эффективности использования гимнастики в индивидуальных и военных спортивных комплексах включает в себя несколько аспектов:

Физические показатели: оценка физических параметров учащихся, таких как сила, гибкость, выносливость, координация и баланс. Это может включать в себя проведение тестов, измеряющих эти характеристики до начала тренировок и в процессе их проведения.

Достижение целей: оценка того, насколько эффективно гимнастика помогает достигать поставленных целей. Эти цели могут варьироваться от улучшения физической формы до освоения сложных гимнастических элементов.

Медицинские показатели: отслеживание здоровья учащихся, включая предотвращение травм и поддержание общего физического благополучия. Медицинские обследования и регулярные консультации могут быть важными критериями.

Прогресс в технике выполнения: оценка улучшения техники выполнения гимнастических элементов и упражнений. Трекинг прогресса в выполнении сложных движений может служить показателем эффективности.

Самооценка и обратная связь: получение обратной связи от учащихся о том, как они воспринимают занятия гимнастикой, а также их собственную оценку своего физического состояния и прогресса.

Участие и регулярность занятий: оценка уровня участия и регулярности занятий

гимнастикой. Эффективность программы может быть измерена тем, насколько часто учащиеся принимают участие в тренировках.

Сравнение с бенчмарками: сравнение результатов учащихся с предварительно установленными бенчмарками или стандартами, чтобы оценить, насколько хорошо они соответствуют ожиданиям.

Участие в соревнованиях: если это возможно, оценка участия и успехов учащихся в соревнованиях по гимнастике может служить показателем эффективности программы.

Удовлетворенность учащихся: измерение уровня удовлетворенности учащихся программой гимнастики. Опросы и обратная связь помогут понять, насколько учащиеся довольны качеством занятий.

Комплексный подход к измерению эффективности помогает более точно оценить влияние гимнастики на физическое развитие и общее благополучие учащихся.

16. Гимнастическая терминология охватывает различные аспекты этого вида спорта, включая элементы, движения, позы и технические аспекты. Вот несколько тем, которые охватывает гимнастическая терминология:

Элементы и упражнения:

- Сальто: Вращение или переворот в воздухе.
- Вращение: Поворот тела вокруг своей оси.
- Связка: Серия последовательных элементов, выполняемых без перерыва.
- Рулетка: Оборот тела вокруг вертикальной оси с поднятыми ногами.

Спортивное снаряжение:

- Турник: Горизонтальная или вертикальная бруска для выполнения элементов.
- Мат: Мягкое покрытие для безопасного выполнения элементов на полу.
- Батут: Упругая поверхность для выполнения высоких прыжков и сальто.

Позы и стойки:

- Головная стойка: Стойка на голове, поддерживающая вес тела.
- Сплит: Разведение ног в стороны, формируя прямой угол между ними.
- Рыбий йог: Поза с изогнутой спиной и поднятыми ногами.

Технические термины:

- Рычаг: Использование руки или ноги в качестве планки для выполнения элементов.
- Амплитуда: Размах движения или высота прыжка.
- Синхронизация: Выполнение элементов в точном темпе с партнером.

Фигуры и композиции:

- Шпагат: Разведение ног в разные стороны на максимальное расстояние.
- Пирамида: Фигура, создаваемая несколькими участниками, стоящими один на другом.
- Поза арабеск: Поза, при которой одна нога поднимается назад, а верхняя часть тела наклонена вперед.

Судейские термины:

- Оценочный лист: Документ, на котором судьи ставят оценки за выполнение элементов.
- Нейтральное положение: Исходная стойка участника перед выполнением элемента.
- Бонусы: Дополнительные баллы, предоставляемые за выполнение сложных элементов.

Эти термины представляют лишь небольшую часть гимнастической терминологии, которая широко используется для описания и анализа разнообразных аспектов гимнастики.

17. Проведение строевых упражнений, особенно в военной области, требует определенных методических подходов для эффективной организации и контроля. Вот некоторые методические особенности проведения строевых упражнений:

Подготовка и разминка: перед началом строевых упражнений важна подготовка и разминка участников. Это помогает предотвратить травмы и улучшить общую физическую подготовку.

Ясные инструкции и команды: инструкции и команды должны быть ясными, точными и понятными. Они должны даваться четко и уверенно, чтобы участники могли следовать им без путаницы.

Разделение на отряды и подразделения: участников строевых упражнений можно разделить на отряды или подразделения с целью организации их работы, обучения синхронизации движений и повышения эффективности.

Точность и синхронизация: основное внимание уделяется точности и синхронизации выполнения движений. Это важно для создания единого и профессионального вида строя.

Тренировки по инструкциям: участники должны регулярно тренироваться по инструкциям и командам. Это помогает им лучше понимать и запоминать последовательность действий.

Обратная связь и коррекция: постоянная обратная связь от инструкторов или руководителей помогает участникам корректировать свои движения и достигать лучших результатов.

Контроль построения и формирования: регулярный контроль правильности построения и формирования группы в строевом порядке. Это включает в себя проверку интервалов, расстояний и общего вида строя.

Управление темпом и ритмом: работа с темпом и ритмом движений важна для создания единого вида и обеспечения точности выполнения упражнений.

Учет особенностей участников: учтите физические особенности участников, чтобы адаптировать тренировки к их индивидуальным возможностям и предотвратить травмы.

Внимание к дисциплине: поддержание дисциплины важно для эффективного проведения строевых упражнений. Участники должны следовать инструкциям и поддерживать порядок.

Эти методические особенности обеспечивают систематизированный и эффективный процесс проведения строевых упражнений, особенно в военных и подобных контекстах.

18. Оценка эффективности общеразвивающих упражнений в гимнастике основывается на нескольких принципах:

Целенаправленность: упражнения должны соответствовать конкретным целям и задачам, стоящим перед тренировочным процессом. Четкость постановки целей помогает оценить, насколько эффективно упражнения ведут к их достижению.

Систематичность и регулярность: эффективность достигается через регулярные и систематические тренировки. Постоянство в занятиях способствует устойчивому прогрессу и развитию.

Индивидуализация: учет индивидуальных особенностей учащихся позволяет адаптировать упражнения к их физическим возможностям и целям. Индивидуализация способствует более эффективному обучению и развитию.

Прогрессивность: прогрессивность предполагает постепенное усложнение упражнений и

тренировочных программ с течением времени. Этот принцип позволяет поддерживать постоянный вызов и мотивацию для достижения новых результатов.

Сбалансированность: занятия должны включать в себя разнообразные упражнения, которые охватывают различные аспекты физического развития. Сбалансированность помогает предотвратить переутомление и обеспечивает комплексное развитие.

Безопасность: эффективные упражнения должны быть безопасными для выполнения.

Правильная техника, использование правильного оборудования и соблюдение мер предосторожности содействуют уменьшению риска травм.

Мотивация: эффективные упражнения должны поддерживать мотивацию учащихся.

Интересные и вызывающие упражнения помогают сохранять учебный энтузиазм и участие в тренировках.

Обратная связь: постоянная обратная связь от инструктора или тренера помогает учащимся лучше понимать, как они выполняют упражнения, и корректировать свои движения для улучшения результатов.

Вариативность: вариативность упражнений обогащает тренировочный процесс, предоставляя разнообразные подходы к достижению целей и удерживая интерес к занятиям.

Эти принципы совместно обеспечивают эффективность общеразвивающих упражнений в гимнастике, способствуя полноценному физическому развитию учащихся.

19. Обучение акробатическим упражнениям от базовых к сложным требует поэтапного и систематического подхода. Вот некоторые методы, которые могут быть использованы:

Деление на этапы: разбивайте каждое упражнение на этапы или фазы. Начинайте с освоения базовых элементов и постепенно переходите к более сложным.

Постепенное усложнение: увеличивайте сложность упражнений постепенно. Это может включать в себя добавление вращений, изменение положения тела или увеличение высоты элементов.

Использование прогрессий: прогрессии - это вариации упражнений с постепенным усложнением. Например, начните с выполнения элемента на низкой высоте, затем переходите к более высокой.

Обучение базовым элементам: посвятите достаточно времени освоению базовых элементов, таких как стойки, роллы, флексы и т.д. Эти фундаментальные навыки являются основой для более сложных упражнений.

Индивидуальные коррекции: предоставляйте индивидуальные коррекции и рекомендации каждому ученику. Такие коррекции помогут улучшить технику выполнения и предотвратить ошибки.

Тренировка с партнером: включайте упражнения, которые требуют взаимодействия с партнером. Это развивает доверие, синхронизацию и координацию между партнерами.

Использование оборудования: внедряйте различные виды оборудования, такие как маты, подручные средства и другие приспособления. Это может предоставить дополнительные возможности для тренировки и разнообразия в упражнениях.

Постоянный мониторинг прогресса: оценивайте прогресс учеников регулярно. Это поможет определить, когда они готовы переходить к более сложным упражнениям.

Групповые занятия: организуйте групповые тренировки, где ученики могут наблюдать за выполнением упражнений другими и обмениваться опытом.

Постоянное обучение: поддерживайте постоянное обучение и изучение новых элементов. Это стимулирует интерес и помогает сохранять мотивацию учеников.

Комбинирование этих методов обеспечивает систематичное и прогрессивное обучение акробатическим упражнениям, помогая ученикам развивать навыки от базовых к более сложным.

20. Организация и проведение занятий по гимнастике в институтах внутренних войск (ИВВ) обычно учитывают специфику требований, связанных с физической подготовкой военнослужащих. Ниже приведены особенности организации и методики проведения таких занятий:

Адаптация к военной подготовке: гимнастические занятия в ИВС могут включать элементы, направленные на развитие физических качеств, важных для службы в вооруженных силах. Это может включать в себя упражнения, повышающие выносливость, силу, гибкость и координацию.

Специфика военного оборудования: гимнастические упражнения могут быть адаптированы к использованию военного оборудования, такого как турники, лестницы и другие элементы, которые встречаются в военных условиях.

Функциональность движений: упражнения в гимнастике могут быть ориентированы на развитие функциональных движений, которые полезны в военных сценариях. Например, подъем по веревке или прыжки с препятствиями.

Комплексный характер тренировок: занятия гимнастикой в ИВС могут быть включены в общий комплекс физической подготовки, который также включает кардиотренировку, силовые тренировки и тактическую подготовку.

Специализированные требования: учитываются специализированные требования военных задач. Например, развитие навыков маневрирования в ограниченном пространстве, преодоление препятствий или поддержание физической подготовки для ношения военной экипировки.

Безопасность и травмопрофилактика: особое внимание уделяется безопасности упражнений и травмопрофилактике, так как физическая подготовка в ИВС требует от участников сохранения высокого уровня физического здоровья.

Использование индивидуального и группового обучения: занятия могут включать в себя индивидуальные тренировки, а также групповые упражнения для развития коллективной подготовки и взаимодействия.

Адаптация к разным уровням подготовки: методика обучения учитывает разные уровни физической подготовки участников, предоставляя индивидуализированные и адаптированные подходы для всех.

Взаимодействие с другими аспектами военной подготовки: гимнастика интегрируется с другими аспектами военной подготовки, такими как тактика, стрельба, обучение военному делу и т.д., чтобы создать комплексную подготовку.

Эти особенности подчеркивают важность интеграции гимнастики в общую структуру физической подготовки в условиях ИВС, с учетом особых потребностей и требований военной службы.

3.3. Практические задания к экзамену:

1. Создайте глоссарий с основными терминами, используемыми в гимнастике, предоставив их определения и примеры использования.
2. Разделите гимнастические элементы на категории сложности, обоснуйте свой выбор для

каждой категории.

3. Разработайте систему оценки выступлений в гимнастике, включая критерии и методы оценки.
4. Сформулируйте основные принципы проведения строевых упражнений и приведите примеры их применения.
5. Подготовьте учебное пособие с методикой обучения строевым упражнениям, включая последовательность шагов и рекомендации.
6. Идентифицируйте возможные проблемы, с которыми может столкнуться инструктор при проведении строевых упражнений, и предложите методы их решения.
7. Составьте список целей, которые ставятся перед общеразвивающими упражнениями в гимнастике, и объясните их значимость.
8. Разработайте критерии и методы оценки эффективности общеразвивающих упражнений, включая критерии физического развития.
9. Опишите несколько методических приемов, которые можно использовать при обучении различным общеразвивающим упражнениям.
10. Изучите основные акробатические элементы и разработайте план обучения от базовых к сложным, включая тренировочные упражнения.
11. Опишите этапы обучения акробатическим элементам, начиная с базовых уровней и постепенно усложняя упражнения.
12. Составьте рекомендации по предотвращению травм при обучении акробатическим упражнениям, включая упражнения на растяжку и укрепление мышц.
13. Изучите, какие физические качества развиваются с помощью гимнастики, и разработайте тренировочную программу для их улучшения.
14. Предложите методы интеграции гимнастики в индивидуальные тренировки, учитывая цели и уровень подготовки ученика.
15. Разработайте систему измерения эффективности использования гимнастики для развития физических качеств в индивидуальных и военных спортивных комплексах.

Эталоны ответов на практические задания

1. Глоссарий с основными терминами, используемыми в гимнастике.
2. Обоснование выбора для каждой категории гимнастических элементов.
3. Система оценки выступлений в гимнастике, включая критерии и методы оценки.
4. Основные принципы проведения строевых упражнений и примеры их применения.
5. Учебное пособие с методикой обучения строевым упражнениям, включая последовательность шагов и рекомендации.
6. Возможные проблемы, с которыми может столкнуться инструктор при проведении строевых упражнений, и предложите методы их решения.
7. Список целей, которые ставятся перед общеразвивающими упражнениями в гимнастике, и объясните их значимость.
8. Критерии и методы оценки эффективности общеразвивающих упражнений, включая критерии физического развития.
9. Опишите методических приемов, которые можно использовать при обучении различным общеразвивающим упражнениям.
10. План обучения от базовых к сложным, включая тренировочные упражнения.
11. Этапы обучения акробатическим элементам, начиная с базовых уровней и постепенно

усложняя упражнения.

12. Рекомендации по предотвращению травм при обучении акробатическим упражнениям, включая упражнения на растяжку и укрепление мышц.

13. Разработка тренировочной программы.

14. Методы интеграции гимнастики в индивидуальные тренировки, учитывая цели и уровень подготовки ученика.

15. Система измерения эффективности использования гимнастики для развития физических качеств в индивидуальных и военных спортивных комплексах.

4.Комплект билетов.

5.Экзаменационная ведомость.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 1. выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ПК 1.1-1.4	Выполняет профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимают сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся. Проводить учебные занятия по физической культуре. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
У 2. использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного	Использует терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного

развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ПК 1.5, 1.7, 2.6	развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
У.3 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ПК 2.4	Применяет приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений. Оценивают риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. Самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся
У.4 использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ПК 1.6, 2.1	Использует оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации. Осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. Осуществляют профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. Строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей

	состояния здоровья обучающихся. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
У.5 проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ПК 2.2, 2.3, 2.5, 3.1, 3.3	Проводит тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
Знать:	
3.1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9.	Владеет техникой профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
3.2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности; ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии,	Владеет основами судейства по базовым и новым видам физкультурноспортивной деятельности. Организовывают собственную деятельность, определять методы решения

проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
3.3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Владеет терминологией базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. Осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. Используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
3.4 деятельности технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки; ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Владеет техникой безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки. Оценивают риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
3.5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеет методикой проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Образец билета:

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»		
Утверждаю Заместитель директора (Ф.И.О.) (подпись) «___» _____ 20__ г.	Экзаменационный билет №1 по УД (индекс, название) Группа (ы) _____ Специальность: код, название	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) (подпись) «___» _____ 20__ г.
1. Какие основные термины используются в гимнастике? 2. Создайте глоссарий с основными терминами, используемыми в гимнастике, предоставив их определения и примеры использования.		

Критерии оценки ответов обучающихся (например):

Оценка 5 «отлично» - продемонстрирован высокий уровень знаний, правильно решена практико-ориентированная задача (на примере разработанных материалов).

Оценка 4 «хорошо» - продемонстрировано хороший уровень знаний, владение содержанием теоретического вопроса билета, правильно решена практико-ориентированная задача (на примере разработанных материалов).

Оценка 3 «удовлетворительно» - продемонстрировано понимание основного содержания теоретического вопроса билета, частично решена практико-ориентированная задача.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - не продемонстрировано владение знаниями, не решена практико-ориентированная задача.

6. Экзаменационная ведомость.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП. 11 Теория и история физической культуры

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» программы учебной дисциплины ОП.11. «Теория и история физической культуры».

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Степанюк Александр Юрьевич, преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания в ходе текущего контроля
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины ОП.11 «Теория и история физической культуры» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

- 31 понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;
- 32 историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;
- 33 методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки;
- 34 средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности;
- 35 основы теории обучения двигательным действиям;
- 36 теоретические основы развития двигательных способностей;
- 37 особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);
- 38 сущность и функции спорта;
- 39 средства и методы спортивной тренировки их возможности в решении задач спортивной тренировки;
- 310 основные разделы спортивной подготовки;
- 311 тренировочные и соревновательные нагрузки;
- 312 основы теории соревновательной деятельности;
- 313 -проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в учебных образовательных учреждениях.

Обучающийся должен уметь:

- У1. использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;
- У2 правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта;
- У3 оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки;
- У4 находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач.
- У5 осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
- У6 строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм;
- У7 владеть базовыми и новыми видами физкультурно- спортивной деятельности;
- У8 использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий.

Личностные результаты

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Принимающий семейные ценности своего народа, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	ЛР 4
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их

работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является дифференцированный зачет

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 1 - Использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности; ОК 1,2, 5, 6, 7, 8, 10, 11 ПК 3.1, 3.3 .	- применение знаний истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности - умеет организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество -использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. - работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса

	- самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации - осуществляет профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей - строит профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм - выбирает учебно-методический комплект, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - оформляет педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений
У 2. правильно использовать терминологию в области физической культуры и спорта ОК 4, 5 ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3	- правильное применение терминологии в области физической культуры и спорта - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - проводит учебные, внеурочные занятия и мероприятия по адаптивной физической культуре (соблюдает структуру, отбирает содержание) - планирует, отбирает методы и формы педагогического контроля, оценивает процесс и результаты учения

	- ведет документацию, обеспечивающую процесс обучения адаптивной физической культуре - планирует внеурочные мероприятия и занятия обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. - выбирает учебно-методический комплект, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов - оформляет педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
УЗ. Оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1.	- определение постановки цели и задач, педагогических возможностей и эффективности применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной тренировки - умеет организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях - работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организывает и

	контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществляет профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей - планирует учебные и внеурочные занятия - планирует, отбирает методы и формы педагогического контроля, оценивает процесс и результаты учения - мотивирует обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. - осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. - выбирает учебно-методический комплект, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся
У4. Находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач ОК 1 – 2, 4, 5, 6, 9, 10, 11 ПК 1.4, 3.1, 3.2, 3.3	-определение и исследование информации по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач - понимание сущности и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес

	- осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество -использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами -осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей - строит профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм - анализирует учебные занятия - выбирает учебно-методический комплект, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов

	- оформляет педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений
У.5 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей	
У.6 Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм	
У.7 Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности	
У.8 использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий	
Знать:	
31. Понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий 32. Историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; 33. Методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки; 34 Средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности; 35. Основы теории обучения двигательным действиям	- определяет основные понятия теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий, устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта - описывает историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - перечисляет и объясняет сущность принципов физического воспитания, спортивной тренировки - даёт определение понятиям «средства, методы формирования физической культуры личности, «физические упражнения», «техника физических упражнений перечисляет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности; описывает особенности средств, методов формирования физической культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности; перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений;

3 6. Теоретические основы развития физических способностей	- даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»; - перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка, перечисляет этапы обучения двигательному действию, определяет особенности этапов обучения двигательному действию;
3 7. Особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья)	- даёт определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость», перечисляет и объясняет закономерностей развития двигательных способностей; описывает формы проявления двигательных способностей; объясняет особенности методики развития двигательных способностей;
3 8. Сущность и функции спорта;	-определяет значение занятий физическими упражнениями для различных категорий, занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);
3 9. Средства и методы спортивной тренировки, их возможности в решении задач спортивной тренировки	- определяет цели, задач, направленности занятий физическими упражнениями и особенности занятий с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);
3 10. Основные разделы спортивной подготовки;	- даёт определение понятию «спорт»; - перечисляет функции спорта;
3 11. Тренировочные и соревновательные нагрузки;	-перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки;
3 12 основы теории соревновательной деятельности	-описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их возможности в решении задач спортивной тренировки;
	- даёт определение понятиям «техническая подготовка», «тактическая подготовка», «физическая подготовка», «психологическая подготовка», определяет цели, задачи, средства и методы технической, тактической, физической, психологической подготовки;
	- определяет понятия «тренировочная и соревновательная нагрузка»;

3 13 Проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях	- даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат», -перечисляет признаки соревновательной деятельности, перечисляет функций соревновательной деятельности, описывает классификацию спортивных соревнований; перечисляет критерии измерения и понимает проблемы и определяет пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях.

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Основы теории физической культуры				
Тема 1.1 Введение в теорию физической культуры	У2 31 ОК 4, 5 ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3 ЛР 1-4	-устный опрос - тестирование - практическая работа	У1 - 5 3 1 -17 ОК 2-10 ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.5, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3 ЛР 1-7,13-16	3 семестр – дифференцированный зачёт
Тема 1.2 Средства формирования физической культуры личности	У2-4 34 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1. ЛР5-7	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 1.3. Методы формирования физической культуры личности	У 2-4 34 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10	-устный опрос - тестирование		

	ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1. ЛР5-7,13-16	- письменное контрольное задание		
Тема 1.4. Методические принципы занятий физическими упражнениями	У2-4 33 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1. ЛР5-7, 13-16	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 1.5. Основы теории обучения двигательным действиям	У2-4 35 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1 ЛР5-7, 13-16	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 1.6. Основы развития физических способностей	У2-4 3.6 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1 ЛР5-7, 13-16	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 1.7. Формы построения занятий физическими упражнениями	У2-7 3.7 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1 ЛР5-7, 13-16	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 1.8. Особенности занятий физическими упражнениями с	У2-7 3.7 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10,	-устный опрос - тестирование		

различными категориями занимающихся	ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1 ЛР5-7,13-16	- письменное контрольное задание		
Раздел 2. История физической культуры и спорта				
Тема 2.1. История физической культуры и спорта зарубежных стран	У3 31 ОК 4, 5 ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3 ЛР 1-5, 8-12	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У1 - 5 3 1 -17 ОК 2-10 ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.5, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3 ЛР 1-5,8-12	
Тема 2.2. История физической культуры и спорта в России	У4 32 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1. ЛР 1-5, 8-12	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 2.3 История международного олимпийского движения	У4 34- 39 ОК 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1. ЛР 1-5, 8-12	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Раздел 3. Теория и методика спорта				
Тема 3.1 Спорт в системе физической культуры	У4-У5 314, 317 ОК 1 - 11 ПК 1.1., 1.3, 1.4, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1 – 3.3 ЛР 6-12,17-20	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У4-У5 314- 317 ОК 1 - 11 ПК 1.1., 1.3, 1.4, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1 – 3.3 ЛР 6-12, 17-20	

Тема 3.2 Основы теории соревновательной деятельности	У4-У5 315, 317 ОК 1 - 11 ПК 1.1., 1.3, 1.4, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1 – 3.3 ЛР 6-12, 17-20	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 3.3 Основы спортивной тренировки	У4-У5 316-317 ОК 1 – 11 ПК 1.1., 1.3, 1.4, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1 – 3.3 ЛР 6-12,17-20	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		

3.1.1. Методы и критерии оценивания в ходе текущего контроля

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Отметка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Отметка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Отметка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа (задание). Критерии оценивания.

Оценка «5» - студент демонстрирует глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором он свободно и уверенно ориентируется; умение практически применять теоретические знания, высказывать и обосновывать свои суждения, грамотно и логично излагает ответ; приводит примеры из собственной практики.

Оценка «4» - студент достаточно полно освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

Оценка «3» - студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности; применяя теоретические знания при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

Оценка «2» - студент имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

5. Письменное контрольное задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

6. Презентация. Критерии оценивания.

Оцениваемые показатели	Кол-во баллов
<u>Содержание</u>	
- наличие правильно оформленного титульного листа	1
- информация точная, полная, полезная и актуальная	3
- присутствуют иллюстрации, соответствующие содержанию	1
- грамотность (орфография и пунктуация)	1
<u>Дизайн</u>	
- читаемость текста	1

- цветное решение	1
<u>Защита презентации</u>	
- свободное владение темой проекта	2
- способность кратко и грамотно изложить суть работы	2
- выражение своего мнения по проблеме	2
- культура речи, поведения	1
- удержание внимания аудитории	1
- эмоциональная окрашенность речи	1
Итого:	17 баллов

Критерии оценки:

Оценка «5» - набрано 16 -17 баллов

Оценка «4» - набрано 10-15 баллов

Оценка «3» набрано 8-10 баллов

Оценка «2» набрано 0-7 баллов

4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1.Дифференцированный зачёт

1.Форма проведения: письменная (тестирование)

2.Условия выполнения

1.Инструкция для обучающихся:

«Внимательно ознакомьтесь с комплектом контрольно-оценочных средств, данный комплект состоит из 30 заданий различной направленности, на которые вам предстоит ответить.

Отвечать на вопросы необходимо черной гелиевой ручкой. Исправления и поправки в комплекте контрольно-оценочных средств не допускаются, поэтому отвечайте на вопросы только тогда, когда будете уверены. Если вы не знаете ответа на текущий вопрос, переходите к следующему, вы сможете вернуться к не отвеченному вопросу чуть позже».

2.Время выполнения: 60 минут

3.Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- автоматизированное рабочее место преподавателя;
- учебная доска;

4.Технические средства обучения: нет

5.Информационные источники, допустимые к использованию в ходе промежуточной аттестации: нет

6.Требования охраны труда. Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из аудитории. Во время экзамена во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3.Пакет материалов для зачёта

3.1. Перечень тем, которые выносятся на зачёт:

1. Введение в теорию физической культуры
 2. Средства формирования физической культуры личности
 3. Методы формирования физической культуры личности
 4. Методические принципы занятий физическими упражнениями
 5. Основы теории обучения двигательным действиям
 6. Основы развития физических способностей
 7. Формы построения занятий физическими упражнениями
 8. Особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся
 9. История физической культуры и спорта зарубежных стран
 10. История физической культуры и спорта в России
 11. История международного олимпийского движения
 12. Спорт в системе физической культуры
 13. Основы теории соревновательной деятельности
 14. Основы спортивной тренировки
- 3.2. Тестовые задания к зачёту

Тестовое задание № 1

Часть А

В части А в каждом задании только один правильный ответ

1. В каком году был организован Высший совет физической культуры (ВСФК)?
А) 1918Б) 1929В) 1920Г) 1931Д) 1922
2. В каком году были опубликованы А.Н. Крестовниковым «Очерки по физиологии физических упражнений»?
А)1951Б) 1960В) 1947Г) 1962Д) 1933
- 3.В каком году состоялась 1 Всесоюзная конференция профсоюзов?
А) 1930 Б) 1942 В) 1934 Г) 1960 Д) 1972
4. Какая страна первой стала победителем на Всеафриканских играх?
А) Мадагаскар Б) Конго В) Египет Г) Алжир Д) Нигерия
5. Международная федерация университетского спорта (ФИСУ) основана в:
А) 1949 г Б) 1939 В) 1946 Г) 1951
6. Год принятия Европейской хартии «Спорт для всех?»:
А) 1971 Б) 1980 В)1975 Г) 1982
7. Укажите ошибочный ответ. Физическое совершенство подразумевает:
а) пропорционально развитие телосложение
б) гармоническое развитие физических качеств
в) высокий уровень физической работоспособности
г) высокий уровень адаптации к неблагоприятным условиям внешней среды
д) владение рациональной техникой жизненно важных движений и способность к овладению новыми двигательными действиями
е) образованность в области ФК
ж) системное формирование двигательных умений и навыков
- 8 Укажите ошибочный ответ. К специфическим задачам физического воспитания относятся:

А) оздоровительные Б) образовательные В) воспитательные Г) нравственные

9. Укажите ошибочный ответ. Образовательные задачи включают в себя:

А) формирование различных жизненно важных двигательных умений и навыков, необходимых

в трудовой, оборонной, бытовой, спортивной деятельности

Б) формирование спортивных двигательных умений и навыков

В) овладение целостной системой знаний, необходимых для сознательного освоения двигательных умений и навыков, физического совершенствования и развития способностей проведения самостоятельных занятий с целью укрепления и сохранения здоровья

Г) оптимальное развитие физических качеств (способностей), присущих человеку

10. Какое словосочетание пропущено: «..... осуществляется в связи с другими видами воспитания: умственным, трудовым, эстетическим, нравственным»:

А) экологическое воспитание

Б) эстетическое воспитание

В) музыкальное воспитание

Г) физическое воспитание

11. Отметьте среди нижеперечисленных средств одно неверное.

А) физические упражнения Б) тренажерные устройства

В) гигиенические факторы Г) оздоровительные силы природы

12. Укажите ошибочный ответ. Оздоровительно-реабилитационное направление включает следующие формы:

А) группы лечебной физической культуры, адаптивной физической культуры (АФК) или физической реабилитации при диспансерах, больницах

Б) группы здоровья в коллективах физической культуры на предприятиях и в организациях, по месту жительства, в физкультурно-спортивных комплексах и т. д.

В) самостоятельные занятия

Г) гигиенические занятия

13. В форме физического упражнения различают:

А) внешнюю и внутреннюю структуру Б) внутреннюю и внешнюю упорядоченность

В) скрытую и наружную упорядоченность Г) внешнее и внутреннее строение

14. Относительно устойчивые врожденные и приобретенные функциональные особенности органов и структур организма, взаимодействие которых обуславливает эффективность выполнения двигательного действия, называются:

А) физическими качествами; Б) физическими способностями;

В) моторными задатками; Г) двигательной активностью.

15. Сколько физических качеств принято выделять у человека:

А) 6 Б) 5 В) 3 Г) 4

16. Сила – это...

А) способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных напряжений

Б) способность человека проявлять большие мышечные усилия

В) способность человека проявлять мышечные усилия различной величины в короткое время

Г) комплекс различных проявлений человека в определенной деятельности, в основе которых лежит понятие «мышечное усилие

17. Наиболее благоприятным (сенситивным) периодом развития силы у мальчиков и юношей считается возраст:

А) 10-11 лет Б) 11-12 лет В) 13-14 и 17-18 лет Г) 11-12 и 17-18 лет

18. Способность человека противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности, называется:

А) функциональной устойчивостью; Б) силовыми способностями;

В) выносливостью; Г) тренированностью

19. Дополнительные средства воспитания силовых способностей — это упражнения:

Выберите все правильные ответы (один или несколько)

А) с использованием тренажеров (скамья, гимнастическая стенка, тренажерные комплексы)

Б) с использованием сопротивления упругих предметов (резиновые жгуты, эспандеры)

В) с весом внешних предметов (штанги, набивные мячи, вес партнера)

Г) с использованием внешней среды (бег по песку, в гору, по снегу)

Д) все вышеуказанные

20. Основным методом при разучивании новых достаточно сложных двигательных действий является:

А) стандартно-повторный метод Б) метод переменного-непрерывного упражнения

В) метод круговой тренировки Г) метод наглядного воздействия

Часть В

21. Запишите термин, пропущенный в таблице.

Термин	Понятие
...	- вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях (Л. П. Матвеев)
Физическое развитие	— процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качеств и способностей

22. Найдите в приведённом ниже списке специфические принципы физического воспитания. Запишите цифры, под которыми они указаны:

1) принцип непрерывности

2) принцип тренированности

3) принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий

4) принцип новаторства занятий

5) принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания

6) принцип адаптивного сбалансирования динамики нагрузок

23. Найдите в приведенном списке характеристики урока (занятия). Запишите цифры, под которыми они указаны:

1) обязателен во всех образовательных организациях страны

2) может проводиться посторонним лицом

- 3) проводится на основе научно обоснованных закономерностей процесса физического воспитания
- 4) является самой массовой формой занятий в физическом воспитании
- 5) способствуют направленному и комплексному решению задач физического воспитания
24. Установите соответствие между физическим качеством и его понятием. Элементы соединяйте попарно. Ответ запишите парами цифр.

Понятие	Номер ответа	Определение
1.Мышечная сила		1. Способность проявлять большие величины силы в наименьшее время
2.Абсолютная сила		2. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных напряжений
3.Силовая выносливость		3. Способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины в условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимов работы мышц
4.Взрывная сила		4. Отношение величины абсолютной силы к собственной массе тела
5.Относительная сила		5. Максимальные проявления мышечных напряжений без учета массы тела человек
6.Силовая ловкость		6.Способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величин

25. Установите соответствие между понятиями и определениями: к каждой позиции, данной в первом столбце, подберите соответствующую позицию из второго столбца.

Понятие	Определение
1) Система физического воспитания	А) совокупность приемов и действий, обеспечивающих наиболее эффективное решение задач, обусловленных спецификой конкретного вида спорта, его дисциплины, вида соревнований
2) Двигательный навык	Б) более высокая, по сравнению с умением, степень владения двигательным действием, которая характеризуется автоматизированным выполнением движения при минимальном контроле со стороны ЦНС
3) Спортивная подготовка	В) такая степень владения двигательным действием, которая характеризуется сознательным управлением движением,

	контролем со стороны центральной нервной системы
4) Двигательное умение	Г) исторически обусловленный тип социальной практики физического воспитания, включающий мировоззренческие, теоретико-методические, программно-нормативные и организационные основы, обеспечивающие физическое совершенствование людей и формирование здорового образа жизни

26. Установите соответствие между частями физического упражнения с его структурами: к каждой позиции, данной в первом столбце, подберите соответствующую позицию из второго столбца.

Структура	Определение
1) внутренняя	А) изменение реакции крови-
	Б) движения, которые необходимо выполнить для решения двигательной задачи
2) внешняя	В) повышение артериального давления (АД)
	Г) особенности газообмена
	Д) повышение частоты сердечных сокращений (ЧСС)

Часть С

27. Существует мнение, что скоростные способности в отличие от других физических качеств менее всего поддаются развитию и носят преимущественно врожденный характер. Согласны ли вы с данным мнением? Приведите не менее двух аргументов в защиту своей позиции.

28. Назовите любые две задачи углубленного разучивания двигательного действия и проиллюстрируйте примером каждую из них. (Сначала назовите задачу, затем приведите соответствующий пример).

29. Раскройте на трех примерах методы развития физических качеств человека. Сначала указываете качество, затем приводите метод.

30. Какой смысл ученые вкладывают в понятие «Система физического воспитания»? Привлекая знания, полученные по дисциплине, составьте два предложения, содержащие информацию о системе физического воспитания.

Тестовое задание № 2

В части А в каждом задании только один правильный ответ

1. В каком году до н.э., Игры были запрещены Римским императором Феодосием I, как религиозно вредные?

А) 394 б) 493 в) 325 г) 403

2. Какой вклад в развитие физической культуры внес И.Г. Песталоцци?

А) Написал книгу “О правилах катания на коньках”

Б) Разработал основы суставной гимнастики.

- В) Написал книгу “Элементарная гимнастика”.
- Г) Создал основы турнкунста.
3. Что лежит в основе английской системы физического воспитания?
- А) Спортивно-игровой метод.
- Б) Суставная гимнастика.
- В) Естественно-прикладная гимнастика.
4. Кто создал первую отечественную систему физического воспитания?
- А) Е.А. Покровский. Б) К.Д. Ушинский. В) П.Ф. Лесгафт
5. Кто являлся основоположником шведской гимнастики?
- А) Людвиг Ян Б) Хенрик Линг В) Мирослав Тырш Г) Томас Арнольд
6. Какая страна является родиной Олимпийских игр?
- А) Древний Рим. Б) Греция. В) Китай Г) Индия
7. Какое слово пропущено: это-система принципов, законов, категорий, понятий, концепций, описывающая какое – либо относительно однородное, целостное явление
- систему или её элементы, функции
- А) теория Б) воспитание В) теорема Г) закон
8. В каком году возникло Международное спортивное движение?
- А) 60-е гг. XVIII века Б) 20-е гг. XX века В) 20-е гг. XIX века Г) 60-е гг. XIX века
9. Когда впервые на Олимпийских играх выступили спортсмены России?
- А) 1896 г. Б) 1900 г. В) 1908 г. Г) 1915 г.
10. Укажите верный ответ. Какую роль в жизни нашей страны сыграл комплекс “Готов к труду и обороне СССР”?
- А) способствовал активизации физкультурно-спортивной работы среди населения.
- Б) повышал патриотический и трудовой энтузиазм советского народа.
- В) был важной мерой в оздоровлении населения.
11. Кто был избран первым президентом МОК?
- А) Пьер де Кубертен. Б) Деметриус Викелас. В) Хуан Антонио Самаранч
12. Отметьте среди нижеперечисленных средств одно неверное.
- А) физические упражнения Б) тренажерные устройства
- В) гигиенические факторы Г) оздоровительные силы природы
13. Укажите верный ответ. В чём различие между подготовкой и подготовленностью?
- А) подготовка — результат, подготовленность — процесс
- Б) различий нет
- В) подготовка — процесс, подготовленность — результат
14. Степень владения двигательным действием, которое характеризуется сознательным управлением движением, неустойчивостью к воздействию внешних факторов, нестабильностью итогов и невысокой быстротой выполнения называется:
- А) двигательным упражнением
- Б) двигательным умением
- В) двигательной мотивацией

15. Умение правильно и чётко выполнять двигательные действия в сложных, изменяющихся ситуациях называется:
- А) умение высшего порядка Б) умение низшего порядка В) умение среднего порядка
16. Укажите несуществующий цикл подготовки?
- А) миницикл Б) микроцикл В) макроцикл Г) мезоцикл
17. Укажите верный ответ. Дополнительное средство воспитания силовых способностей — это упражнение:
- А) с использованием тренажеров (скамья, гимнастическая стенка, тренажерные комплексы)
Б) с весом собственного тела
В) с весом внешних предметов (штанги, набивные мячи, вес партнера)
Г) с использованием внешней среды (бег по песку, в гору, по снегу)
Д) все вышеуказанные
18. Отметьте пример ациклического упражнения, в основе которого отсутствует повторяемость движений, цикла:
- А) ходьба б) плавание в) гребля г) Бег д) метания е) лыжные гонки
19. Темп-это..
- А) количество повторений упражнения (или циклов) в единицу времени
Б) равномерное чередование элементов, моментов (ускорения и замедления, напряжения и ослабления в движении или течении времени
В) физическая величина, определяющая быстроту изменения скорости тела
20. Укажите качество, которое не относится к физическим качествам:
- А) ловкость б) выносливость в) сила г) сообразительность д) быстрота е) гибкость

Часть В

21. Запишите термин, пропущенный в таблице

Термин	Понятие
...	это-отношение величины абсолютной силы к собственной массе тела
Относительная сила	это-максимальное проявление мышечных напряжений без учета массы тела человека

22. «Этап углубленного разучивания двигательного действия» имеет следующие задачи, которые необходимо решать поэтапно: Укажите одну верную последовательность этапов.
- А) -добиться целостного выполнения упражнения на основе сознательного контроля его техники
-уточнить упражнение по всем опорным точкам
-устранить мелкие ошибки в технике
- Б) -уточнить упражнение по всем опорным точкам
-добиться целостного выполнения упражнения на основе сознательного контроля его техники
-устранить мелкие ошибки в технике
- В) -устранить мелкие ошибки в технике

-добиться целостного выполнения упражнения на основе сознательного контроля его техники

-уточнить упражнение по всем опорным точкам

23. Найдите в приведенном ниже списке основные средства заключительной части урока:
Запишите цифры, под которыми они указаны:

- а) подводящие и развивающие упражнения
- б) ходьба, медленный бег
- в) упражнения специальной разминки
- г) дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и растягивание
- д) неинтенсивные игровые задания для снижения нервного утомления

24. Найдите в приведенном списке все основные словесные методы. Запишите цифры, под которыми они указаны:

- 1) рассказ 2) объяснение 3) описание 4) беседа 5) лекция 6) показ
- 7) инструктирование 8) распоряжения 9) команды

25. Установите соответствие между понятиями и определениями: к каждой позиции, данной в первом столбце, подберите соответствующую позицию из второго столбца.

Понятие	Определение
1) Силовая выносливость	А) Умение правильно и чётко выполнять двигательные действия в сложных, изменяющихся ситуациях
2) Двигательный навык	Б) более высокая, по сравнению с умением, степень владения двигательным действием, которая характеризуется автоматизированным выполнением движения при минимальном контроле со стороны ЦНС
3) Рекреация	В) способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины в условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимов работы мышц
4) умение высшего порядка	Г) отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий и соревнований

26. Установите соответствие между физическим качеством и его понятием. Элементы соединяйте попарно. Ответ запишите парами цифр.

Понятие	Номер ответа	Определение
1. Мышечная сила		1. Способность продолжительно выполнять физическую работу с невысокой интенсивностью в течение продолжительного времени за счет аэробных источников энергообеспечения

2.Ловкость		2. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных напряжений
3.Силовая выносливость		3. Идеал физического развития человека, присущий каждой исторической эпохе
4.Физическое совершенство		4. Способность быстро, точно, целесообразно, экономично, т.е. наиболее совершенно решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно
5. Общая выносливость		5. Способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величин

Часть С

27. Что вкладывают ученые в понятие «Спорт» в широком смысле этого слова. Соберите верное определение, используя следующие фразы:

А) специальная подготовка к ней; Б) специфические отношения в этой деятельности;

28. Существует определенная взаимосвязь физического воспитания с другими сторонами воспитания. Согласны ли вы с этим мнением? Аргументируйте свой ответ.

29. В технике сложных двигательных действий различают основу техники, ее главное звено (или звенья) и детали. Используя знания расскажите о частях техники упражнений и приведите по 2 примера главного звена техники и деталей выполнения двигательного действия.

30. Существует мнение, что не всякое двигательное действие является физическим упражнением, а только такое, которое специально направлено на решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач и организуется в соответствии с закономерностями физического воспитания. Согласны ли вы с этим мнением или нет? Аргументируйте и приведите пример.

4.Эталоны ответов на тестовые задания

Вариант 1

Часть А

1В, 2А, 3А, 4В, 5А, 6В, 7Е, 8Г, 9Г,10Г, 11Б, 12Г, 13А, 14Б, 15Б, 16А, 17В, 18В, 19В, 20А

Часть В.

21 Ответ: физическое воспитание

22 Ответ:1356

23.Ответ: 1345

24 Ответ: 12, 25, 36, 41, 54, 63.

25 Ответ: 1Г, 2Б, 3А, 4В

26 Ответ: 1А, 2Б, 1В, 1Г, 1Д

Часть С

27. Да, согласен. Далее приводятся 2 аргумента, близкие по смыслу к любой формулировке ответа (1. Быстрота двигательного действия зависит от времени реагирования на сигнал (или) времени одиночного движения (или) частоты движения. 2. С биологической точки зрения на быстроту, проявляемую в целостных двигательных действиях, влияют частота нервно-мышечной импульсации (или) скорость перехода мышц из фазы напряжения в фазу расслабления (или) темп чередования этих фаз, др.).

28. Ответ может быть дан в формулировках («При углубленном разучивании двигательного действия необходимо: 1) уточнить упражнение по всем опорным точкам (детализация), 2) устранить мелкие ошибки в технике (формирование двигательного умения), 3) добиться целостного выполнения упражнения на основе сознательного контроля его техники (достижение двигательного мастерства)).

29. 1. Сила. Основными методами развития силы являются «метод больших и максимальных усилий» и метод «до отказа». 2. Быстрота. Основной метод - повторное выполнение упражнений с околопредельной быстротой и с предельной быстротой. 3. Ловкость. Метод - постепенное усложнение применяемых упражнений и выполнение их в непривычных, постоянно изменяющихся условиях в сочетании с другими действиями.

30. Система физического воспитания – это процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качеств и способностей. Во второй части ответа обучающимся могут быть сформулированы любые предложения, раскрывающие суть вопроса, например: 1) «Система физического воспитания основана на социальной практике»; 2) «Система физического воспитания обеспечивает здоровый образ жизни общества».

Вариант 2

Часть А

1А, 2Б, 3А, 4В, 5Б, 6Б, 7А, 8Г, 9Г, 10А, 11Б, 12Б, 13В, 14Б, 15А, 16А, 17Г, 18Д, 19А, 20Г

Часть В

21 Ответ: относительная сила

22 Ответ: Б

23. Ответ: БГД

24 Ответ: 1,2,3,4,5,7,8,9

25 Ответ: 1В, 2Б, 3Г, 4А

26 Ответ: 12, 24, 35, 43, 51

Часть С

27. **Спорт в широком смысле слова** охватывает собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, специфические отношения в этой сфере деятельности, взятые в целом.

28. Да, согласен. Взаимосвязь физического воспитания с умственным заключается в том, что в процессе физического воспитания оказывает прямое воздействие на развитие умственных способностей занимающихся. В результате оздоровительных задач повышается общая жизнедеятельность организма, что ведет к большей продуктивности в умственной деятельности. Занятия физическими упражнениями создают благоприятные условия для эстетического воспитания. В процессе занятий формируются красивая осанка,

происходит гармонизация форм телосложения, воспитывается понимание красоты и изящности, развивает духовно. Результаты трудового воспитания по формированию определенных качеств личности непосредственно положительно отражаются на эффективности процесса физического воспитания. Нравственное воспитание представляет собой целенаправленное формирование моральных убеждений, развитие нравственных чувств и выработку навыков и привычек поведения человека в обществе.

29. 1. При анализе двигательного действия **основой** его техники считают определенную последовательность развиваемых сил, согласованность движений отдельных частей тела, необходимых для решения двигательной задачи определенным способом. В основе техники выделяют **главное**, или основное, **звено** (или звенья) – это наиболее важная и решающая часть основного механизма данного движения.; таким образом, главное звено составляют движения, от которых в первую очередь зависит результативность действия. **Детальми техники** считаются особенности выполнения отдельных движений.

2. Пример основного звена: при прыжках в высоту с разбега – отталкивание, соединенное с махом ногой, в метаниях – финальное усилие.

Пример деталей: особенности постановки стопы перед отталкиванием в прыжках; неодинаковая глубина подседа при поднимании штанги

30. Да, согласен. Так как физическим упражнением называется двигательное действие, специально подбираемое или создаваемое для решения задач физического воспитания. Следовательно, не всякое двигательное действие является физическим упражнением, а только такое, которое специально направлено на решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач и организуется в соответствии с закономерностями физического воспитания.

Так, например, ходьба лишь тогда считается средством физического воспитания, когда ей придаются рациональные формы и когда она обеспечивает необходимую функциональную активность организма, решая тем самым определенные задачи физического воспитания.

4.Комплект тестов.

5.Зачётная ведомость.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
31. Понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий	- определяет основные понятия теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий, устанавливает взаимосвязь между основными понятиями теории физической культуры и спорта
32. Историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;	- описывает историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения; - перечисляет и объясняет сущность принципов физического воспитания, спортивной тренировки

33. Методические принципы занятий физическими упражнениями, принципы спортивной тренировки;	
34 Средства, методы формирования физической культуры личности, их дидактические и воспитательные возможности;	
35. Основы теории обучения двигательным действиям	- даёт определение понятиям «средства, методы формирования физической культуры личности, «физические упражнения», «техника физических упражнений перечисляет основные группы средств, методов формирования физической культуры личности; описывает особенности средств, методов формирования физической культуры личности, определяет их дидактические и воспитательные возможности; перечисляет и описывает характеристики техники физических упражнений; - даёт определение понятиям «двигательное умение», «двигательный навык»; - перечисляет и объясняет закономерности формирования двигательного навыка, перечисляет этапы обучение двигательному действию, определяет особенности этапов обучения двигательному действию;
36. Теоретические основы развития физических способностей	- даёт определение понятиям «сила», «быстрота», «ловкость», «гибкость», «выносливость», перечисляет и объясняет закономерностей развития двигательных способностей; описывает формы проявления двигательных способностей; объясняет особенности методики развития двигательных способностей; -определяет значение занятий физическими упражнениями для различных категорий, занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья);
37. Особенности занятий физическими упражнениями с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья)	- определяет цели, задач, направленности занятий физическими упражнениями и особенности занятий с различными категориями занимающихся (включая инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья); - даёт определение понятию «спорт»; - перечисляет функции спорта; -перечисляет основные группы средств, методов спортивной тренировки;
3 8. Сущность и функции спорта;	-описывает особенности средств, методов спортивной тренировки, определяет их

3 9. Средства и методы спортивной тренировки, их возможности в решении задач спортивной тренировки 310. Основные разделы спортивной подготовки; 311. Тренировочные и соревновательные нагрузки; 312 основы теории соревновательной деятельности 3 13 Проблемы и пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях	возможности в решении задач спортивной тренировки; - даёт определение понятиям «техническая подготовка», «тактическая подготовка», «физическая подготовка», «психологическая подготовка», определяет цели, задачи, средства и методы технической, тактической, физической, психологической подготовки; - определяет понятия «тренировочная и соревновательная нагрузка»; - даёт определение понятиям «соревновательная деятельность», «спортивный результат»; -перечисляет признаки соревновательной деятельности, перечисляет функций соревновательной деятельности, описывает классификацию спортивных соревнований; перечисляет критерии измерения и - понимает проблемы и определяет пути совершенствования организации физического воспитания в образовательных организациях
Обучающийся должен иметь практический опыт	
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной	-демонстрация интереса к будущей специальности. -обоснование выбора и применение методов планирования урока физического воспитания. -демонстрация умения действовать и принимать решения в нестандартных ситуациях; нести за них ответственность. - нахождение и использование информации, для эффективного выполнения профессиональных задач. - демонстрация навыков использования информационно-коммуникационной деятельности

деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.	- взаимодействие с обучающимися, педагогами и наставниками в ходе обучения. - постановка целей и задач по организации и контролю их качественной работы. - определение задач профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации. - реализация профессиональной деятельности в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -выполнение профилактики травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. - формирует профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия. ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения. ПК 1.4. Анализировать учебные занятия. ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре. ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия. ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия. ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности. ПК 2.4. Осуществлять педагогический	-выстраивает учебные занятия с учётом цели и задач -владеет необходимыми знаниями для организации занятий физической культурой -проводит педагогическое тестирование -проводит анализ учебных занятий -оформляет документацию -владеет технологией разработки документов управления спортивно-массовыми мероприятиями -владеет необходимыми знаниями для организации занятий физической культурой с различными возрастными группами -стимулирует к занятиям физической культурой

контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия. ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности. ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов. ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений. ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.	-принимает контрольные нормативы по развитию физических качеств, оценивает результаты деятельности обучающихся -систематизирует деятельность -владеть навыками оформления документации (протоколов) при организации судейства соревнований по БВС разрабатывает рабочие программы, учебно-тематические планы для определённых категорий обучающихся Составляет положение о соревнованиях -изучает педагогический опыт на основе изучения специальной литературы и опыта своих коллег -разрабатывает темы для рефератов, оформляет отчёты -принимает участие в исследовательской деятельности

Критерии оценки ответов обучающихся

Оценка «5» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В + 50% заданий части С

Оценка «4» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В

Оценка «3» - выполнено 60% заданий части А

Оценка «2» - выполнено менее 60% заданий части А

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.13 Основы общей патологии

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) программы дисциплины ОП.13 Основы общей патологии.

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Скиба Н.Г. – преподаватель КГА ПОУ «ДИТК»

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е. Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения дисциплины ОП.13 Основы общей патологии обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

31. основные термины и понятия общей патологии;
32. общее учение о здоровье и болезнях;
33. внешние и внутренние факторы болезней человека;
34. причины, условия возникновения болезней человека;
35. роль конституции и наследственности в патологии;
36. стадии и исходы болезней человека;
37. общую характеристику типовых патологических процессов;

Обучающийся должен уметь:

У1. использовать приобретенные в курсе общей патологии знания и умения при изучении профессиональных модулей;

У2. правильно интерпретировать и применять основные понятия общей патологии при совместной работе с медицинским персоналом;

Формируемые личностные результаты

Личностные результаты реализации программы воспитания (описания)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	

Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формируемые ОК:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

ПК 3.2. Проводить занятия по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации в соответствии с действующими санитарными правилами и нормативами.

ПК 3.3. Осуществлять контроль за физическим, функциональным и психическим состоянием и оценивать уровень подготовленности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 3.4. Составлять рекомендации инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.

ПК 3.5. Анализировать занятия по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации.

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине является экзамен.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. использовать приобретенные в курсе общей	Способность применять знания из общей

патологии знания и умения при изучении профессиональных модулей; ОК 1- 12. ПК 1.2-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4	патологии для анализа и понимания конкретных случаев и явлений в сфере адаптивной физической культуры
У2. правильно интерпретировать и применять основные понятия общей патологии при совместной работе с медицинским персоналом; ОК 1- 12. ПК 1.2-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4	Способность, верно, толковать ключевые понятия и термины в области общей патологии, особенно те, которые могут быть важны при взаимодействии с медицинским персоналом
Знать:	
31. основные термины и понятия общей патологии;	Способность определять и объяснять основные термины, используемые в общей патологии
32. общее учение о здоровье и болезнях;	Способность объяснять основные аспекты здорового образа жизни и его влияние на поддержание здоровья, понимание важности профилактических мер и заботы о здоровье в контексте адаптивной физической культуры.
33. внешние и внутренние факторы болезней человека;	Способность определять и классифицировать внешние факторы, такие как воздействие окружающей среды, вредные привычки, инфекции, травмы и другие, которые могут влиять на здоровье, а также описывать механизмы воздействия внешних факторов на организм человека и их роль в развитии заболеваний.
34. причины, условия возникновения болезней человека;	Способность определять основные причины заболеваний, такие как инфекции, генетические факторы, воздействие окружающей среды, нарушения образа жизни и др., а также классифицировать причины в зависимости от их характера и воздействия на организм.
35. роль конституции и наследственности в патологии;	Способность выделять и описывать основные характеристики конституции организма, включая физические параметры, телосложение и функциональные особенности, а также определять типы конституции и их

	влияние на предрасположенность к определенным заболеваниям.
36. стадии и исходы болезней человека;	Способность выделять и описывать основные стадии развития болезней, включая начальные изменения, прогрессирование и заключительные этапы, а также классифицировать болезни по степеням тяжести и характеру изменений.
37. общую характеристику типовых патологических процессов;	Способность выделять и описывать основные типы патологических процессов, такие как воспаление, дистрофия, некроз, опухолевые процессы и другие

2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ

2.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Введение	У 1-2 З 1-7 ОК 01 – ОК12 ЛР3. 5, 10, 12-20 ПК 1.2-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	У 1-2 З 1-7 ОК 01 - 09 ПК 1.1	4 семестр – экзамен
Компоненты, критерии и признаки здоровья.				
Болезнь и предболезнь.				
Компенсаторно-приспособительные реакции организма				
Воспаление. Лихорадка.				
Опухоли.	У 1-2 З 1-7 ОК 01 – ОК12 ЛР3. 5, 10, 12-20 ПК 1.2-1.7 ПК 2.1-2.6 ПК 3.1-3.4	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	У 1-2 З 1-7 ОК 01 - 09 ПК 1.1	
Экстремальные состояния.				

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Отметка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Отметка 3 «удовлетворительно» - правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Отметка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Отметка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

4.1. Форма проведения: письменная, тестирование

4.2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся:

Уважаемые студенты! Вашему вниманию представляется тест для проведения экзамена.

На его выполнение отводится 90 минут.

Вы должны выполнить предложенные Вам тестовые задания. Задания рекомендуется выполнять по порядку. Если задание не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему. Если остается время, вернитесь к пропущенным заданиям.

В заданиях, где предлагаются варианты ответов, может быть только несколько ответов. Также есть задания, где Вам следует самостоятельно дать ответ.

Прежде чем приступить к выполнению тестового задания, внимательно прочитайте вопросы

2. Время выполнения: 90 минут

3. Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

4. Технические средства обучения: не требуется.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене:

- инструкция проведения теста;
- тест;
- бланк для ответов.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

4.3. Пакет экзаменатора:

1. Перечень тем, выносимых на экзамен:

- Введение
- Компоненты, критерии и признаки здоровья.
- Болезнь и предболезнь.
- Компенсаторно-приспособительные реакции организма
- Воспаление. Лихорадка.
- Опухоли.
- Экстремальные состояния.

Вариант №1 ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Здоровье — это

- а) хорошее самочувствие и отсутствие признаков болезни;
- б) отсутствие жалоб и нормальные лабораторные анализы;
- в) состояние полного физического и психического благополучия;
- г) состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов.

2. Патология –

3. Патологическая реакция - это

- а) разновидность болезней;
- б) кратковременная необычная реакция организма на какое-либо воздействие;
- в) необычный результат лабораторного анализа;
- г) защитная реакция организма на неблагоприятное внешнее воздействие.

4. Понятие «патологическое состояние» можно определить следующим образом:

- а) синоним понятия «болезнь»;
- б) патологическое стойкое отклонение структуры и функции органа или ткани от нормы.
- в) следствие перенесенного заболевания;
- г) совокупность патологических реакций в организме под воздействием патогенного фактора.

5. К исходам болезни относится

- а) выздоровление;
- б) обострение болезни;
- в) ремиссия;
- г) рецидив.

6. Болезнь – это

7. Периоды болезни:

- 1.
- 2.
- 3.

4.

8. Причины болезни могут быть

- а) внешними и внутренними;
- б) постоянными и временными;
- в) легкими и тяжелыми;
- г) острыми и хроническими.

9. Дистрофия – это

- а) нарушение обмена в клетках и тканях, приводящие к изменению их функций
- б) резкое снижение массы тела
- в) гибель участков ткани
- г) уменьшение размеров органа или всего организма.

10. Желтуха бывает:

- а) надпеченочная, печеночная, подпеченочная, физиологическая
- б) острой и хронической
- в) инфекционной и неинфекционной
- г) истинной и ложной

11. Гангрена –это

- а) некроз соединительной ткани
- б) только некроз тканей конечностей
- в) некроз инфицированных тканей
- г) некроз тканей, соприкасающихся с внешней средой

12. Соотнести (стадии некроза):

- А) Преднекроза –
- Б) Гибель –
- В) Деструктивные изменения –

1) распад, удаление, отграничение остатков.

2) состояние органа, ткани. Клетки до появления необратимых изменений (некробиоз).

3) необратимое прекращение жизнедеятельности тканей.

13. Соотнести:

Некроз:

- А) Прямой -
- Б) Непрямой -

1) Некроз, возникающий опосредовано через сосудистую, нервную и эндокринную системы.

2) Некроз, обусловленный непосредственным действием повреждающего (производящего фактора).

14. Дайте определение инфаркта:

- а) сосудистый некроз;
- б) сосудистый склероз;
- в) дистрофия;

15. Гипертрофия –

16. Гиперплазия –

17. Метаплазия –

18. Шок бывает:

- а) острым и хроническим;

- б) болевым и психогенным;
- в) геморрагическим и травматическим;
- г) физиологическим и патологическим.

19. Резистентность - это

- а) устойчивость организма к патогенным воздействиям;
- б) реакция организма на травму;
- в) сопротивляемость организма к отдельным видам патогенных микроорганизмов;
- г) приобретенная устойчивость тренированных организмов к тяжелым физическим нагрузкам.

20. Клинические проявления воспаления – это

- а) боль и припухлость;
- б) зуд и покраснение;
- в) жар, боль, припухлость, покраснение и нарушение функции;
- г) отек, гиперемия, снижение кожной чувствительности и физической активности.

21. Повреждение называется

- а) экссудацией;
- б) альтерацией;
- в) некрозом;
- г) некробиозом.

22. Пролиферация – это

- а) увеличение содержания недоокисленных продуктов обмена в зоне воспаления;
- б) выход из депо форменных элементов в крови;
- в) разрастание соединительной ткани в зоне воспаления;
- г) пропитывание воспаленных тканей плазмой крови.

23. Лихорадка – это

- а) реакция организма на внешние и внутренние раздражители;
- б) перегревание организма;
- в) мышечная дрожь;
- г) то же самое, что и озноб

24. Клеточный атипизм – это

- а) появление клеток, принадлежащих к определенным тканям в нехарактерных для них местах;
- б) быстрое размножение клеток;
- в) морфологическое отражение незрелости опухоли (следовательно, он присущ незрелым опухолям);
- г) врастание опухолевых клеток в соседние с опухолью ткани.

25. При экспансивном росте опухоль

- а) раздвигает окружающие ткани;
- б) прорастает в окружающие ткани;
- в) растет в просвет полого органа;
- г) растет в толще стенки полого органа.

26. При инфильтрирующем росте опухоль

- а) раздвигает окружающие ткани;
- б) прорастает в окружающие ткани;
- в) растет в просвет полого органа;
- г) растет в толще стенки полого органа.

27. Метастазы – это

- а) повторное появление опухоли на месте удаленной;
- б) распад опухолевой ткани;
- в) появление «дочерних» опухолей вдали от основного узла;
- г) расстройство кровообращения в зоне опухолевого процесса.

28. Для доброкачественных опухолей характерно

- а) отсутствие метастазов;
- б) клеточный атипизм;
- в) наиболее частая локализация в костной ткани;
- г) выраженное расстройство периферического кровообращения.

29. Липома – это

- а) злокачественная опухоль из эпителии;
- б) доброкачественная опухоль из соединительной ткани;
- в) злокачественная опухоль из соединительной ткани;
- г) доброкачественная опухоль из жировой ткани.

30. Саркома – это

- а) злокачественная опухоль из эпителии;
- б) доброкачественная опухоль из соединительной ткани;
- в) злокачественная опухоль из соединительной ткани;
- г) доброкачественная опухоль из жировой ткани.

31. Рак – это

- а) злокачественная опухоль из эпителия;
- б) доброкачественная опухоль из соединительной ткани;
- в) злокачественная опухоль из соединительной ткани;
- г) доброкачественная опухоль из жировой ткани.

32. Соотнести:

- А) Экстренная адаптация организма:
- Б) Долговременная адаптация организма:

1) Неустойчива

2) Устойчива

3) Возникает молниеносно

4) Является постепенной адаптацией

5) Происходит активация синтеза нуклеиновых кислот и белков

6) Происходит активация механизмов транспорта кислорода к тканям

33. Выбрать несколько вариантов ответа.

Чем обусловлена эндогенная гипоксия:

- а) заболеваниями легких
- б) заболеваниями сердца
- в) снижением парциального давления кислорода во вдыхаемом воздухе
- г) уменьшением количества гемоглобина в крови

РЕШИТЕ ПРАКТИЧЕСКУЮ ЗАДАЧУ

34. Ситуационная задача:

На терапевтическом приеме больной резко встал, почувствовал слабость, головокружение, потемнение в глазах. Объективно: сознание сохранено, кожные покровы бледные, холодный пот. Пульс 96 уд/мин, слабого наполнения, АД 80/49 мм рт. ст., дыхание не затруднено, ЧДД 24 в минуту.

Определите неотложное состояние пациента.

35. Дать наиболее полный ответ.

Оказание первой медицинской помощи при механической асфиксии:

Оказание первой медицинской помощи при механической асфиксии:

4. Экзаменационная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. использовать приобретенные в курсе общей патологии знания и умения при изучении профессиональных модулей;	Способность применять знания из общей патологии для анализа и понимания конкретных случаев и явлений в сфере адаптивной физической культуры
У2. правильно интерпретировать и применять основные понятия общей патологии при совместной работе с медицинским персоналом;	Способность, верно, толковать ключевые понятия и термины в области общей патологии, особенно те, которые могут быть важны при взаимодействии с медицинским персоналом
Знать:	
З1. основные термины и понятия общей патологии;	Способность определять и объяснять основные термины, используемые в общей патологии
З2. общее учение о здоровье и болезнях;	Способность объяснять основные аспекты здорового образа жизни и его влияние на поддержание здоровья, понимание важности профилактических мер и заботы о здоровье в контексте адаптивной физической культуры.
З3. внешние и внутренние факторы болезней человека;	Способность определять и классифицировать внешние факторы, такие как воздействие окружающей среды, вредные привычки, инфекции, травмы и другие, которые могут влиять на здоровье, а также описывать механизмы воздействия внешних факторов на организм человека и их роль в развитии заболеваний.
З4. причины, условия возникновения болезней человека;	Способность определять основные причины заболеваний, такие как инфекции, генетические факторы, воздействие окружающей среды, нарушения образа жизни и др., а также классифицировать причины в зависимости от их характера и воздействия на организм.

35. роль конституции и наследственности в патологии;	Способность выделять и описывать основные характеристики конституции организма, включая физические параметры, телосложение и функциональные особенности, а также определять типы конституции и их влияние на предрасположенность к определенным заболеваниям.
36. стадии и исходы болезней человека;	Способность выделять и описывать основные стадии развития болезней, включая начальные изменения, прогрессирование и заключительные этапы, а также классифицировать болезни по степеням тяжести и характеру изменений.
37. общую характеристику типовых патологических процессов;	Способность выделять и описывать основные типы патологических процессов, такие как воспаление, дистрофия, некроз, опухолевые процессы и другие

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.14 Безопасность жизнедеятельности

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

г. Дальнегорск, 2023

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» СПО программы учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

Разработчики:

Организация – разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Пирогов Михаил Михайлович, преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «3» сентября 2022 г.

Председатель _____ Шульга Наталья Владимировна

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств

В результате освоения учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02.«Адаптивная физическая культура» следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями:

Обучающийся должен знать:

З 1	технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности
З 2	основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности
З 3	терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности
З 4	технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки
З 5	методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности

Обучающийся должен уметь:

У 1	выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности
У 2	использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности
У 3	применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений
У 4	использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации
У 5	проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности.

Личностные результаты учебной дисциплины

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости. Экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующие и участвующие в деятельности общественных организаций. Готовый использовать свой личный и профессиональный потенциал для защиты национальных интересов России.	ЛР 2
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине,	ЛР 3

принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для

совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида адаптивного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные

технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является дифференцированный зачет.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1.- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. - понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 2. - организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 4. - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ПК 1.2. Мотивировать лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в физкультурно-спортивной деятельности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения занятий. ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	- умеет планировать, анализировать, контролировать ход мероприятия - владеет приемами подачи информации -организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество -осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - владеет приемами создания в кабинете предметно-развивающей среды

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений и др	
У.2. - использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности ОК 2. - организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 3. - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК 4. - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5. - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения занятий	- умеет планировать и осуществлять профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту - выбирает и применяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - использует информационно-коммуникационные технологии - осуществляет контроль, оценку процесса и результата
У.3.- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений ОК 10. - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей ОК 11. - строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида адаптивного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений. ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.	- владеет приемами использования средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения -владеет приемами (формами) профилактики травматизма -соотносит профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм - владеет приемами систематизации и оценки педагогического опыта и образовательных технологий
У. 4. - использовать оборудование и	-умеет применять первичные средства

инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации ОК 7. - ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.	пожаротушения - ставит цели, мотивирует деятельность, организовывает и контролирует работу окружающих с принятием на себя ответственности за качество процесса - осуществляет педагогический контроль, оценивает процесс и результаты деятельности
У. 5. - проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности ОК 8. - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации ОК 9. - осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия. ПК 2.2. Проводить учебно-тренировочные занятия. ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья.	- ориентируется в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определяет среди них родственные полученной профессии - самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием - осуществляет деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - определяет цели и задачи деятельности и общения, владеет приемами планирования проведения мероприятия
Знать:	
3 1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности 3 2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности 3 3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной	-технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности -основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности -терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности

деятельности 3 4 технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки 3 5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	-технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки -методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Ведение	У: 2,5 З: 2,3,4 ОК: 9 - 12 ПК: 1.1-1.7, 2.1-2.6., 3.1 - 3.4. ЛР: 1-20	Устный опрос, тестирование, практическая работа	У: 1,3, З: 1-5 ОК: 2-3, 7 -8; ПК: 1.1, 2.3	3 семестр - дифференцированный зачет
Тема 1 Чрезвычайные ситуации мирного времени	У: 1,3, З: 2, 5 ОК: 9 - 12 ПК: 1.1-1.7, 2.1-2.6., 3.1 - 3.4. ЛР: 1-20	Устный опрос, тестирование, практическая работа		
Тема 2 Чрезвычайные ситуации военного времени	У: 1, 5 З: 3, 5 ОК: 9 - 12 ПК: 1.1-1.7, 2.1-2.6., 3.1 - 3.4. ЛР: 1-20	Устный опрос, практическая работа		
Тема 3 Устойчивость производств в условиях Чрезвычайной ситуации.	У: 4, 5 З: 1-5 ОК: 9 - 12 ПК: 1.1-1.7, 2.1-2.6., 3.1 - 3.4. ЛР: 1-20	Устный опрос, практическая работа		
Тема 4 Основы военной службы	У: 4,5 З: 1,5,	Устный опрос,		

	ОК: 9 - 12 ПК: 1.1-1.7, 2.1-2.6., 3.1 - 3.4. ЛР: 1-20	практическая работа		
Тема 5 Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях	У: 3-5 З: 1,3, ОК: 9 - 12 ПК: 1.1-1.7, 2.1-2.6., 3.1 - 3.4. ЛР: 1-20	Устный опрос, практическая работа, контрольная работа		

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Отметка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Отметка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

5. Контрольная работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, нет ошибок (допускается 1-2 недочета).

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Дифференцированный зачет (3 семестр)

1. Форма проведения: письменная (контрольная работа)

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся.

2. Время выполнения: 45 минут

3. Оборудование учебного кабинета: посадочные места по числу обучающихся.

4. Технические средства обучения: мультимедийный комплекс; видеоматериалы.

5. Информационные источники:

- Безопасность жизнедеятельности Э.А. Арустамов Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов М.: Издательский центр «Академия», 2017

- Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений СПО Косолапова В.М.: Академия, 2016

- Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие В. И. Бондин, Ю. Г. Семехин. - М.: НИЦ ИНФРА-М; Ростов-на-Дону: Академцентр, 2015

- Безопасность жизнедеятельности: Учебник для бакалавров. Арустамов, Э.А.М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2015. — 448 с.

- Конституция Российской Федерации, 1993

- Гражданский кодекс РФ. Часть 1, 1994

- Гражданский кодекс РФ. Часть 2, 1996

- Гражданский кодекс РФ. Часть 3, 2001

- Гражданский кодекс РФ. Часть 4, 2006

- Безопасность жизнедеятельности С.В. Белова Высш. Шк. НМЦ СПО 2014

- Основы безопасности жизнедеятельности Хван Т.А, Хван П.А. Ростов н/Д «Феникс» 2015

- Основы безопасности жизнедеятельности Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Академия, 2015

- Безопасность жизнедеятельности практикум Н.В. Косолапова Н.А., М.: Издательский центр «Академия», 2015

6. Требования охраны труда: инструктаж по технике безопасности в аудитории.

3.Пакет материалов

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации:

Тема 1 Чрезвычайные ситуации мирного времени

Тема 2 Чрезвычайные ситуации военного времени

Тема3 Устойчивость производств в условиях Чрезвычайной ситуации.

Тема 4 Основы военной службы.

Тема 5 Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У. 1.- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности. ОК 1. - понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 2. - организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 4. - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ПК 1.2. Мотивировать лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в физкультурно-спортивной деятельности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения занятий. ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях. ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений и др	- умеет планировать, анализировать, контролировать ход мероприятия - владеет приемами подачи информации -организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество -осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - владеет приемами создания в кабинете предметно-развивающей среды
У.3.- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений	- владеет приемами использования средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения

ОК 10. - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей ОК 11. - строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида адаптивного спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений. ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.	-владеет приемами (формами) профилактики травматизма -соотносит профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм - владеет приемами систематизации и оценки педагогического опыта и образовательных технологий
Знать:	
3 1 технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности 3 2 основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности 3 3 терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности 3 4 технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки 3 5 методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности	-технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности -основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности -терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности -технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки -методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности

Примерный КИМ по дифференцированному зачёту

Часть А

1.Что такое личная гигиена?

- а) перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний
- б) совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья
- в) правила ухода за телом, кожей, зубами
- г) выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний

2. Что такое здоровый образ жизни?

- а) перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- б) лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
- в) индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г) регулярные занятия физкультурой

3. Что такое режим дня?

- а) порядок выполнения повседневных дел
- б) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
- в) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г) строгое соблюдение определенных правил

4. Что такое рациональное питание?

- а) питание, распределенное по времени принятия пищи
- б) питание с учетом потребностей организма
- в) питание определенным набором продуктов питания
- г) питание с определенным соотношением питательных веществ

5. Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?

- а) надеть средства защиты и покинуть помещение
- б) включить радио, телевизор и прослушать информацию
- в) быстро направиться в укрытие

6. Что такое чрезвычайная ситуация?

- а) особо сложное социальное явление
- б) определенное состояние окружающей природной среды
- в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности

7. Чем характеризуется каждая ЧС?

- а) химической сущностью
- б) физической сущностью
- в) своими, только ей присущими причинами возникновения
- г) особенностями воздействия на человека и среду обитания

8. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:

- а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания

9. Ядерное оружие - это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой)
- б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей

в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии

10. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:

- а) в первые часы после выпадения
- б) в первые сутки после выпадения
- в) в течении трёх суток после выпадения

11. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

- а) кровь спокойно вытекает из раны
- б) кровь фонтанирует из раны
- в) кровь ярко-красного цвета
- г) кровь тёмно-красного цвета
- д) слабость

12. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

- а) прижать пальцем артерию ниже кровотечения
- б) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности на чистую мягкую ткань
- в) плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения
- г) доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение
- д) на 3-5 см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань

13. Как правильно наложить давящую повязку?

- а) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой
- б) обработать края раны вазелином или кремом
- в) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт
- г) наложить повязку

14. Укажите признаки внутреннего кровотечения?

- а) порозовение кожи в области повреждения
- в) посинение кожи в области повреждения
- в) учащённый слабый пульс и частое дыхание
- г) кашель с кровавыми выделениями
- д) повышение артериального давления
- е) чувство неуголимого голода

Часть В

15. Укажите общий алгоритм действий населения в случаях угрозы возникновения: затопления, землетрясения, цунами.

16. Выскажите мнение, какой вид первой доврачебной помощи оказывается пострадавшему. Объясните правильны ли действия, оказывающего помощь или нет?



Часть С

17. При ответе преподавателю по теме «Гражданская оборона» студент указал основные элементы гражданской обороны в РФ:

1. подготовка населения в области гражданской обороны;
2. оповещение населения об опасностях, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;
3. эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы;
4. предоставление населению средств индивидуальной и коллективной защиты.

Задание: 1) дайте оценку правильности ответа студента; 2) какие бы два элемента гражданской обороны в РФ дополнительно вы бы добавили к ответу студента? Свой ответ обоснуйте.

18. Перед вами ситуационная задача: «Екатерина Степановна, женщина 23 лет. Не работает, студентка второго курса колледжа. Стаж курения девять лет, выкуривает по две пачки сигарет в день. Вышла замуж три года назад. Находится на третьем месяце беременности. Бросить курить отказывается. Муж не вмешивается, так как сам курит с 13 лет. Екатерина Степановна встала на учет в женской консультации по беременности. Не понимает, какой вред наносит своему еще не родившемуся ребенку. Оба супруга курят дома, на кухне».

Инструкция. 1. Объясните, какие факторы риска могут оказать отрицательное влияние на репродуктивное здоровье супругов. 2. Составьте памятку для супругов «О вреде табакокурения при беременности».

4.Эталоны ответов обучающихся.

Часть А

1Б, 2В, 3Б, 4Б, 5Б, 6В, 7Г, 8А, 9В, 10А, 11А, 12Б, 13В, 14В

Часть В

15. Общий алгоритм действий: «Сохраняйте спокойствие, не паникуйте. Быстро соберите необходимые документы, ценности, лекарства, продукты и прочие необходимые вещи.

Окажите помощь детям, инвалидам и людям преклонного возраста. Они подлежат эвакуации в первую очередь. Перед выходом из дома отключите электро - и газоснабжение, погасите огонь в печах. Закройте окна и двери, если есть время - закройте

окна и двери первого этажа досками (щитами). Покиньте помещения. Проверьте, нет ли вблизи пострадавших, окажите им, по возможности, помощь».

16. Остановка артериального кровотечения. Действия человека, оказывающего помощь правильные, жгут накладывается в правильном порядке и не на оголённый участок конечности.

Часть С

17. Ответ правильный. Дополнительные элементы. Первоочередное обеспечение населения, пострадавшего при ведении военных действий или вследствие этих действий, в том числе медицинское обслуживание, срочное предоставление жилья. Обнаружение и обозначение районов, подвергшихся радиоактивному, химическому, биологическому и иному заражению. Обеззараживание населения, техники, зданий, территорий. Данные задачи ГО отвечают в полной мере обязанностям данной организации. Обучающийся может привести любые два элемента, соответствующие по теме вопроса.

18. Курение вредит и матери, и плоду во время беременности. Наиболее частое последствие курения матери во время беременности для плода – это: малый вес ребенка при рождении: чем больше курит женщина во время беременности, тем меньше будет вес ребенка. У курящих женщин также более вероятны плацентарные осложнения, преждевременный разрыв плодных оболочек, преждевременные роды и послеродовые инфекционные поражения. Врожденные пороки развития сердца, головного мозга и лица более распространены у новорожденных, рождающихся у курящих беременных, чем у некурящих. Курение матери увеличивает риск синдрома внезапной смерти младенцев. Доказано, что вдыхание табачного дыма независимо от содержания никотина приводит к выраженной гипоксии (снижение поступления кислорода) плода. Среди курящих женщин частота преждевременных родов составила 22%, в то время как у некурящих этот показатель равнялся 4,5%. Особенно высоки показатели мертворождаемости в семьях, где курят и мать, и отец. Считается, что выкуривание женщиной даже 4 сигарет в день представляет серьезную опасность для возникновения преждевременных родов, которая удваивается при выкуривании 5-10 сигарет в день. Даже если Вам удастся избежать этих тяжелых последствий, Ваш ребенок будет часто болеть, не исключена возможность развития заболеваний органов дыхания, в том числе бронхиальной астмой.

5. Критерии оценки ответов обучающихся.

Оценка «5» - выполнено 75 % заданий части А + 50 % заданий части Б + 50 % заданий части В

Оценка «4» - выполнено 75 % заданий части А + 50 % заданий части Б

Оценка «3» - выполнено 75 % заданий части А. Оценка 3 «удовлетворительно может быть поставлена, если обучающийся выполнил менее 60 % заданий части А любые два задания частей Б и В.

Оценка «2» - выполнено менее 75 % заданий части А. Оценка 2 «неудовлетворительно

6. Зачетная ведомость

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА**

МДК 01.01 Частные методики адаптивного физического воспитания

подготовки специалистов среднего звена

код специальности 49.02.02, Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» программы подготовки специалистов среднего звена СПО по МДК 01.01 «Частные методики адаптивного физического воспитания обучающихся»

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: *Киселева Татьяна Юрьевна, преподаватель*

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Кобылкевич Е.Ю.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения МДК, подлежащие проверке
3. Оценка освоения МДК
 - 3.1. Контроль и оценка освоения МДК
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения МДК 01.01 «Частные методики адаптивного физического воспитания обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности 49.02.01 «Адаптивная физическая культура СПО программы подготовки специалистов среднего звена СПО следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональные компетенции, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

З 1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания в общеобразовательных организациях;

З 2 медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры;

З 3 характеристику типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп;

З 4 методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга,

врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей;

З 5 место и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья;

Обучающийся должен уметь:

У 1 находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам адаптивной физической культуры;

У 2 планировать адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии;

У 3 создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся;

У 4 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими);

У 5 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;

У 6 использовать различные формы адаптивного физического воспитания;

У 7 использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся;

У 8 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма;

У 9 мотивировать обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности;

У 10 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими);

У 11 организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство;

- У 12 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий;
- У 13 применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;
- У 14 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии;
- У 15 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий;
- У 16 анализировать процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их;

Обучающийся должен иметь практический опыт:

- анализа планов и организации процесса адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях различного вида и разработки предложений по его совершенствованию;
- определения цели и задач, планирования и проведения уроков, внеурочных мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях;
- проведения диагностики физической подготовленности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп;
- наблюдения, анализа и самоанализа уроков, внеурочных мероприятий и занятий в общеобразовательных организациях, их обсуждения в диалоге с сокурсниками, руководителем педагогической практики, учителями, разработки предложений по совершенствованию и коррекции;
- применения приемов страховки при выполнении физических упражнений; ведения документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях;

Формируемые ОК:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и	ЛР 10

пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	
Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением.	ЛР 11
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формой промежуточной аттестации по МДК является: в 4 и 6 семестре- Дифференцированный зачет, 3 и 5 семестр- другие формы контроля, 6 семестр- курсовая работа, 6 семестр-экзамен

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МДК, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по МДК осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 1находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам адаптивной физической культуры ОК2,4,5, ПК1.7	- создает информационные источники объектов (сообщение, доклад, информации, сочинение, реферат, презентация, необходимой для конспекта урока - организывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество

	- осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - ведет документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях
У 2. планировать адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии ОК 2,7,9,11 ПК1.1, 1.7,	-составляет планы адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии - организывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. - определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся. - ведет документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях

У 3. создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся ОК 2,9,10,11 ПК1.6	устанавливает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся - организывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -обеспечивает профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. - строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих - формировать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся
У 4. устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими) ОК1,2,6,9,11 ПК 1.4	-создает педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес - организывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество -осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих - осуществляет педагогический контроль, оценивает процесс и результаты деятельности обучающихся

У 5. подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь ОК3,7,10 ПК1.6	Выбирает и комплектует, к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. - осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. - формирует в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся
У 6. использовать различные формы адаптивного физического воспитания ОК2,7,9,11,12 ПК 1.1-1.3	-применять различные формы адаптивного физического воспитания -организует собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. -определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре. -организует внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной,

	профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.
У 7 использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся ОК2,3,7,9,11,12 ПК 1.1-1.3	-применяет различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, определяет физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся -организует собственную деятельность, -определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях. - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности --определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре. -организует внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.
У 8. использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма ОК 2,3,6,7,9,11,12 ПК 1.1-1.3	-применяет различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма -организует собственную деятельность,

	--организует собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество - анализирует риски и принимает решения в нестандартных ситуациях. - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности -определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях. - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности -определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре. -организует внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной,

	профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности
У 9. мотивировать обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности; Ок7 ПК 1.2,1.3,1.4	-побуждает обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - ведет учебные занятия по физической культуре. -организует внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности - осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся
У 10 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими ОК2,9,11 ПК1.4,1.7	-проектирует и организует педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими - организует собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество. - строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих -осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся -оформление документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.
У 11 организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство ОК2,7,10,12 ПК1.1, 1.3,1.4	-координирует, осуществляет соревнования и осуществлять судейство - организует собственную деятельность определяет методы решения

	- определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса -осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. -формирует в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. - определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся -организует внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности - осуществляет педагогический контроль, анализирует процесс и результаты деятельности обучающихся
У 12. выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий ОК2,6,7,9,10,11,12 ПК 1.1-1.7	-реализует профессионально ориентированные виды двигательных действий -организует собственную деятельность, - анализирует риски и принимает решения в нестандартных ситуациях. - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организует и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей.

	- формирует профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности -определяет методы решения -определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре. -организовывает внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленность. -осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся -анализирует учебные занятия, внеурочные мероприятия. - формирует в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. -оформление документации, обеспечивающей процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях
У 13. применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях ОК3,10 ПК1.2-1.3,1.6	-использует приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, обеспечивает технику безопасности на занятиях -анализирует риски и принимает решения в нестандартных ситуациях. -осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей - ведет учебные занятия по физической культуре.

	-организует внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. - формирует в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях
У 14 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии ОК2 ПК1.4	-устанавливать педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии -организует собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество. -осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся
У 15 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий ОК2,4,8,9,11 ПК.1.2, 1.3,1.5	-проводит самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий -организует собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество. - исследует, анализирует и оценивает информацию, необходимую для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. - самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий

	- строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. - ведет учебные занятия по физической культуре. -организовывает внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленность. - анализирует учебные занятия, внеурочные мероприятия.
У 16 анализировать процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их ОК2,4,8,9,11 ПК1.2,1.3,1.5	-исследует процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, исправляет и модернизирует -организовывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество. - исследует, анализирует и оценивает информацию, необходимую для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. - самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - строит профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

	- ведет учебные занятия по физической культуре. -организовывает внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленность. - анализирует учебные занятия, внеурочные мероприятия.
Знать:	
31. цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания в общеобразовательных организациях;	определение цели, задачи, функции, содержание, форм и методов физического воспитания в общеобразовательных организациях
32 медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры	знание медико-биологические и психологических основ построения частных методик адаптивной физической культуры
33 характеристику типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп	знание характеристик типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп
34 методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей	знание методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей
35 место и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья	Понимание места и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ МДК

3.1. Контроль и оценка освоения МДК по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент МДК	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Общие основы адаптивной физической культуры				

Тема 1.1. Введение в адаптивную физическую культуру	У 1 3 5 ОК1 ПК 1.1	-устный опрос - тестирование самостоятельна я работа - практическая работа	У 1 3 5 ОК1 ПК 1.1	4 и 6 семестр – дифференцированны й отчет 3 и 5 семестр - другие формы контроля экзамен 6 семестр- курсовая работа 6 семестр-экзамен
Раздел 2. Организация учебного процесса по адаптивной физической культуре				
Тема 2.1. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения	У 1-9, 11-16 3 1-4 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7	-устный опрос - тестирование самостоятельна я работа - практическая работа	У 1-9, 11-16 3 1-4 ОК 2-12 ПК 1.1-1.6	
Тема 2.2. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха	У 1-9, 11-16 3 1-4 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7	-устный опрос - тестирование самостоятельна я работа - практическая работа -презентация	У 1-9, 11-16 3 1-4 ОК 2-12 ПК 1.1-1.6	
Тема 2.3 Документация, обеспечивающая процесс адаптивного физического воспитания	У 1,2,16 3 1-4 ОК 2,5, 8,11 ПК 1.1, 1.7	-устный опрос - тестирование самостоятельна я работа - практическая работа	У 1,2,16 3 1-4 ОК 2,5, 8,11 ПК 1.1, 1.7	
Тема 2.4 Методика адаптивной физической культуры для детей с задержкой психического развития	У 1-9, 11-16 3 1-4 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7	-устный опрос - тестирование самостоятельна я работа - практическая работа	У 1-9, 11-6 3 1-4 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7	
Тема 2.5. Методика	У 1-9, 11-16 3 1-4	-устный опрос - тестирование	У 1-9, 11-16 3 1-4	

адаптивной физической культуры детей с нарушениями психического и интеллектуального развития	ОК 2-12 ПК 1.1-1.7	самостоятельная работа - практическая работа - презентация	ОК 2-12 ПК 1.1-1.7	
Тема 2.6 Методика адаптивной физической культуры при детском церебральном параличе	У 1-9, 11-16 З 1-4 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7	-устный опрос - тестирование самостоятельная работа - практическая работа	У 1-9, 11-16 З 1-4 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7	
Раздел 3. Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями				
Тема 3.1 Особенности работы с родителями детей с ограниченными возможностями здоровья	У 4, 10 З 1 ОК 2,6,11 ПК 1.3-1.4	-устный опрос - тестирование самостоятельная работа - практическая работа	У 4, 10 З 1 ОК 2,6,11 ПК 1.3-1.4	
Раздел 4. Инклюзивное образование				
Тема 4.1. Инклюзивная физическая культура	У 1,2,16,16 З 1-5 ОК 2,4,5,6,8,9,11 ПК 1.1-1.5,1.7	-устный опрос - тестирование самостоятельная работа - практическая работа	У 1,2,16,16 З 1-5 ОК 2,4,5,6,8,9,11 ПК 1.1-1.5,1.7	

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к оценке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

5. Презентация. Критерии оценивания.

<u>Оцениваемые показатели</u>	<u>Кол-во баллов</u>
<u>Содержание</u>	
- <u>наличие правильно оформленного титульного листа</u>	<u>1</u>
- <u>информация точная, полная, полезная и актуальная</u>	<u>3</u>
- <u>присутствуют иллюстрации, соответствующие содержанию</u>	<u>1</u>
- <u>грамотность (орфография и пунктуация)</u>	<u>1</u>
<u>Дизайн</u>	
- <u>читаемость текста</u>	<u>1</u>
- <u>цветовое решение</u>	<u>1</u>
<u>Защита презентации</u>	
- <u>свободное владение темой проекта</u>	<u>2</u>

- <u>способность кратко и грамотно изложить суть работы</u>	<u>2</u>
- <u>выражение своего мнения по проблеме</u>	<u>2</u>
- <u>культура речи, поведения</u>	<u>1</u>
- <u>удержание внимания аудитории</u>	<u>1</u>
- <u>эмоциональная окрашенность речи</u>	<u>1</u>
<u>Итого:</u>	<u>17 баллов</u>

Критерии оценки:

Оценка «5» - набрано 16 -17 баллов

Оценка «4» - набрано 10-15 баллов

Оценка «3» набрано 8-10 баллов

Оценка «2» набрано 0-7 баллов

4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа

1.Форма проведения: письменная, тест

2.Условия выполнения:

1.Инструкция для обучающихся:

Внимательно ознакомьтесь с комплектом контрольно-оценочных средств, данный комплект состоит 18 вопросов в 3 частях. Часть А-15 вопросов, часть В-2 вопроса и часть С- 1 вопрос, на которые вам предстоит ответить.

Отвечать на вопросы необходимо черной гелиевой ручкой. Исправления и поправки в комплекте контрольно-оценочных средств не допускаются, поэтому отвечайте на вопросы только тогда, когда будете уверены. Если вы не знаете ответа на текущий вопрос, переходите к следующему, вы сможете вернуться к не отвеченному вопросу чуть позже.

Время выполнения задания:90 мин.

Оборудование: нет

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники: нет

Требования охраны труда: Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из аудитории. Во время экзамена во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3.Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 1. Введение в адаптивную физическую культуру

Тема 2. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения

Тема 3. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха

1.1. Тест

Образец тестового задания

Вариант 1

Часть А

В части А в каждом задании только один правильный ответ

- 1 Помутнение хрусталика это:
 - А) катаракта
 - Б) амблиопия
 - В) фиброплазия
 - Г) астигматизм
 - Д) косоглазие
2. В каком возрасте у детей с депривацией зрения наиболее выраженные отклонения?
 - А) дошкольный
 - Б) младший школьный
 - В) средний школьный
 - Д) старший школьный
3. К нетрадиционному спортивному инвентарю для слепых и слабовидящих детей относятся: Укажите неверный ответ.
 - А) озвученные мячи;
 - Б) скакалки, гимнастические палки, -
 - В) мячи с веревочкой, которая крепится к поясу,
 - Г) мяч с запахом ванилина, конус для развития вестибулярного аппарата
4. Направления использования метода практических упражнений у слепых и слабовидящих детей с использованием осязания. Укажите неверный ответ.
 - А) использование мелкого спортивного инвентаря для манипуляции пальцами и развития мелкой моторики руки (мяч «ежик», массажное кольцо и мяч, ручной эспандер, для дифференцировки тактильных ощущений - отделение риса от гороха и т.д.);
 - Б) использование упражнений, которые требуют согласованных и синхронных действий партнеров (бег парами с передачей мяча друг другу с постепенным увеличением расстояния между партнерами и т.д.);
 - В) использование страховки, помощи и сопровождения;
 - Г) изменение сигнала для изменения темпа и направления движения.
5. Средства, применяемые на уроках физической культуры в специальных школах для слабовидящих детей направлены преимущественно на активизацию следующих сохранных анализаторов ...
 - А) Зрительного, осязательного, слухового, обонятельного
 - Б) слухового и осязательного
 - В) зрительного и слухового
 - Г) осязательного, слухового и обонятельного
6. Особенности физического развития слепых и слабовидящих детей: (укажите неверный ответ)
 - А) неправильная поза при ходьбе, беге
 - Б) обычная поза при ходьбе, беге
 - В) нарушается координация и точность движений
 - Г) снижены скоростно-силовые качества, прыжковая способность
 - Д) повышены скоростно-силовые качества, прыжковая способность
7. Внутреннее ухо отделено от среднего:

- А) жидкостью
 - Б) барабанной перепонкой
 - В) костным лабиринтом
 - Г) пластинкой с двумя отверстиями
8. Звуковые колебания к слуховым рецепторам передаются непосредственно:
- А) барабанной перепонкой
 - Б) воздухом
 - В) жидкостью
 - Г) слуховыми косточками
9. Наружное, среднее и внутренне ухо входят в:
- А) проводниковый отдел слухового анализатора
 - Б) периферический отдел слухового анализатора
 - В) центральный отдел слухового анализатора
10. Стойкие нарушения слуха у детей могут быть: Укажите неверный ответ
- А) врожденными
 - Б) приобретенными
 - В) двигательными
11. 8-я пара черепно-мозговых нервов, осуществляя передачу возбуждения от кортиева органа (улитка), содержит: Отметьте неверный ответ.
- А) слуховые волокна
 - Б) вестибулярную ветвь.
 - В) эндолимфу
12. Нарушения двигательной сферы у детей с депривацией слуха проявляются:
- А) в снижении уровня развития основных физических качеств:
 - Б) в трудности сохранения статического и динамического равновесия
 - В) в недостаточно точной координации и неуверенности движений, что особенно заметно при овладении навыком ходьбы
 - Г) все ответы верны
13. Речь включает в себя: Укажите неверный ответ.
- А) восприятие
 - Б) понимание,
 - В). Смыслообразование
 - Г) перекодирование
 - Д) программирование высказываний
 - Е) воспроизведение (моторную реализацию)
 - Ж) Осязание
14. Химическое вещество, вызывающее стойкое нарушение слуховой функции и оказывающее токсическое воздействие на слуховой анализатор:
- А) Метранидазол
 - Б) Анальгин
 - В) Папаверин
 - Г) Хинин
15. Отметьте верный ответ. Кондуктивная потеря слуха-это.....
- А) нарушение передачи звука к внутреннему уху
 - Б) повреждение нерва, искажение звуков
 - В) снижение способности обнаруживать и понимать звуки
 - Г) полная глухота

Часть В

16. Запишите термин, пропущенный в таблице

Термин	Понятие
Близорукость	-характеризуется недостатком преломляющей силы глаза, в результате которого дети плохо видят отдаленные предметы, действия, а также то, что написано на классной доске
.....	- характеризуется тем, что фокус параллельных лучей после их преломления в глазу оказывается лежащим позади сетчатки.

17.Соотнести признаки, которые соответствуют дальнозоркости и близорукости.

- 1.Хорошо видит отдаленные предметы, но не различает близкие предметы.
- 2.Хорошо видит близкие предметы, но не различает отдаленные предметы.
3. Напряженная зрительная работа вызывает зрительное утомление.
- 4.Прищуривают глаза при рассматривании предметов.
- 5.Изображение позади сетчатки.
6. Изображение впереди сетчатки.
7. При высокой степени наблюдается отслойка сетчатой оболочки глаза
8. При высокой степени часто наблюдается сходящее косоглазие

В таблицу занести признаки (цифры), которые соответствуют соответственно дальнозоркости и близорукости.

Дальнозоркость	Близорукость

Часть С

18. Согласны ли вы с тем, что для слепых и слабовидящих детей необходимо применять нестандартный инвентарь. Согласны ли вы с этим мнением, почему? Аргументируйте свой ответ.

Вариант 2

Часть А

В части А в каждом задании только один правильный ответ

1. При светоощущении принято различать: Отметьте неверный ответ.

- А) «световая адаптация»,
- Б) «темновая адаптация»
- В) монохромная адаптация

2. Назовите неверную особенность двигательной памяти слепых и слабовидящих детей:
(Укажите один или несколько верных ответов)

А) запоминание простых движений требует 8-10 повторений,

Б) запоминание простых движений требует 3-4 повторений

В) при отсутствии подкреплений двигательный образ угасает

однажды освоенный двигательный образ надолго сохраняется в памяти.

3. Назовите особенность двигательной памяти слепых и слабовидящих:

А) Двигательный образ формируется в процессе манипулирования с предметами,

Б) Двигательный образ легко создается после словесного объяснения учителя, -

В) Двигательный образ формируется на основании признаков, доступных восприятию ребенка.

Г) Двигательный образ формируется в процессе физического развития.

4. К коррекционным задачам АФК у слепых и слабовидящих детей относятся: Отметьте верный ответ.

А) развитие навыков пространственной ориентировки;

Б) коррекция скованности и ограниченности движений;

В) формирование основных двигательных навыков и физических качеств.

Г) совершенствование мышечно-суставного чувства;

Д) коррекция и совершенствование координационных способностей.

5. К коррекционным задачам АФК у слепых и слабовидящих детей относятся: Отметьте неверный ответ.

А) охрана и развитие остаточного зрения;

Б) повышение общей физической подготовленности

В) развитие и использование сохранных анализаторов;

Г) развитие зрительного восприятия: цвета, формы, движения (удаление, приближение), сравнение, обобщение, выделение;

Д) развитие двигательной функции глаза; укрепление мышечной системы глаза;

6. Физические упражнения для решения коррекционных задач у слепых и слабовидящих детей: Отметьте неверный ответ.

А) упражнения на развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем.-

Б) упражнения на развитие равновесия, координации

В) упражнения на развитие точности движений и дифференцировки усилий.

Г) упражнения по обучению приемам пространственной ориентировки на основе остаточного зрения, слуха, обоняния, осязания

7. Специальные упражнения для слепых и слабовидящих детей:

А) на улучшение функционирования мышц глаза;

Б) на улучшение кровообращения тканей глаза;

В) на развитие аккомодационной способности глаза;

Г) все ответы верные

8. К специальным задачам АФВ в школах для детей с нарушением зрения относятся: Отметьте неверный ответ.

А) Охрана и развитие остаточного зрения

Б) Развитие и использование сохранных анализаторов

- В) Воспитание гармонически развитого ребенка
 Г) Укрепление мышечной системы глаза.
9. Какие задачи АФК направлены на исправление имеющихся нарушений в состоянии здоровья слабовидящих детей?
- А) коррекционные
 Б) образовательные
 В) профилактические
10. Наиболее типичным методическим приемом обучения слабовидящих детей является метод:
- А) игры в мяч
 Б) слова
 В) метод дистанционного управления
 Г) метод стимулирования двигательной активности
11. Вестибулярный аппарат образован:
- А) преддверием с мешочками
 Б) только полукружными каналами
 В) преддверием с мешочками и полукружными каналами
 Г) Улиткой и двумя полукружными каналами
12. Внутренняя слуховая труба обеспечивает:
- А) выравнивание давления
 Б) защиту уха
 В) усиление колебания звуков
13. Система косточек включает в себя:
- А) только стремечко
 Б) только наковальню и молоточек
 В) молоточек, наковальню и стремечко
14. В слуховом анализаторе различают: Отметьте неверный ответ.
- А) звукопроводящий аппарат
 Б) звуковоспринимающий аппарат
 В) звукопринимающий аппарат
15. Слуховое восприятие при двухстороннем поражении лучше на том ухе, где :
- А) меньше поражен вестибулярный анализатор,
 Б) больше поражен вестибулярный анализатор
 В) все ответы верные

Часть В

16. Запишите термин, пропущенный в таблице

Термин	Понятие
Слух	- отражение действительности в форме звуковых явлений, способность человека (живого организма) воспринимать и различать звуки.

.....	- механические колебания внешней среды, которые воспринимаются слуховым аппаратом человека.

17. Укажите стрелками→ какое ухо, каким аппаратом является

1. Наружное ухо	А. звуковоспринимающий аппарат
2. Внутреннее ухо	Б. звукоулавливающий аппарат
3. Среднее	В. звукопроводящий аппарат

Часть С

18. Согласны ли вы с мнением, что глухие дети и слабослышащие дети не отличаются друг от друга по способу восприятия речи? Обоснуйте свой ответ.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам адаптивной физической культуры	- создает информационные источники объектов (сообщение, доклад, информации, сочинение, реферат, презентация, необходимой для конспекта урока
У 2. планировать адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастного-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии	-составляет планы адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастного-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии
У 3. создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся	-устанавливает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся
У 4 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими);	-создает педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими
У 5 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь	-выбирает и комплектует, к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь
У 6 использовать различные формы адаптивного физического воспитания	
У 7 использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики	

развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся У 8 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма У 9. мотивировать обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности; У 11 - организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство; У 12 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; У 13 применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; У 14 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; У 15 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий; У 16 анализировать процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их	-применять различные формы адаптивного физического воспитания -применяет различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, определяет физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся -применяет различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма -побуждает обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности -координирует, осуществляет соревнования и осуществлять судейство -реализует профессионально ориентированные виды двигательных действий -использует приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, обеспечивает технику безопасности на занятиях -устанавливать педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии -проводит самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий -исследует процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, исправляет и модернизирует
3 1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания в	-определение цели, задачи, функции, содержание, форм и методов физического

общеобразовательных организациях; 3 2 медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры; 3 3 характеристику типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп; 3 4 методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей; 3 5 место и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья;	воспитания в общеобразовательных организациях - знание медико-биологические и психологических основ построения частных методик адаптивной физической культуры - знание характеристик типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп -знание методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей -понимание места и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество	- понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес - организывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях -осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - Использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности -работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организовывает и контролирует их работу

образовательного процесса. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.	с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации -осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. - ведет профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих -владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся. ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	-определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре -организовывает внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. -осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. - анализирует учебные занятия, внеурочные мероприятия. -создает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. -оформляет документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях

4.Эталоны ответов

Вариант 1

Часть А

1А, 2Б, 3Б, 4Г, 5А, 6Б, 7Г, 8Г, 9Б, 10А, 11В, 12Г, 13Ж, 14Г, 15А

Часть В

16 – Дальнозоркость,

17 .

Дальнозоркость	Близорукость
1,3,5,8	2,4,6,7

Часть С

18. Да, согласен. К нетрадиционному оборудованию для рассматриваемой категории детей можно отнести: озвученные мячи, мяч с веревкой, мяч с запахом ванилина, матрас с шелковой полоской (для осязательного распознавания направления движения), пришитой вдоль матраса (для занятий в положении лежа), озвученные мишени для метания, окрашенные в цвета, рекомендуемые офтальмологами и тифлопедагогами (зеленый, желтый, оранжевый, красный). Использование стимульного материала (осязательных, звуковых, зрительных, обонятельных, вибрационных, температурных ориентиров, яркого и интересного спортивного инвентаря, наглядных пособий, доступных как для зрительного, так и для осязательного восприятия) будет способствовать более адекватному восприятию и усвоению учебного материала.

Вариант 2

Часть А

1В, 2Б, 3Б, 4В, 5Б, 6А, 7Г, 8В, 9А, 10Б, 11В, 12А, 13В, 14В, 15А

Часть В

16 . Звук

17. 1Б, 2А, 3В

Часть С

17. Нет, не согласен. Глухие дети – это дети с тотальным выпадением слуха. Слабослышащие-дети с частичной слуховой недостаточностью, затрудняющей речевое развитие, но сохраняющей возможность самостоятельного овладения речью. Глухие и слабослышащие отличаются друг от друга по способу восприятия речи. Глухие овладевают зрительным и слухозрительным восприятием речи словесной речи только в процессе специального обучения. Слабослышащие могут самостоятельно овладевать восприятием на слух речи разговорной громкости в процессе естественного общения с окружающими.

5.Критерии оценки ответов обучающихся

Оценка «5» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В + 100 % заданий части С

Оценка «4» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В

Оценка «3» - выполнено 60% заданий части А

Оценка «2» - выполнено менее 60% заданий части А

5.Зачетная ведомость

2.Дифференцированный зачет (4семестр)

1.Форма проведения: устная (защита статьи на заданную тему).

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 120 мин.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: телевизор, компьютер.

Информационные источники:

Адаптивная физическая культура детей с отклонениями в состоянии здоровья: учеб. пособие/ авт. состав.: Зиятдинова А. И., Жиряева Р.Р., Дамина А. И., Хузиахметова И.И., Ульянова А.В. -Казань: Казан.ун-т, 2015.- 156с.

Ветрова И.В., Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2014. 494 с.

Зельдин Л.М., Развитие движения при различных формах ДЦП [Электронный ресурс] / Л. М. Зельдин. – Эл. изд. – Электрон. текстовые дан. (1 файл pdf : 137 с.).– М. : Теревинф, 2016.

Караулова Л.К., Физиология физического воспитания и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования /Л.К.Караулова, Н.А.Красноперова, М.М.Расулов. – 2-е изд., стер. - Москва: Издательский центр Академия, 2013.

С.П. Евсеев С.П. Евсеев., Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие – М.: Советский спорт, 2014. – 298 с.

Токарская, Л. В. Особенности преподавания физической культуры детям и подросткам с умеренной и тяжелой умственной отсталостью: [учеб. пособие] / Л. В. Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2015. — 190 с.

Тимченко Т.В., Частные методики АФК : учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов. Уфа: БИФК, 2016. 28 с. Ч.1 Частные методики АФК для лиц с нарушением интеллекта и ЗПР.

Технологии и методики адаптивной физической культуры в воспитании детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья: методические материалы / [М.А. Правдов, М.В. Воробушкова, Д.М. Правдов, А.В. Корнев]; под ред. М.А.Правдова, Е.А.Шмелевой — Шуя: Изд-во Шуйского филиала ИвГУ, 2016. – 72 с.

Физическая культура для детей с легкой умственной отсталостью: Методические рекомендации / сост. М.А. Морозов, О.А. Панова, Л.М. Лапшина. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2014. – 19 с.

Евсеев С. П., ред. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 томах. Том 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры, и характеристика ее основных видов. Серия: Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 2022 г.

Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие. — М.: Советский спорт, 2000. — 240 с.: ил.

Л.В. Шапкова., Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии — М.: Советский спорт, 2002

Шапкова Л.В., Частные методики адаптивной физической культуры: Учебник. – М.: Изд-во «Советский спорт», 2009.

Литош Н.Л., Адаптивная физическая культура: психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. — М.: СпортАкадемПресс, 2002. — 140 с.

Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов и др.; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - М.: Академия, 2005. — 432 с..

Требования охраны труда: Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из аудитории. Во время экзамена во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3.Пакет материалов для проведения других форм контроля

2.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 2.3. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха

Тема 2.4 Документация, обеспечивающая процесс адаптивного физического воспитания

Тема 2.5 Методика адаптивной физической культуры для детей с задержкой психического развития

2.2. Темы статей, предложенных на защиту.

1. Влияние подвижных игр на развитие координационных способностей детей с нарушением слуха
2. Развитие физических способностей (силовых, скоростных качеств, выносливости, гибкости, ловкости) у детей с нарушением слуха.
3. Развитие координационных способностей (равновесия, дифференцировки усилий, времени, пространства, реагирующей способности, расслабления) у детей с нарушением слуха
4. Методы активизации познавательной и речевой деятельности на уроках физической культуры учащихся с нарушением слуха
5. Методы активизации внимания, мышления, памяти на уроке физической культуры учащихся с нарушением слуха (возраст - по выбору студента).
6. Методы обучения пространственной ориентировке (схема тела, направление, маршрут движения и др.) дошкольников и младших школьников с нарушением слуха
7. Методы развития статического и динамического равновесия у детей с нарушением слуха (возраст - по выбору студента).
8. Методы развития мелкой моторики у детей с нарушением слуха (возраст - по выбору студента).
9. Особенности коммуникативной деятельности педагога и детей с нарушением слуха на уроке физкультуры.
10. Средства и методы развития функции дыхания у детей с нарушением слуха на уроке физической культуры

11. Профилактика и коррекция осанки, походки, плоскостопия у детей с задержкой психического развития.
12. Методы и методические приемы коррекции и развития координационных способностей школьников задержкой психического развития средствами адаптивной физической культуры (возраст - по выбору студента).
13. Методика подбора, организация и проведение подвижных игр дошкольниками с задержкой психического развития. (возраст - по выбору студента).
14. Объем и особенности формирования знаний на уроке физической культуры дошкольниками с задержкой психического развития. (возраст - по выбору студента).
15. Особенности коррекции и развития основных физических качеств (силовых, скоростных, выносливости) у детей с задержкой психического развития
16. Особенности физической подготовленности детей дошкольного возраста с задержкой психического развития.
17. Особенности физической подготовленности детей дошкольного возраста с нарушениями слуха.
18. Особенности овладения основными видами движений детьми с нарушениями слуха.
19. Особенности овладения основными видами движений детьми с задержкой психического развития.
20. Особенности мелкой моторики детей с нарушениями слуха.
21. Особенности мелкой моторики детей с задержкой психического развития.
22. Портрет специалиста по адаптивному физическому воспитанию.
23. Урок- как эффективная форма организации систематических занятий в адаптивном физическом воспитании.
24. Предметно-развивающая среда в адаптивном физическом воспитании.
25. Ребенок с ограниченными возможностями-особый ребенок.

Материалы, представленные на защиту, должны отвечать следующим требованиям: материалы должны быть прошиты в пластиковом скоросшивателе (или оформлены в папку

с файлами); статья должна быть объемом от 3-х страниц машинописного текста формата А4, размеры полей: верхнее, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 10 мм, абзацный отступ – 1,25 см., межстрочный интервал – 1,5, кегль 14. Ориентация листа – книжная. Материалы должны быть на русском языке, шрифт Times New Roman, без переносов; название статьи: строчные буквы, кегль 14, жирный, выравнивание по центру, точка в конце заголовка не ставится. Ниже размещается имя, отчество, фамилия автора, / курс, специальность / профессия строчными буквами, выравнивание по правому краю, кегль 14, курсив. Ниже, через один интервал, размещается текст статьи: кегль 14, выравнивание по ширине. Текст таблиц: кегль 11, заголовки граф центрируются. Таблицы должны иметь нумерацию и заголовки. Ссылки на таблицы в тексте обязательны. Страницы статьи нумеруются арабскими цифрами; сокращения и аббревиатуры в тексте допускаются только при наличии обязательной расшифровки. Список литературы является обязательным элементом, оформляется согласно ГОСТ 7.0.100-2018. Список литературы выполняется в виде нумерованного списка арабскими цифрами, выравнивание по левому краю. Продолжительность выступления до 5-7 минут. Публичное выступление обучающихся должно соответствовать критериям: актуальность темы; логичность и содержательность материала; соответствие выводов поставленным цели и задачам; наглядность представленного материала (макет, презентация); ораторское искусство и грамотность изложения материала.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам адаптивной физической культуры	- создает информационные источники объектов (сообщение, доклад, информации, сочинение, реферат, презентация, необходимой для конспекта урока
У 2. планировать адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии	-составляет планы адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии
У 3. создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся	-устанавливает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся
У 4 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими);	-создает педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими
У 5 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь	-выбирает и комплектует, к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь

У 6 использовать различные формы адаптивного физического воспитания У 7 использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся У 8 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма У 9. мотивировать обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности У 11 - организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство; У 12 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; У 13 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; У 14 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; У 15 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий; У 16 анализировать процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их	-применять различные формы адаптивного физического воспитания -применяет различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, определяет физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся -применяет различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма -побуждает обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности -координирует, осуществляет соревнования и осуществлять судейство -реализует профессионально ориентированные виды двигательных действий -использует приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, обеспечивает технику безопасности на занятиях -устанавливать педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии -проводит самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий -исследует процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, исправляет и модернизирует
3 1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания в общеобразовательных организациях;	-определение цели, задачи, функции, содержание, форм и методов физического воспитания в общеобразовательных организациях

З 2 медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры; З 3 характеристику типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп; З 4 методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей; З 5 место и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья;	- знание медико-биологические и психологических основ построения частных методик адаптивной физической культуры - знание характеристик типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп - знание методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей - понимание места и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития,	- понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес - организывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - Использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организовывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. - самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития,

заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.	заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации -осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. - ведет профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих -владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся. ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	-определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре -организовывает внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. -осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. - анализирует учебные занятия, внеурочные мероприятия. -создает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. -оформляет документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях

4. Критерии оценки ответов

Оценка 5 «отлично»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3-х машинописных листов; выполнены требования к оформлению статьи и списку

литературы; 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 4 «хорошо»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть 1-2 недочета или 1 ошибка); 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 3 «удовлетворительно»: 1) материал статьи соответствует теме; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных

листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть ошибки); 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям по 1-3 критериям.

Оценка 2 «неудовлетворительно»: 1) материал статьи не в полной мере соответствует теме; 2) авторская позиция, умение формулировать выводы не продемонстрированы; 3) объем статьи менее 3х машинописных листов; не выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям.

3. Контрольная работа (5семестр)

1.Форма проведения: устная (защита статьи на заданную тему).

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 120 мин.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: телевизор, компьютер.

Информационные источники:

Адаптивная физическая культура детей с отклонениями в состоянии здоровья: учеб. пособие/ авт. состав.: Зиятдинова А. И., Жиряева Р.Р., Даминова А. И., Хузиахметова И.И., Ульянова А.В. -Казань: Казан.ун-т, 2015.- 156с.

Ветрова И.В., Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2014. 494 с.

Зельдин Л.М., Развитие движения при различных формах ДЦП [Электронный ресурс] / Л. М. Зельдин. – Эл. изд. – Электрон. текстовые дан. (1 файл pdf : 137 с.).– М. : Теревинф, 2016.

Караулова Л.К., Физиология физического воспитания и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования /Л.К.Караулова, Н.А.Красноперова, М.М.Расулов. – 2-е изд., стер. - Москва: Издательский центр Академия, 2013.

С.П. Евсеев С.П. Евсеев., Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие – М.: Советский спорт, 2014. – 298 с.

Токарская, Л. В. Особенности преподавания физической культуры детям и подросткам с умеренной и тяжелой умственной отсталостью: [учеб. пособие] / Л. В.

Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2015. — 190 с.

Тимченко Т.В., Частные методики АФК : учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов. Уфа: БИФК, 2016. 28 с. Ч.1 Частные методики АФК для лиц с нарушением интеллекта и ЗПР.

Технологии и методики адаптивной физической культуры в воспитании детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья: методические материалы / [М.А. Правдов, М.В. Воробушкова, Д.М. Правдов, А.В. Корнев]; под ред. М.А.Правдова, Е.А.Шмелевой — Шуя: Изд-во Шуйского филиала ИвГУ, 2016. – 72 с.

Физическая культура для детей с легкой умственной отсталостью: Методические рекомендации / сост. М.А. Морозов, О.А. Панова, Л.М. Лапшина. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2014. – 19 с.

Евсеев С. П., ред. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 томах. Том 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры, и характеристика ее основных видов. Серия: Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 2022 г.

Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие. — М.: Советский спорт, 2000. — 240 с.: ил.

Л.В. Шапкова., Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии — М.: Советский спорт, 2002

Шапкова Л.В., Частные методики адаптивной физической культуры: Учебник. – М.: Изд-во «Советский спорт», 2009.

Литош Н.Л., Адаптивная физическая культура: психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. — М.: СпортАкадемПресс, 2002. — 140 с.

Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов и др.; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - М.: Академия, 2005. — 432 с..

Требования охраны труда: Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из аудитории. Во время экзамена во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3.Пакет материалов для проведения промежуточной аттестации

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема: Методика адаптивной физической культуры детей с нарушениями психического и интеллектуального развития

3.2. Темы статей, предложенных на защиту.

1.Общие и специфические методы и приемы обучения двигательным действиям (гимнастике, ритмике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, передвижению на лыжах, плаванию) учащихся с умственной отсталостью (вид физических упражнений и возраст — по выбору студента).

2. Профилактика и коррекция осанки, походки, плоскостопия у детей с умственной отсталостью на уроках физической культуры.

3. Методы активизации познавательной и речевой деятельности учащихся с умственной отсталостью на уроках физической культуры
4. Методы и методические приемы коррекции и развития координационных способностей умственно отсталых школьников средствами адаптивной физической культуры (возраст - по выбору студента).
5. Методика подбора, организация и проведение подвижных игр с умственно отсталыми школьниками (возраст - по выбору студента).
6. Объем и особенности формирования знаний на уроке физической культуры умственно отсталых школьников (возраст - по выбору студента).
7. Коррекция и развитие психических процессов (мышления, внимания, памяти, воли) умственно отсталых школьников на уроке физической культуры.
8. Формирование элементарных математических представлений у умственно отсталых школьников на уроке физической культуры.
9. Формирование навыков социального поведения и управления эмоциями умственно отсталых школьников на уроке физической культуры.
10. Влияние неблагоприятного семейного воспитания на уровень агрессивности умственно отсталых школьников на уроке физической культуры.
11. Внешкольные формы повышения двигательной активности детей с умственной отсталостью.
12. Особенности коррекции и развития основных физических качеств (силовых, скоростных, выносливости) у детей с умственной отсталостью (возраст - по выбору студента).
13. Методика подготовки умственно отсталых старшеклассников к трудовой деятельности средствами адаптивной физической культуры
14. Особенности физической подготовленности детей дошкольного возраста с нарушением интеллекта.
15. Особенности физического развития детей с умственной отсталостью.
16. Особенности мелкой моторики детей с нарушением интеллекта.
17. Особенности обучения плаванию умственно отсталых детей.
18. Аутизм- приговор или нет
19. Особенности физического развития детей с расстройством аутистического спектра (РАС).
20. Методы и методические приемы обучения, коррекции и развития лиц с расстройствами аутистического спектра
21. Организация игровой деятельности с детьми с расстройством аутистического спектра
22. Развитие в России адаптивного физического воспитания лиц с нарушением интеллекта
23. Коррекция основных нарушений у детей с умственной отсталостью.
24. Нарушение основных движений у лиц с умственной отсталостью.
13. Общие и специальные задачи для детей с отклонениями в интеллекте

ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ СТАТЬИ

История развития естествознания как учебного предмета в 18 веке

Иванов С.С., студент 2курса

49.02.02. «Адаптивная физическая культура»

списку литературы (есть 1-2 недочета или 1 ошибка); 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 3 «удовлетворительно»: 1) материал статьи соответствует теме; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных

листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть ошибки); 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям по 1-3 критериям.

Оценка 2 «неудовлетворительно»: 1) материал статьи не в полной мере соответствует теме; 2) авторская позиция, умение формулировать выводы не продемонстрированы; 3) объем статьи менее 3х машинописных листов; не выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам адаптивной физической культуры	- создает информационные источники объектов (сообщение, доклад, информации, сочинение, реферат, презентация, необходимой для конспекта урока
У 2. планировать адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии	-составляет планы адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии
У 3. создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся	-устанавливает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся
У 4 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими);	-создает педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими
У 5 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь	-выбирает и комплектует, к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь
У 6 использовать различные формы адаптивного физического воспитания	-применять различные формы адаптивного физического воспитания
У 7 использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с	-применяет различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, определяет физическую нагрузку в

педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся У 8 использовать различные средства и методы физической реабилитации и У 9. мотивировать обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности восстановления организма У 11 - организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство; У 12 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; У 13 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; У 14 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; У 15 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий; У 16 анализировать процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их	соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся -применяет различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма - побуждает обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности восстановления организма -координирует, осуществляет соревнования и осуществлять судейство -реализует профессионально ориентированные виды двигательных действий -использует приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, обеспечивает технику безопасности на занятиях -устанавливать педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии -проводит самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий -исследует процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, исправляет и модернизирует
3 1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания в общеобразовательных организациях; 3 2 медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры; 3 3 характеристику типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных	-определение цели, задачи, функции, содержание, форм и методов физического воспитания в общеобразовательных организациях - знание медико-биологические и психологических основ построения частных методик адаптивной физической культуры

нозологических групп; 3 4 методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей; 3 5 место и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья;	- знание характеристик типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп -знание методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей -понимание места и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную	- понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес - организывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях -осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - Использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности -работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организовывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации

деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.	-осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. - ведет профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих -владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся. ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	-определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре -организовывает внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. -осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. - анализирует учебные занятия, внеурочные мероприятия. -создает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. -оформляет документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях

4. Дифференцированный зачет (6 семестр)

1.Форма проведения: устная (в виде собеседования)

2.Условия выполнения:

- 1.Инструкция для обучающихся:
- 2.Время выполнения: 120 минут.
- 3.Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся
- 4.Технические средства обучения: нет
- 5.Информационные источники, допустимые к использованию на Дифференцированном зачете: нет

6. Требования охраны труда: Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из аудитории. Во время дифференцированного зачета во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3.Пакет экзаменатора:

3.1. Перечень тем, выносимых на дифференцированный зачет.

1. Методика адаптивной физической культуры при детском церебральном параличе
2. Особенности работы с родителями детей с ограниченными возможностями здоровья
3. Инклюзивная физическая культура

3.2. Перечень вопросов, выносимых на экзамен

Вопросы к дифференцированному зачету:

1. Дайте определение Детскому церебральному параличу. Назовите, проявления двигательных нарушений данной категории детей.
2. Расскажите, в чем проявляются речевые и психические расстройства при ДЦП?
3. Расскажите о спастической диплегии.
4. Расскажите о двойной гемиплегии.
5. С чем связана гиперкинетическая форма ДЦП?
6. Расскажите о гемипаретической форма и атонически-астатическая форме ДЦП.
7. Что вы можете рассказать о контрактура и деформации?
8. В чем проявляется Гипертензионно-гидроцефальный и судорожный синдром?
9. Назовите клинические проявления речевых нарушений при ДЦП.
10. Чем обусловлены психические нарушения при ДЦП?
11. По какому типу возможны нарушения регуляции мышечного тонуса?
12. Что является основным средством двигательной реабилитации детей с ДЦП?
13. Какие задачи наряду с формированием основных двигательных навыков и умений необходимо решать при двигательной реабилитации детей с ДЦП?
14. Какие задачи необходимо решать при коррекции осанки у детей с ДЦП?
15. Расскажите о коррекция мелкой моторики и манипулятивной функции рук.
16. Назовите основные факторы, вызывающие миопатию.
17. Стадии травматической болезни спинного мозга.
18. Вторичные нарушение при миелопатии?
19. Что такое контрактура?
20. Расскажите алгоритм развития силы мышц на тренажере с блочной системой.
21. Расскажите о некоторых формах обучения родителей детей с ограниченными возможностями.
22. Практические занятия детей вместе с родителями.
23. Каким рядом особенностей характеризуется ситуация восприятия ребенка-инвалида в семье?
24. Дайте определение Инклюзивному образованию.

Эталоны ответов на вопросы:

1. ДЦП - органическое поражение мозга, возникающее в периоде внутриутробного развития, в родах или в периоде новорожденности и сопровождающееся двигательными,

речевыми и психическими нарушениями. Двигательные расстройства наблюдаются у 100% детей, речевые - у 75 и психические у 50% детей.

Двигательные нарушения проявляются в виде парезов, параличей, насильственных движений. Особенно значимы и сложны нарушения регуляции тонуса, которые могут происходить по типу спастичности, ригидности, гипотонии, дистонии. Нарушения регуляции тонуса тесно связаны с задержкой патологических тонических рефлексов и несформированностью цепных установочных выпрямительных рефлексов. На основе этих нарушений формируются вторичные изменения в мышцах, костях и суставах (контрактуры и деформации).

2. Речевые расстройства характеризуются лексическими, грамматическими и фонетико-фонематическими нарушениями. Психические расстройства проявляются в виде задержки психического развития или умственной отсталости всех степеней тяжести. Кроме того, нередко имеются изменения зрения, слуха, вегетативно-сосудистые расстройства, судорожные проявления и пр. Речевые и психические нарушения могут быть различной степени выраженности - от минимальных до максимальных.

3. Спастическая диплегия - самая распространенная форма ДЦП. Обычно это тетрапарез, но ноги поражаются больше, чем руки. Прогностически благоприятная форма в плане преодоления речевых и психических нарушений и менее благоприятная в двигательном отношении. 20% детей передвигаются самостоятельно, 50% - с помощью, но могут себя обслуживать, писать, манипулировать руками.

4. Двойная гемиплегия - самая тяжелая форма ДЦП с тотальным поражением больших полушарий. Это также тетрапарез с тяжелыми поражениями как верхних, так и нижних конечностей, но руки «страдают» больше, чем ноги. Цепные установочные выпрямительные рефлексy могут не развиваться вообще. Произвольная моторика резко нарушена, дети не сидят, не стоят, не ходят, функция рук не развита. Речевые нарушения грубые, по принципу анартрии, в 90% случаев умственная отсталость, в 60% судороги, дети необучаемы.

Прогноз двигательного, речевого и психического развития неблагоприятный.

5. Гиперкинетическая форма связана с поражением подкорковых отделов мозга. Причиной является билирубиновая энцефалопатия (несовместимость крови матери и плода по резус-фактору). Двигательные нарушения проявляются в виде гиперкинезов (насильственных движений), которые возникают непроизвольно, усиливаясь от волнения и утомления. Произвольные движения размашистые, дискоординированные, нарушен навык письма, речь. В 20-25% случаев поражен слух, в 10% возможны судороги. Прогноз зависит от характера и интенсивности гиперкинезов.

6. Гемипаретическая форма - поражаются руки и ноги с одной стороны. Связано это с поражением полушария мозга (при правостороннем гемипарезе нарушается функция левого полушария, при левостороннем - правого).

Прогноз двигательного развития при адекватном лечении благоприятный. Дети ходят сами, обучаемость зависит от психических и речевых нарушений.

Атонически-астатическая форма возникает при нарушении функции мозжечка. При этом отмечается низкий мышечный тонус, нарушение равновесия в покое и ходьбе, нарушение

координации движений. Движения несоразмерны, неритмичны, нарушено самообслуживание, письмо. В 50% случаев отмечаются речевые и психические нарушения различной степени тяжести.

7. Контрактуры и деформации - если у ребенка с ДЦП не формируются установочные рефлексы, то и не формируются шейный и поясничный лордозы, рано появляется чрезмерно выраженный кифоз в грудном отделе позвоночника, что способствует быстрому развитию кифосколиоза. При задержке формирования навыка стояния и ходьбы возникает дисбаланс мышц тазобедренного сустава, нарушается развитие крыши вертлужной впадины и головки бедра, что приводит к дисплазии тазобедренных суставов, подвывиху и вывиху бедер. Дисбаланс мышц голеностопного сустава приводит к эквиноварусной и эквиновальгусной деформации стоп.

8. Гипертензионно-гидроцефальный синдром. При ДЦП чрезмерно увеличивается продукция ликвора, нарушается всасывание в желудочках мозга, повышается внутричерепное давление, что в свою очередь сдавливает клетки и сосуды головного мозга. При этом возможны срыгивания, рвота, вялость, сонливость, апатия, выбухание большого родничка, повышение мышечного тонуса.

Судорожный синдром - часто сопровождает ДЦП и в ответ на экзогенные или эндогенные раздражители развиваются эпилептиформные пароксизмы.

9. Клинические проявления речевых нарушений при ДЦП:

- дизартрия - нарушение произношения звуков из-за патологической иннервации речевых мышц, поражения Рече двигательных механизмов ЦНС;
- алалия - системное недоразвитие речи в результате поражения корковых речевых зон (встречается как моторная алалия, так и сенсорная);
- дислексия, дисграфия - нарушения письменной речи вследствие дисфункции речевых зон;
- неврозоподобные нарушения речи, по типу заикания, вследствие нарушения речедвигательной функции;
- анартрия - отсутствие речи.

10. Психические нарушения при ДЦП обусловлены ранним органическим поражением головного мозга, ограничением двигательной активности, социальных контактов, а также условиями воспитания. Познание окружающей действительности с первых месяцев жизни нарушено, а познавательная деятельность является основой памяти, мышления, воображения. Отрицательное воздействие на нервную систему может оказать психологическая обстановка в семье, невозможность полноценной игровой деятельности, педагогическая запущенность.

Психические нарушения при ДЦП проявляются в виде расстройств эмоционально-волевой сферы, познавательной деятельности личности».

11. Нарушения регуляции мышечного тонуса возможны по типу:

- спастичности - повышение мышечного тонуса; характерно для спастической диплегии, двойной гемиплегии, гемипаретической формы;
- ригидности - чрезмерное повышение мышечного тонуса при двойной гемиплегии;
- гипотония - снижение мышечного тонуса; характерно для атонически-астатической формы;
- мышечной дистонии - переменный тонус; для гиперкинетической формы.

12. Основным средством двигательной реабилитации является ЛФК. ЛФК проводится в дошкольном возрасте (от 3 до 7 лет) в детских садах в форме мало групповых занятий от 3 до 5 раз в неделю с младшей группой (3-4 года) - 15 мин, со средней (4-5 лет) - 20 мин, со старшей (5-6 лет) - 25 мин, с подготовительной (6-7 лет) -30 мин. С детьми, имеющими среднюю и тяжелую степень ДЦП, занятия ЛФК проводятся индивидуально.

В дошкольных учреждениях компенсирующего и комбинированного вида имеются специализированные группы детей с церебральной патологией.

Занятия ЛФК могут проводиться также в лечебных учреждениях или реабилитационных центрах различными курсами, включая комплексное лечение.

13. Наряду с формированием основных двигательных навыков и умений необходимо решать такие задачи, как: нормализация произвольных движений в суставах верхних и нижних конечностей; нормализация дыхательной функции; формирование навыка правильной осанки и правильной установки стоп;

коррекция сенсорных расстройств; коррекция координационных нарушений (мелкой моторики кисти, статического и динамического равновесия, ритмичности движений, ориентировки в пространстве); тренировка мышечно-суставного чувства; профилактика и коррекция контрактур;

активизация психических процессов и познавательной деятельности.

14. Коррекция осанки

При ДЦП в результате действия позотонических рефлексов, формирования патологических синергии и мышечного дисбаланса наиболее часто формируется нарушение осанки во фронтальной плоскости, круглая спина (кифоз и кифосколиоз). Для нормализации осанки необходимо решать такие задачи, как формирование навыка правильной осанки, создание мышечного корсета (преимущественное укрепление мышц брюшного пресса и разгибателей спины в грудном отделе позвоночника) и коррекция имеющихся деформаций (кифоза, сколиоза). ЛФК проводится по методике коррекции нарушений осанки во фронтальной и сагиттальной плоскостях и методике коррекции сколиоза.

15. Основная функция руки - манипуляция с предметами. Даже анатомическое строение мышц рук предполагает тонкую, мелкую, дифференцированную работу. Манипулятивная функция важна для самообслуживания ребенка и для овладения профессиональными навыками. При этом самым важным является оппозиционный схват большого пальца. Существуют следующие виды схватов кисти: шаровидный, цилиндрический, крючковидный, межпальцевой и оппозиционный. В занятиях ЛФК необходимо отрабатывать все виды схватов. Для тренировки кинестетического чувства важна адаптация руки ребенка к форме различных предметов при обучении захвату. Для отработки навыков самообслуживания ребенок тренируется захватывать ложку, вилку, застегивать пуговицы и кнопки на одежде, складывать кубики, мозаику, рисовать, включать свет, набирать номер телефона, закручивать кран, расчесываться и пр. Можно использовать различные игры и занятия в виде шитья, склеивания, разрезания ножницами, печатания на машинке. После развития дифференцированной деятельности пальцев особенно важно начинать обучение письму.

16. Основными факторами, вызывающими миопатию, являются:

- компрессия (сдавление) спинного мозга (СМ) стенками позвоночного канала и/или его патологическим содержимым: костными фрагментами, межпозвоночным диском или гематомой, при воспалительных заболеваниях - эпидуральным абсцессом;
- ишемия (нарушение кровоснабжения) из-за повреждения или сдавления спинальных артерий;
- механическое повреждение ткани мозга (при травме). Перечисленные факторы могут воздействовать на СМ раздельно либо совместно. По продолжительности воздействия повреждения подразделяются на острые, возникающие в момент травмы, и хронические, развивающиеся при продолжительном (например, при спондилитах) либо повторяющемся (нестабильные переломы) действии повреждающего фактора. При хроническом повреждении позвоночника неврологическая симптоматика может нарастать постепенно, с постоянным прогрессированием либо с периодами ремиссии, или одномоментно, в результате внезапного наступления декомпенсации.

17. Острый период (до 2-3 суток) - характеризуется симптомами спинального шока: потерей движений, чувствительности, сухожильных и висцеральных рефлексов, снижением тонуса мышц. Ранний период (2-3 недели) - восстановление рефлекторной возбудимости и переход в гиперрефлексию, появление симптома Бабинского, патологических стопных знаков, повышение тонуса мышц, появление клонической активности. Промежуточный (2-3 мес) - формируется преобладание сгиба-тельного или разгибательного тонуса мышц. Появление спастичности (при спастических парезах), гипотрофии мышц (при вялых), возможно появление пролежней, формирование контрактур в суставах. Формирование рефлекторного мочевого пузыря.

Поздний (3 мес - 1 год) - сопровождается постепенным, однонаправленным (улучшение или ухудшение) изменением состояния. Резидуальный (более 1 года) - период последствий и остаточных явлений - характеризуется сформированным новым уровнем неврологических функций, характер которых в дальнейшем самостоятельно мало изменяется.

18. К основным вторичным нарушениям, развивающимся у большинства пациентов с поражением СМ, относят высокую спастичность мышц, формирование контрактур в суставах, развитие остеопороза и возникновение пролежней. У парализованных пациентов возможно возникновение тромбоза глубоких вен и гетеротопическая оссификация; при поражении выше Т6 тяжелым осложнением является вегетативная дисрефлексия, проявляющаяся мощными симпатическими реакциями с резким подъемом артериального давления в ответ на болевые или иные стимулы.

19. **Контрактура** (лат. contractum - «стягивать», «сокращать») - ограничение нормальной амплитуды движений в суставе с формированием его устойчивого порочного положения. По положению, в котором находится конечность, различают сгибательные (ограничение разгибания), разгибательные (ограничение сгибания), приводящие и отводящие (ограничение отведения и приведения), ротационные (ограничение ротации) и комбинированные контрактуры. Контрактура характеризуется углами в суставе, при этом с функциональной точки зрения контрактура может быть выгодной или невыгодной. Например, сгибательно-разгибательная контрактура в локтевом суставе в пределах «разгибание 5°, сгибание 60°» при объеме движений 55° функционально является невыгодной. Большее по объему ограничение (40°) при «сгибании 100° и разгибании 60°» для больного более

выгодно. Контрактуры могут вызывать функциональное укорочение (сгибательная контрактура в тазобедренном суставе) или удлинение («конская стопа») конечностей.

20. Алгоритм развития силы мышц на тренажере с блочной системой состоит в следующем: начальные тренировочные упражнения для паретичных мышц проводят с противовесами, позволяющими облегчить мышечное сокращение, по мере увеличения силы мышц противовесы уменьшаются, затем проводят занятия без противовесов, после чего переходят к тренировкам с постепенно возрастающим отягощением. Блочная система с противовесами позволяет дозированно изменять нагрузку, а детально разработанные упражнения обеспечивают тренировку практически любых мышечных групп. Продолжительность ежедневных занятий по методу Дикуля составляет для разных категорий пациентов от 2 до 8 ч, средняя продолжительность курса - от 3 мес до года.

21. Лекции-это традиционная форма занятий с родителями. Она позволяет представить большой объем информации и очень эффективна в начале работы.

Беседы- индивидуальные или групповые беседы могут проводиться по инициативе специалиста и посвящаются расширению тематики лекционного курса. При групповых беседах комплектование групп носит системный характер и зависит от темы предстоящей беседы, желания родителей и наличия проблем в развитии ребенка.

Консультации -посвящаются вопросам родителей, которые могут у них возникать в ходе теоретического и практического курсов занятий, и проводятся по инициативе родителей. Для консультаций также могут быть приглашены и другие специалисты, например врач или психолог, это поможет составить правильную индивидуальную программу для ребенка и будет способствовать его психофизическому развитию.

Организация -«уголков для родителей», где они могут ознакомиться с рекомендациями, советами, медицинской, психологической, педагогической литературой и найти ответы специалистов на интересующие вопросы.

Открытые уроки как средство наглядной демонстрации, приобретения опыта и образца проведения коррекционно-оздоровительных занятий с ребенком.

22. Совместные занятия родителей и детей организуются таким образом, чтобы в поле зрения родителей были не только свои дети, но и чужие. Такое переключение внимания кардинально меняет психологию родителей. Они начинают понимать, сравнивать, участвовать, помогать другим детям. При этом формируется новое - коллективное - мышление, основанное на общей цели, взаимопонимании, установлении контактов между детьми, родителями, семьями, обмене опытом, знакомстве родителей и детей между собой. Неформальные отношения, совместные физические упражнения, сюжетно-ролевые игры, игры-сказки, игры-композиции, сам процесс разучивания движений требуют активного участия, фантазии, творчества. Видимые результаты этого процесса создают положительный эмоциональный сдвиг, заинтересованность, уверенность в полезности этой деятельности и для себя, и для детей. Таким образом, постепенно осваивая все новые и новые движения, родители самостоятельно приходят к осознанию того, что двигательная активность расширяет возможности ребенка, обогащает его двигательными умениями, играми, в которые можно играть дома и на улице с другими членами семьи, другими детьми.

23. Ситуация восприятия ребенка-инвалида в семье характеризуется рядом особенностей:

— у родителей и детей фрустрируется ряд потребностей, таких как потребность в общении, потребность в продолжение рода и т. д.; длительным и иногда хроническим состоянием тревоги, отчаяния, отсутствием перспектив на будущее, одиночеством, непониманием со стороны окружающих людей; проблемы сохранения семьи; опасение, что муж оставит семью; частые материальные трудности; проблемы в продолжении карьеры и самоактуализации родителей; частые психотравмирующие ситуации, связанные с состоянием здоровья ребенка, социальными проблемами и т. д.; полная поглощенность проблемами, связанными с ребенком; изоляция от общества в целом

24. Инклюзивное образование – это комплексный процесс обеспечения равного доступа к качественному образованию для детей, подростков и юношей (девушек) с особыми образовательными потребностями путем организации их обучения в общеобразовательных и профессиональных образовательных организациях на основе применения личностно ориентированных методов обучения, с учетом их индивидуальных особенностей учебно-познавательной деятельности и образовательных потребностей. Определение оптимальных путей и средств внедрения инклюзивного обучения базируется на основе соответствующего нормативно-правового, учебно-методического, кадрового, материально-технического и информационного обеспечения.

25. В зависимости от возрастной категории существуют различные формы инклюзивного образования: В системе дошкольного образования могут быть организованы: Смешанные дошкольные группы, включающие одновременно пребывание детей без патологий (две трети от общего количества) и детей с отклонениями в развитии. Группы кратковременного пребывания создаются в целях оказания систематической медико-психолого-педагогической помощи детям с ОВЗ, не обучающимся в специальных (коррекционных) дошкольных образовательных

учреждениях. Группы кратковременного пребывания на базе центров психолого-педагогического и медико-социального сопровождения (ППМС-центров).

26. В системе школьного образования могут использоваться такие формы инклюзивного образования: **Классы инклюзивного обучения.** Дети принимаются в инклюзивный класс только с согласия родителей (законных представителей). Дети с особыми образовательными потребностями принимаются в инклюзивный класс в соответствии с заключением ПМПК; **Диагностические классы** открываются в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях с целью определения образовательного маршрута учащегося, определения особенностей его психолого-педагогического сопровождения и выработки рекомендации родителям о возможных перспективах дальнейшего обучения ребенка; **Система сопровождения** и поддержки детей с ОВЗ с помощью тьютора

4.Комплект вопросов.

5.Зачетная ведомость.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам	- создает информационные источники объектов (сообщение, доклад, информации, сочинение, реферат,

адаптивной физической культуры У 2. планировать адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии У 3. создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся У 4 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); У 5 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь У 6 использовать различные формы адаптивного физического воспитания У 7 использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся У 8 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма У 9. мотивировать обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности восстановления организма У 10. планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями (лицами,	презентация, необходимой для конспекта урока -составляет планы адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии -устанавливает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся -создает педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими -выбирает и комплектует, к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь -применять различные формы адаптивного физического воспитания -применяет различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, определяет физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся -применяет различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма -побуждает обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности восстановления организма

их заменяющими У 11 - организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство; У 12 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; У 13 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; У 14 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; У 15 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий; У 16 анализировать процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их	- проектирует и организует педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими -координирует, осуществляет соревнования и осуществлять судейство -реализует профессионально ориентированные виды двигательных действий -использует приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, обеспечивает технику безопасности на занятиях -устанавливать педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии -проводит самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий -исследует процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, исправляет и модернизирует
3 1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания в общеобразовательных организациях; 3 2 медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры; 3 3 характеристику типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп; 3 4 методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей; 3 5 место и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья;	-определение цели, задачи, функции, содержание, форм и методов физического воспитания в общеобразовательных организациях - знание медико-биологические и психологических основ построения частных методик адаптивной физической культуры - знание характеристик типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп -знание методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей -понимание места и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в

	образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами	- понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес - организует собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях -осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - Использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности -работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организовывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации -осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. - ведет профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих -владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности

физкультурно-спортивной деятельности.	
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся. ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	-определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре -организовывает внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. -осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. - анализирует учебные занятия, внеурочные мероприятия. -создает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. -оформляет документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях

6.Критерии оценки ответов, обучающихся:

Оценка 5 «отлично» - продемонстрирован высокий уровень знаний по теоретическому вопросу билета, правильно выполнено практическое задание.

Оценка 4 «хорошо» - продемонстрировано понимание основного содержания теоретического вопроса билета, правильно выполнено практическое задание.

Оценка 3 «удовлетворительно» - продемонстрировано владение основным содержанием по теоретическому вопросу билета, практическое задание выполнено с ошибкой.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - не продемонстрировано владение знаниями и умениями, не выполнено практическое задание.

5. Защита курсовой работы

1.Форма проведения: (устная)

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 180 мин.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: телевизор, компьютер.

Информационные источники:

Адаптивная физическая культура детей с отклонениями в состоянии здоровья: учеб. пособие/ авт. состав.: Зиятдинова А. И., Жиряева Р.Р., Даминава А. И., Хузиахметова И.И., Ульянова А.В. -Казань: Казан.ун-т, 2015.- 156с.

Ветрова И.В., Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2014. 494 с.

Зельдин Л.М., Развитие движения при различных формах ДЦП [Электронный ресурс] / Л. М. Зельдин. – Эл. изд. – Электрон. текстовые дан. (1 файл pdf : 137 с.).– М. : Теревинф, 2016.

Караулова Л.К., Физиология физического воспитания и спорта [Текст]: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования /Л.К.Караулова, Н.А.Красноперова, М.М.Расулов. – 2-е изд., стер. - Москва: Издательский центр Академия, 2013.

С.П. Евсеев С.П. Евсеев., Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие – М.: Советский спорт, 2014. – 298 с.

Токарская, Л. В. Особенности преподавания физической культуры детям и подросткам с умеренной и тяжелой умственной отсталостью : [учеб. пособие] / Л. В. Токарская, Н. А. Дубровина, Н. Н. Бабийчук ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2015. — 190 с.

Тимченко Т.В., Частные методики АФК : учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов. Уфа: БИФК, 2016. 28 с. Ч.1 Частные методики АФК для лиц с нарушением интеллекта и ЗПР.

Технологии и методики адаптивной физической культуры в воспитании детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья: методические материалы / [М.А. Правдов, М.В. Воробушкова, Д.М. Правдов, А.В. Корнев]; под ред. М.А.Правдова, Е.А.Шмелевой — Шуя: Изд-во Шуйского филиала ИвГУ, 2016. – 72 с.

Физическая культура для детей с легкой умственной отсталостью: Методические рекомендации / сост. М.А. Морозов, О.А. Панова, Л.М. Лапшина. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2014. – 19 с.

Евсеев С. П., ред. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 томах. Том 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов. Серия: Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 2022 г.

Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие. — М.: Советский спорт, 2000. — 240 с.: ил.

Л.В. Шапкова., Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии — М.: Советский спорт, 2002

Шапкова Л.В., Частные методики адаптивной физической культуры: Учебник. – М.: Изд-во «Советский спорт», 2009.

Литош Н.Л., Адаптивная физическая культура: психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. — М.: СпортАкадемПресс, 2002. — 140 с.

Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов и др.; под ред. Н. Ж. Булгаковой. - М.: Академия , 2005. — 432 с..

Требования охраны труда: Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из аудитории. Во время экзамена во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3.Пакет материалов для проведения защиты курсового проекта:

3.1 Примерный перечень курсовых работ:

1. Формирование здорового образа жизни детей с нарушениями в развитии средствами адаптивной физической культуры.

2. Взаимовлияние моторного и интеллектуального развития в процессе адаптивного физического воспитания детей-инвалидов (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

3. Коррекция и развитие познавательной деятельности детей-инвалидов средствами адаптивного физического воспитания (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

4. Коррекция эмоционально-волевой сферы детей-инвалидов средствами адаптивного физического воспитания (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

5. Психологический портрет общения педагога адаптивной физической культуры с детьми-инвалидами.

6. Методика развития творческого потенциала детей-инвалидов средствами адаптивной физической культуры (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

7. Методика эстетического воспитания средствами креативных видов адаптивной физической культуры (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

8. Нетрадиционные формы двигательной активности детей-инвалидов и их эффективность.

9. Влияние подвижных игр на развитие координационных способностей детей-инвалидов (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

10. Подготовка учащихся образовательных (коррекционных) учебных заведений к профессиональной деятельности средствами адаптивной физической культуры (нозологическая группа и возраст - по выбору студента).

11. Развитие физических способностей (силовых, скоростных качеств, выносливости, гибкости, ловкости) у детей с нарушением зрения (по выбору студента).

14. Развитие координационных способностей (равновесия, дифференцировки усилий, времени, пространства, реагирующей способности, расслабления) у детей с нарушением зрения (по выбору студента).

15. Методика обучения детей с нарушением зрения двигательным действиям (гимнастика, ритмика, легкая атлетика, передвижение на лыжах, плавание и др.) (по выбору студента).

16. Общие и специфические методы и приемы обучения двигательным действиям (гимнастике, ритмике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, передвижению на лыжах, плаванию) учащихся с нарушением слуха (вид физических упражнений и возраст - по выбору студента).

17. Методы развития мелкой моторики у детей с нарушением слуха (возраст - по выбору студента).

18. Особенности коммуникативной деятельности педагога и детей с нарушением слуха на уроке физкультуры.

19. Методика подбора, организация и проведение подвижных игр с умственно отсталыми школьниками (возраст - по выбору студента).

20. Влияние неблагоприятного семейного воспитания на уровень агрессивности умственно отсталых школьников на уроке физической культуры.

21. Современные методы коррекции двигательных нарушений у детей с ДЦП.

22. Методика фитбол-гимнастики для детей с ДЦП.

23. Методика обучения ходьбе детей с поражением спинного мозга.

24. Подвижные игры как средство повышения реабилитационного потенциала младших школьников с врожденными пороками развития конечностей.

25. Методы и формы физического воспитания ребенка-инвалида в семье.

5. Экзамен по ПМ 01

1. Форма проведения: устная и выполнение практико-ориентированных заданий.

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся:

2. Время выполнения: 120 минут.

3. Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся

4. Технические средства обучения: бруски, гимнастические палки, обручи, фитбол, гимнастическая скамейка, гимнастическая лестница, гимнастические маты, фломастеры, цветные ленты, игрушки, волейбольный мяч, канат, баскетбольное кольцо, куб, брусья, массажная дорожка.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на Дифференцированном зачете: нет

6. Требования охраны труда: Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из аудитории. Во время дифференцированного зачета во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3. Пакет экзаменатора:

3.1. Перечень тем, выносимых на Экзамен.

1. Введение в адаптивную физическую культуру

2. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения

3. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха

4. Документация, обеспечивающая процесс адаптивного физического воспитания

5. Методика адаптивной физической культуры для детей с задержкой психического развития

6. Методика адаптивной физической культуры при детском церебральном параличе
7. Особенности работы с родителями детей с ограниченными возможностями здоровья
8. Инклюзивная физическая культура

3.2. Перечень вопросов, выносимых на экзамен

Вопросы:

1. Дайте краткую характеристику детям с задержкой психического внимания.
2. Расскажите о коррекционно-развивающей направленности как основы частных методик адаптивной физической культуры.
3. Расскажите о заболеваниях наружного уха.
4. Какие существуют основные зрительные функции. Дайте краткую характеристику?
5. Назовите и дайте краткую характеристику зрительным дисфункциям.
6. Назовите причины стойких нарушений слуха.
7. Как плавание влияет на физическое развитие слабослышащих детей.
8. Степени умственной ответственности в соответствии с МКБ-10
9. Какие психофизические расстройства проявляются у детей с глубокой степенью умственной отсталости?
10. Какие существуют нарушения в развитии двигательных способностей у детей с умственной отсталостью?
11. Классификация физических упражнений для детей с умственной отсталостью в соответствии с педагогическими задачами.
12. Перечислите направленность уроков адаптивной физической культурой.
13. Организация адаптивного физического воспитания в различных государственных системах.
14. Назовите виды специальных (коррекционных) образовательных учреждений и для кого они.
15. Дайте определение детскому церебральному параличу. Назовите, проявления двигательных нарушений данной категории детей.
16. Расскажите, в чем проявляются речевые и психические расстройства при ДЦП?
17. Расскажите о спастической диплегии.
18. Что вы можете рассказать о контрактуре и деформации?
19. Что является основным средством двигательной реабилитации детей с ДЦП?
20. Какие задачи наряду с формированием основных двигательных навыков и умений необходимо решать при двигательной реабилитации детей с ДЦП?
21. Расскажите о коррекции мелкой моторики и манипулятивной функции рук.
22. Вторичные нарушения при миелопатии?
23. Расскажите о некоторых формах обучения родителей детей с ограниченными возможностями.
24. Практические занятия детей вместе с родителями.
25. Каким рядом особенностей характеризуется ситуация восприятия ребенка-инвалида в семье?
26. Дайте определение Инклюзивному образованию.

Эталоны ответов на вопросы:

1. **Задержка психического развития (ЗПР)** - одна из форм дизонтогенеза развития. Для них характерны ограниченный запас знаний и представлений об окружающем, низкий уровень познавательной активности, недостаточная регуляция произвольной деятельности, импульсивность поведения, недостаточная сформированность функций произвольного внимания, памяти, нарушения речевой деятельности, замедленный темп социального, психического и моторного развития. С раннего детства дети отличаются повышенной чувствительностью к внешним раздражителям, они обидчивы, беспокойны, плаксивы, упрямы, склонны к страхам. Двигательные нарушения выступают как часть ведущего дефекта и проявляются в координационной несогласованности движений рук, ног, туловища, неуверенности при выполнении дозированных движений, скорости и точности их воспроизведения, замедленной реакции на словесные инструкции

2. Коррекционно-развивающая направленность характерна для всей учебно-воспитательной работы и охватывает все категории детей с нарушениями в развитии. Коррекционно-развивающие задачи направлены на обеспечение полноценного физического развития, повышение двигательной активности, восстановление и совершенствование психофизических способностей, профилактику и предупреждение вторичных отклонений. Устойчивость вертикальной позы, сохранение равновесия и уверенной походки, способность соизмерять и регулировать свои действия в пространстве, выполняя их точно, свободно, без напряжения и скованности, — это те свойства, которые необходимы ребенку для нормальной жизнедеятельности. Коррекционно-развивающая направленность педагогической деятельности неразрывно связана с процессом обучения двигательным действиям и развитием физических качеств. Образовательные и коррекционно-развивающие задачи решаются на одном и том же учебном материале, но имеют отличия. Для образовательных задач характерна высокая степень динамичности, так как они должны соответствовать программному содержанию обучения. Коррекционно-развивающим задачам свойственно относительное постоянство, так как они решаются на каждом занятии. В процессе обучения при переходе к новому учебному материалу происходит не полная смена коррекционных задач, а смена доминирования каких-либо из них. Постоянно действующими задачами на каждом занятии являются коррекция осанки, основных локомоций - ходьбы, бега и других естественных движений, укрепление мышечного «корсета», коррекция телосложения, коррекция и профилактика плоскостопия, активизация вегетативных функций. Именно поэтому в работе с детьми, имеющими стойкие нарушения в развитии, коррекционно-развивающая направленность адаптивного физического воспитания занимает приоритетное место.

3. **Заболевания наружного уха:** 1. *Атрезия наружного слухового прохода.* При атрезии наружного слухового прохода поражение слуха носит характер поражения звукопроводящего аппарата, т.е. страдает главным образом восприятие низких звуков; восприятие высоких тонов сохраняется, костная проводимость остается нормальной или даже несколько улучшается.

Лечение атрезии наружного слухового прохода может заключаться только в искусственном восстановлении просвета путем пластической операции.

2. *Серная пробка.* Причинами накопления серы могут являться: 1) повышенная функция серных желез; 2) узость и ненормальная изогнутость наружного слухового прохода, затрудняющие выведение серы наружу; 3) ненормальные химические свойства

серы: повышенная ее вязкость, клейкость, способствующая прилипанию серы к стенкам слухового прохода.

Лечение при серных пробках простое: после предварительного размягчения специальными каплями пробка удаляется посредством промывания уха теплой водой из особого шприца. Такое промывание может производить только врач или специально обученный медицинский работник. Любые попытки самостоятельного удаления серных пробок посредством всякого рода палочек, ложечек, шпилек и т.д. недопустимы.

3. *Инородные тела.* Пребывание инородного тела в ухе даже в течение нескольких дней не может причинить вреда, поэтому ребенка следует при первой возможности доставить к врачу-специалисту, а доврачебные мероприятия могут заключаться в следующем: 1) умерщвление живых инородных тел путем впускания в ухо нескольких капель какого-либо чистого жидкого масла (в теплом виде); 2) при набухающих инородных телах (горох, фасоль и пр.) вливание в ухо теплого спирта с целью вызвать сморщивание инородного тела; 3) при не набухающих (бусы, камешки, вишневые косточки), а также живых инородных телах - осторожное промывание уха теплой кипяченой водой из обыкновенной резиновой спринцовки. При подозрении на наличие прободения барабанной перепонки промывание не производится.

4. Зрительный анализатор обеспечивает выполнение сложнейших зрительных функций. Принято различать пять основных зрительных функций: 1) центрального зрения; 2) периферического зрения; 3) бинокулярного зрения; 4) светоощущения; 5) цветоощущения.

Центральное зрение требует яркого света и предназначено для восприятия цветов и объектов малых размеров. Особенностью центрального зрения является восприятие формы предметов. Поэтому эта функция иначе называется форменным зрением. Бинокулярное зрение — способность пространственного восприятия, объема и рельефа предметов, видение двумя глазами. Периферическое зрение действует в сумерках, оно предназначено для восприятия окружающего фона и крупных объектов, служит для ориентировки в пространстве. Этот вид зрения обладает высокой чувствительностью к движущимся предметам. Состояние периферического зрения характеризуется полем зрения. Поле зрения — это пространство, которое воспринимается одним глазом при его неподвижном положении. Благодаря цветовому зрению человек способен воспринимать и различать все многообразие цветов в окружающем мире. Появление реакции на различение цвета у маленьких детей происходит в определенном порядке. Быстрее всего ребенок начинает узнавать красный, желтый, зеленый цвета, а позднее — фиолетовый и синий. Глаз человека способен различать разнообразные цвета и оттенки при смешивании трех основных цветов спектра: красного, зеленого и синего (или фиолетового).

Светоощущение — способность сетчатки воспринимать свет и различать его яркость. Различают световую и темновую адаптацию.

5. БЛИЗОРУКОСТЬ (миопия) характеризуется недостатком преломляющей силы глаза, в результате которого дети плохо видят отдаленные предметы, действия, а также то, что написано на классной доске. ДАЛЬНОЗОРКОСТЬ (гиперметропия) характеризуется тем, что

фокус параллельных лучей после их преломления в глазу оказывается лежащим позади сетчатки.

Различают три степени дальнозоркости: слабая степень — до 3 D; средняя — от 3 до 6; высокая — свыше 6 D. Острота зрения при слабой и средней степени в большинстве случаев бывает нормальной. Но при высокой степени дальнозоркости у детей отмечается плохое зрение как вдаль, так и вблизи, зрачок сужен, размеры глаза уменьшены. При высокой степени дальнозоркости часто развивается сходящееся косоглазие. Дальнозоркость корректируется оптическими линзами. КОСОГЛАЗИЕ характеризуется отклонением одного из глаз от общей точки фиксации. У этих детей наблюдается периферическое зрение, снижение остроты зрения косящего глаза, значительно снижена или нарушена восприимчивость предметов двумя глазами и способность сливать их изображения в единый зрительный образ. Причинами возникновения могут быть: наследственность, поражение центральной нервной системы, различные аномалии рефракции глаза, психическая травма (испуг), острые инфекционные заболевания, чрезмерная зрительная нагрузка и т. д. Принято различать содружественное и паралитическое косоглазие.

АСТИГМАТИЗМ — сочетание в одном глазу разных видов рефракций или разных степеней рефракции одного вида. Симптомы астигматизма: выраженные явления зрительного утомления, головные боли, блефароконъюнктивиты, реже — хроническое воспаление краев век. НИСТАГМ (дрожание глаз) самопроизвольные колебательные движения глазных яблок. По направлению он может быть горизонтальным, вертикальным и вращательным; по виду — маятникообразным, толчкообразным и смешанным. Амблиопия — понижение зрения без видимых причин, выража-

ющееся в снижении остроты центрального зрения. Часто возникает вследствие вынужденного бездействия глаза при косоглазии и нарушении бинокулярного зрения. Катаракта — помутнение хрусталика глаза, что приводит к значительному снижению остроты зрения

Глаукома — повышение внутриглазного давления, которое, в свою очередь, приводит к повышению внутричерепного давления.

6. Стойкие нарушения слуха у детей могут быть врожденными и приобретенными. Врожденный характер нарушения слуха отмечается значительно реже, чем приобретенный. Из причин, обуславливающих врожденное нарушение слуха, следует отметить инфекционные заболевания у матери во время беременности. Особое значение имеют вирусные инфекции (корь, грипп). Наиболее опасным для развивающегося зачатка слухового органа является заболевание, возникающее у матери в первые три месяца беременности. Вредное воздействие на развивающийся орган слуха у плода могут оказать некоторые химические вещества. Практическое значение в возникновении врожденных нарушений слуха имеет алкоголь, употребляемый матерью во время беременности, а из лекарственных веществ - стрептомицин и хинин. Нарушение развития слухового органа может возникнуть вследствие травмы плода, особенно в первые месяцы беременности, когда зачаток слухового анализатора оказывается особенно ранимым.

Приобретенные нарушения слуха возникают от разнообразных причин. Тяжелые нарушения слуха наступают обычно при поражении звуковоспринимающего аппарата (внутреннего уха, слухового нерва), в то время как легкая и средняя степень нарушения слуха может возникать при поражении лишь звукопроводящего аппарата (среднего уха).

Среди причин нарушения слуха у детей первое место занимают последствия острого воспаления среднего уха (острого среднего отита). Поражение слуха в этих случаях обусловлено стойкими остаточными изменениями в среднем ухе, приводящими к нарушению нормальной подвижности барабанной перепонки и цепи слуховых косточек. В некоторых случаях после острого среднего отита остается стойкое прободение барабанной перепонки и длительное гноетечение из уха - хронический гнойный отит. Это заболевание сопровождается обычно значительным понижением слуха.

Частой причиной поражения слуха у детей являются заболевания носа и носоглотки, и связанное с этими заболеваниями нарушение проходимости евстахиевой трубы.

7. Одним из наиболее действенных методов коррекции физического развития слабослышащих детей является плавание, обучение которому способствует улучшению качества здоровья, коррекции психического развития, совершенствованию личностных качеств ребенка и освоению одного из основных жизненно важных навыков - передвижению в воде. Занятия в бассейне упорядочивают поведенческие реакции, вырабатывают самодисциплину, собранность, воспитывают трудолюбие, формируют навыки коллективного взаимодействия. Выполнение движений в воде способствует улучшению деятельности вегетативной нервной системы, стимулирует развитие дыхательных мышц и мышц пояса верхних конечностей.

8. Степень умственной отсталости определяется интеллектуальным коэффициентом IQ (отношением психического возраста к паспортному). В соответствии с МКБ-10 приняты следующие виды и условные показатели IQ:

- психическая норма: IQ 70-100;
- легкая умственная отсталость: IQ 50-69;
- умеренная умственная отсталость: IQ 35-49;
- тяжелая умственная отсталость: IQ 20-34;
- глубокая умственная отсталость: IQ 19 и ниже

9. Глубокая степень умственной отсталости. Диагностика грубых нарушений возможна уже на первом году жизни ребенка. Среди многочисленных признаков выделяются нарушения статических и моторных функций: задержка в проявлении дифференцированной эмоциональной реакции, неадекватная реакция на окружение, позднее появление стояния, ходьбы, лепета и первых слов, слабый интерес к окружающим объектам. У больных резко нарушены процессы памяти, восприятия, внимания, мышления, снижены пороги чувствительности. Им недоступно осмысление окружающего, речь развивается крайне ограниченно или не развивается вообще. Наблюдаются тяжелые нарушения моторики, большинство из них неподвижны, страдают расстройствами урологических функций, неспособны или малоспособны заботиться об основных потребностях, элементарные гигиенические навыки и самообслуживание отсутствуют. В поведении апатичны, вялы или агрессивны, злобны, раздражительны. Все нуждаются в постоянной помощи и надзоре.

10. *Нарушения в развитии двигательных способностей:*

- 1) нарушение координационных способностей - точности движений в пространстве; координации движений; ритма движений; дифференцировки мышечных усилий; пространственной ориентировки; точности движений во времени; равновесия;
- 2) отставания от здоровых сверстников в развитии физических качеств - силы основных групп мышц рук, ног, спины, живота на 15-30%; быстроты реакции, частоты движений рук,

ног, скорости одиночного движения на 10-15%; выносливости к повторению быстрой динамической работы, к работе субмаксимальной мощности, к работе большой мощности, к работе умеренной мощности, к статическим усилиям различных мышечных групп на 20-40%; скоростно-силовых качеств в прыжках и метаниях на 15-30%; гибкости и подвижности в суставах на 10-20%.

Нарушения основных движений:

- неточность движений в пространстве и времени;
- грубые ошибки при дифференцировании мышечных усилий;
- отсутствие ловкости и плавности движений;
- излишняя скованность и напряженность;
- ограничение амплитуды движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях

11. В соответствии с педагогическими задачами упражнения можно объединить в следующие группы:

- 1) связанные с перемещением тела в пространстве: ходьба, прыжки, ползание, плавание, передвижение на лыжах;
- 2) общеразвивающие:
 - без предметов;
 - с предметами (флажками, лентами, гимнастическими палками, обручами, малыми и большими мячами и др.);
 - на снарядах (гимнастической стенке, кольцах, гимнастической скамейке, лестнице, тренажерах);
- 3) на развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости;
- 4) на развитие и коррекцию координационных способностей: согласованности движений рук, ног, головы, туловища, согласованности движений с дыханием, ориентировки в пространстве, равновесия, дифференцировки усилий, времени и пространства, ритмичности движений, расслабления;
- 5) на коррекцию осанки, сводов стопы, телосложения, укрепления мышц спины, живота, рук и плечевого пояса, ног;
- 6) лечебного и профилактического воздействия: восстановление функций паретичных мышц, опороспособности, подвижности в суставах, профилактика нарушений зрения;
- 7) на развитие мелкой моторики кистей и пальцев рук;
- 8) художественно-музыкальные: ритмика, танец, элементы хореографии и ритмопластики;
- 9) с речитативами, стихами, загадками, счетом и т.п., активизирующие познавательную деятельность;
- 10) направленные на развитие и коррекцию восприятия, мышления, воображения, зрительной и слуховой памяти, внимания и других психических процессов;

12. В зависимости от целей, задач, программного содержания уроки подразделяются на:

- уроки образовательной направленности — для формирования специальных знаний, обучения разнообразным двигательным умениям;
- уроки коррекционно-развивающей направленности — для развития и коррекции физических качеств и координационных способностей, коррекции движений, коррекции сенсорных систем и психических функций с помощью физических упражнений;

- уроки оздоровительной направленности — для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики соматических заболеваний, нарушений сенсорных систем, укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- уроки лечебной направленности — для лечения, восстановления и компенсации утраченных или нарушенных функций при хронических заболеваниях, травмах и т. п. (например, ежедневные уроки ЛФК в специальных школах-центрах для детей с ДЦП);
- уроки спортивной направленности — для совершенствования физической, технической, тактической, психической, волевой, теоретической подготовки в избранном виде спорта;
- уроки рекреационной направленности — для организованного досуга, отдыха, игровой деятельности

11) прикладного характера, направленные на освоение ремесла, трудовой деятельности;

12) как самостоятельные виды адаптивного спорта: фигурное катание, хоккей на полу, настольный теннис, баскетбол, мини-футбол, верховая езда и др.

13. В настоящее время адаптивное физическое воспитание организуется:

- в специальных дошкольных образовательных учреждениях;
- в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях всех видов (8 видов — для неслышащих детей, слабослышащих и позднооглохших, для незрячих и слабовидящих детей, для детей с тяжелой речевой патологией, для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, для детей с задержкой психического развития, для детей с умственной отсталостью), школах-интернатах;
- в специальных школах для детей с аутизмом, с девиантным поведением;
- в школьных общеобразовательных учреждениях, средних и высших профессиональных учебных заведениях (с контингентом детей и учащихся специальных медицинских групп);
- в структурах и организациях по линии социальной защиты населения (интернатах, реабилитационных центрах и др.) и в системе здравоохранения.

14. Для детей с ограниченными возможностями здоровья создаются специальные (коррекционные) образовательные учреждения I–VIII видов:

I вид — для неслышащих (глухих);

II вид — для слабослышащих и позднооглохших;

III вид — для незрячих (слепых);

IV вид — для слабовидящих и поздноослепших;

V вид — для детей с тяжелыми нарушениями речи;

VI вид — для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата;

VII вид — для детей с задержкой психического развития;

VIII вид — для умственно отсталых детей.

15. ДЦП - органическое поражение мозга, возникающее в периоде внутриутробного развития, в родах или в периоде новорожденности и сопровождающееся двигательными, речевыми и психическими нарушениями. Двигательные расстройства наблюдаются у 100% детей, речевые - у 75 и психические у 50% детей.

Двигательные нарушения проявляются в виде парезов, параличей, насильственных движений. Особенно значимы и сложны нарушения регуляции тонуса, которые могут происходить по типу спастичности, ригидности, гипотонии, дистонии. Нарушения регуляции тонуса тесно связаны с задержкой патологических тонических рефлексов и

несформированностью цепных установочных выпрямительных рефлексов. На основе этих нарушений формируются вторичные изменения в мышцах, костях и суставах (контрактуры и деформации).

16. Речевые расстройства характеризуются лексическими, грамматическими и фонетико-фонематическими нарушениями. Психические расстройства проявляются в виде задержки психического развития или умственной отсталости всех степеней тяжести. Кроме того, нередко имеются изменения зрения, слуха, вегетативно-сосудистые расстройства, судорожные проявления и пр. Речевые и психические нарушения могут быть различной степени выраженности - от минимальных до максимальных.

17. Спастическая диплегия - самая распространенная форма ДЦП. Обычно это тетрапарез, но ноги поражаются больше, чем руки. Прогностически благоприятная форма в плане преодоления речевых и психических нарушений и менее благоприятная в двигательном отношении. 20% детей передвигаются самостоятельно, 50% - с помощью, но могут себя обслуживать, писать, манипулировать руками.

18. Контрактуры и деформации - если у ребенка с ДЦП не формируются установочные рефлексы, то и не формируются шейный и поясничный лордозы, рано появляется чрезмерно выраженный кифоз в грудном отделе позвоночника, что способствует быстрому развитию кифосколиоза. При задержке формирования навыка стояния и ходьбы возникает дисбаланс мышц тазобедренного сустава, нарушается развитие крыши вертлужной впадины и головки бедра, что приводит к дисплазии тазобедренных суставов, подвывиху и вывиху бедер. Дисбаланс мышц голеностопного сустава приводит к эквиноварусной и эквиновальгусной деформации стоп.

19. Основным средством двигательной реабилитации является ЛФК. ЛФК проводится в дошкольном возрасте (от 3 до 7 лет) в детских садах в форме мало групповых занятий от 3 до 5 раз в неделю с младшей группой (3-4 года) - 15 мин, со средней (4-5 лет) - 20 мин, со старшей (5-6 лет) - 25 мин, с подготовительной (6-7 лет) - 30 мин. С детьми, имеющими среднюю и тяжелую степень ДЦП, занятия ЛФК проводятся индивидуально. В дошкольных учреждениях компенсирующего и комбинированного вида имеются специализированные группы детей с церебральной патологией. Занятия ЛФК могут проводиться также в лечебных учреждениях или реабилитационных центрах различными курсами, включая комплексное лечение.

20. Наряду с формированием основных двигательных навыков и умений необходимо решать такие задачи, как: нормализация произвольных движений в суставах верхних и нижних конечностей; нормализация дыхательной функции; формирование навыка правильной осанки и правильной установки стоп;

коррекция сенсорных расстройств; коррекция координационных нарушений (мелкой моторики кисти, статического и динамического равновесия, ритмичности движений, ориентировки в пространстве); тренировка мышечно-суставного чувства; профилактика и коррекция контрактур;

активизация психических процессов и познавательной деятельности.

21. Основная функция руки - манипуляция с предметами. Даже анатомическое строение мышц рук предполагает тонкую, мелкую, дифференцированную работу. Манипулятивная функция важна для самообслуживания ребенка и для овладения профессиональными навыками. При этом самым важным является оппозиционный схват большого пальца.

Существуют следующие виды схватов кисти: шаровидный, цилиндрический, крючковидный, межпальцевой и оппозиционный. В занятиях ЛФК необходимо отрабатывать все виды схватов. Для тренировки кинестетического чувства важна адаптация руки ребенка к форме различных предметов при обучении захвату. Для отработки навыков самообслуживания ребенок тренируется захватывать ложку, вилку, застегивать пуговицы и кнопки на одежде, складывать кубики, мозаику, рисовать, включать свет, набирать номер телефона, закручивать кран, расчесываться и пр. Можно использовать различные игры и занятия в виде шитья, склеивания, разрезания ножницами, печатания на машинке. После развития дифференцированной деятельности пальцев особенно важно начинать обучение письму.

22. К основным вторичным нарушениям, развивающимся у большинства пациентов с поражением СМ, относят высокую спастичность мышц, формирование контрактур в суставах, развитие остеопороза и возникновение пролежней. У парализованных пациентов возможно возникновение тромбоза глубоких вен и гетеротопическая оссификация; при поражении выше Т6 тяжелым осложнением является вегетативная дисрефлексия, проявляющаяся мощными симпатическими реакциями с резким подъемом артериального давления в ответ на болевые или иные стимулы.

23. Лекции-это традиционная форма занятий с родителями. Она позволяет представить большой объем информации и очень эффективна в начале работы.

Беседы- индивидуальные или групповые беседы могут проводиться по инициативе специалиста и посвящаются расширению тематики лекционного курса. При групповых беседах комплектование групп носит системный характер и зависит от темы предстоящей беседы, желания родителей и наличия проблем в развитии ребенка.

Консультации -посвящаются вопросам родителей, которые могут у них возникать в ходе теоретического и практического курсов занятий, и проводятся по инициативе родителей. Для консультаций также могут быть приглашены и другие специалисты, например врач или психолог, это поможет составить правильную индивидуальную программу для ребенка и будет способствовать его психофизическому развитию.

Организация -«уголков для родителей», где они могут ознакомиться с рекомендациями, советами, медицинской, психологической, педагогической литературой и найти ответы специалистов на интересующие вопросы.

Открытые уроки как средство наглядной демонстрации, приобретения опыта и образца проведения коррекционно-оздоровительных занятий с ребенком.

24. Совместные занятия родителей и детей организуются таким образом, чтобы в поле зрения родителей были не только свои дети, но и чужие. Такое переключение внимания кардинально меняет психологию родителей. Они начинают понимать, сравнивать, участвовать, помогать другим детям. При этом формируется новое - коллективное - мышление, основанное на общей цели, взаимопонимании, установлении контактов между детьми, родителями, семьями, обмене опытом, знакомстве родителей и детей между собой. Неформальные отношения, совместные физические упражнения, сюжетно-ролевые игры, игры-сказки, игры-композиции, сам процесс разучивания движений требуют активного участия, фантазии, творчества. Видимые результаты этого процесса создают положительный эмоциональный сдвиг, заинтересованность, уверенность в полезности этой деятельности и для себя, и для детей. Таким образом, постепенно осваивая все новые и

новые движения, родители самостоятельно приходят к осознанию того, что двигательная активность расширяет возможности ребенка, обогащает его двигательными умениями, играми, в которые можно играть дома и на улице с другими членами семьи, другими детьми.

25. Ситуация восприятия ребенка-инвалида в семье характеризуется рядом особенностей: — у родителей и детей фрустрируется ряд потребностей, таких как потребность в общении, потребность в продолжении рода и т. д.; длительным и иногда хроническим состоянием тревоги, отчаяния, отсутствием перспектив на будущее, одиночеством, непониманием со стороны окружающих людей; проблемы сохранения семьи; опасение, что муж оставит семью; частые материальные трудности; проблемы в продолжении карьеры и самоактуализации родителей; частые психотравмирующие ситуации, связанные с состоянием здоровья ребенка, социальными проблемами и т. д.; полная поглощенность проблемами, связанными с ребенком; изоляция от общества в целом

26. Инклюзивное образование – это комплексный процесс обеспечения равного доступа к качественному образованию для детей, подростков и юношей (девушек) с особыми образовательными потребностями путем организации их обучения в общеобразовательных и профессиональных образовательных организациях на основе применения личностно ориентированных методов обучения, с учетом их индивидуальных особенностей учебно-познавательной деятельности и образовательных потребностей. Определение оптимальных путей и средств внедрения инклюзивного обучения базируется на основе соответствующего нормативно-правового, учебно-методического, кадрового, материально-технического и информационного обеспечения.

3.3. Практические задания к экзамену:

1. Подберите и покажите упражнение для ребенка с легкой степенью умственной отсталости для коррекции ходьбы с дополнительной коррекционной направленностью на концентрацию внимания, двигательная память, согласованность движений, усвоение ритма.
2. Подберите и покажите упражнение для ребенка с легкой степенью умственной отсталости для коррекции мелкой моторики рук с дополнительной коррекционной направленностью развитие координации движений рук, зрительной дифференцировки направления движения, ручной лов-кости, ориентировки в пространстве, равновесия, распределения внимания.
3. Подберите и проведите подвижную игру для коррекции осанки в начальных классах для детей с нарушением зрения
4. Разработайте и проведите комплекс упражнений для коррекции и развития равновесия для детей с нарушения зрения 6-7 лет.
5. Опишите пример подвижной игры в воде для детей с нарушением слуха с коррекционно-развивающей направленностью: Ориентировка в пространстве, преодоление страха перед водной средой, быстрота реакции, точность движений при бросках и ловле мяча, дифференцировка усилий.
6. Приведите пример двигательного теста для определения скоростно- силовых способностей для ребенка с задержкой психического развития.
7. Проведите пожалуйста ребенку с задержкой психического развития тест на определение координационных способностей/ пробу Озерского

8. Приведите пример и продемонстрируйте сами или на волонтере упражнение на согласование движений для ребенка с задержкой психического развития.
 9. Приведите пример и продемонстрируйте сами или на волонтере упражнение на развитие способности к дифференцировке мышечных усилий.
 10. Проведите подвижную игру для детей с нарушением слуха на развитие внимания.
 11. Составьте и проведите игру для детей с нарушением слуха на: Развитие внимания и воображения, тренировки в запоминании последовательности движений.
 12. Проведите подвижную игру для слепых детей с коррекционной направленностью: Развитие умения ориентироваться в пространстве на движущийся звук
 13. Проведите игру для обучения детей с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости на развитие быстроты реакции, слухового внимания, координации движений.
 14. Проведите подвижную игру для детей с ДЦП на развитие внимания и точности движений.
 15. Проведите подвижную игру для детей с ДЦП на формирование вертикальной позы в положении сидя, развитие равновесия, координации движений, внимания.
 16. Проведите эстафету для детей с ДЦП на развитие точности и быстроты движений.
 17. Проведите игру для детей с ДЦП с фитболом на укрепление мышц брюшного пресса, ног, развитие внимания.
 18. Составьте и проведите для детей с ДЦП комплекс подготовительный упражнений на растяжку мышц.
 19. Составьте комплекс для детей с ДЦП из 5 упражнений с помощью фитбола. Проведите.
 20. Проведите тренировку сидения для ребенка с ДЦП
 21. Тренировка ходьбы для детей с ДЦП
 22. Составьте и проведите упражнения для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности начального этапа физической подготовки детей с ДЦП.
 23. Обучение ходьбе в зависимости от уровня поражения и функционального состояния пациента: Анкелозы или тугоподвижность в тазобедренных или коленных суставах; невозможность раздельного выноса ног
 24. Обучение ходьбе в зависимости от уровня поражения и функционального состояния пациента: Поражение спинального мозга на грудном или поясничном уровнях (вялая или спастическая параплегия, парепарез); пациент способен приподнять ногу от пола на 3—4 см и перенести ее, осуществляя шагательное движение
 25. Составьте и проведите упражнения для формирования равновесия развивающего этапа физической подготовки для детей с ДЦП
 26. Составьте и проведите корригирующие упражнения с гимнастическими палками тренирующего этапа физической подготовки для детей с ДЦП
- Эталоны ответов на практические задания
1. «Хлоп». Ходьба с хлопками на каждый четвертый счет. Вслух произносится: «Раз, два, три, хлоп!». Первый раз хлопок над головой, второй – перед собой, третий – за спиной. Примечание: концентрация внимания, двигательная память, согласованность движений, усвоение ритма.
 2. а) бросок мяча в стену и ловля его;
б) то же, но ловля после отскока мяча от пола;

в) то же, но ловля после хлопка в ладони;

г) то же, но ловля мяча после вращения вокруг себя, приседания

Примечание: развитие координации движений рук, зрительной дифференцировки направления движения, ручной ловкости, ориентировки в пространстве, равновесия, распределения

Внимания

3.. «Цапля»

«Цапля» — водящий, а остальные — «лягушки». Пока цапля спит (стоит, наклонившись, опираясь руками на прямые ноги), остальные игроки прыгают, двигаются по площадке (только по кругу, в одну сторону). Вдруг цапля просыпается, издает крик и начинает ловить лягушек. Лягушки, убегая, подают голос «ква-ква». Сколько лягушек поймает цапля, столько получит жетонов. Дальше выбирают другого водящего — «цаплю». «Цапля» передвигается только на прямых ногах с сохранением правильной осанки, а «лягушки» прыгают на корточках с прямой спиной.

4. Комплекс упражнений для коррекции и развития равновесия

1. Стойка на носках, руки внизу- кол-во подходов-3 подхода, кол-во повторений- 15 сек
 2. Стойка на правой (левой) ноге, руки внизу- кол-во подходов-4 подхода, кол-во повторений- 15 сек
 3. Ходьба с мешочком на голове, по дорожке шириной 15—25 см, кол-во подходов-3 подхода, кол-во повторений- 3-5 м
 4. Ходьба с перешагиванием реек гимнастической лестницы, лежащей на полу, кол-во подходов-3 , кол-во повторений- до 5 м
 5. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз, кол-во подходов-3 , кол-во повторений- до 5 м
 6. Прыжки на двух ногах по наклонной доске вверх, кол-во подходов-3 , кол-во повторений- 3 м
 7. Бег вверх-вниз по наклонной доске или гимнастической скамейке, кол-во подходов-3 , кол-во повторений- 4-5 м
 8. Ходьба по лестнице из разновысоких кубиков, кол-во подходов-3 , кол-во повторений- 10-12 раз
 9. Балансировка на набивных мячах (3 кг), кол-во подходов-3 -5, кол-во повторений- до 30 сек
 10. Ходьба по канату (на полу) вдоль и приставными шагами поперек, руки в стороны, кол-во подходов-1-2, кол-во повторений- 4-5 раз
5. «Нырки». Цель: ознакомление детей с водой. Количество игроков: 6—15.

Инвентарь: легкий яркий мяч. Инструкция. В мелкой части бассейна по плавками отмечается круг диаметром 5—6 м. В кругу размещаются дети, выполняющие роль нырков. За кругом — столько же охотников. Охотники перебрасывают друг другу мяч и неожиданно для нырков бросают мяч в круг, стараясь попасть в кого-нибудь из них.

Единственное спасение для нырков — проворно погрузиться с головой под воду.

Методические указания. Каждое попадание

мяча выводит нырка из круга. Игра проводится на время, через 5 мин нырки и охотники ме-

няются местами.

6. Метание теннисного мяча на дальность. Обследование проводится на асфальтовой дорожке. Коридор для метания должен быть шириной не менее 3 м и длиной 15-20 м. Дорожка предварительно размечается мелом через каждый метр и пронумеровывается цифрами. Линия отталкивания шириной 40 см заштриховывается мелом. Ребенок выполняет метание мяча. Засчитывается лучшая из трех попыток.

Необходимое оборудование: рулетка, мел, теннисный мяч.

7. Проба Озерецкого – «Кулак-ребро-ладонь». Испытуемому предлагается повторить по образцу серию из девяти движений, состоящую из трижды повторяющегося ряда трех положений кисти: кулака, распрямленной кисти, расположенной ребром, и ладони, ударяющей по столу плашмя. В случае невыполнения задания - образец демонстрируется повторно до 5 раз. Оценивается правильное воспроизведение: 1 попытка- 5 баллов, 2 попытка - 4 балла,

3 попытка – 3 балла, 4 попытка – 2 балла, 5 попытка – 1 балл.

8. Упражнение на согласование движений.

Контрольное упражнение:

Исходное положение (И.П.) – основная стойка (О.С.).

1 – правая нога вперед на носок, левая рука вперед, правая - в сторону;

2 – И.П.

3-4 – то же с другой ноги.

Учитывается попытка (не больше пяти), во время которой было зафиксировано правильное исполнение. Оценивается задание следующим образом: за точное выполнение с первой попытки даётся 5 баллов, со второй – 4 балла, с третьей – 3 балла, с четвёртой – 2 балла, с пятой – 1 балл.

9. Для развития способности к дифференцировке мышечных усилий можно выполнить следующее упражнение: прыжки с продвижением вперед по ориентирам. Суть этого двигательного задания заключается в выполнении прыжков из обруча в обруч, лежащих на различном расстоянии друг от друга (30,40,50, 60 см). Варианты сочетания этих расстояний могут быть различными. Выполнение этого двигательного задания формирует у детей дифференцировать мышечные усилия при выполнении одного и того же двигательного действия.

10. Игра Три стихии. Земля. Вода. Воздух.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Играющие размещаются по кругу, ведущий называет слово, а играющие выполняют определенные движения: «Земля» — играющие принимают положение: руки в стороны; «Воздух» — играющие выполняют круговые движения руками назад; «Вода» — играющие выполняют движения, имитирующие волны.

Игрок, нарушивший правила, выбывает из игры. Выигрывает тот, кто остается в кругу послед-

ним. Методические рекомендации: Интенсивность игры регулируется темпом произнесения ведущим слов-заданий.

11. Игра «Зеркало»

Для развития Развитие внимания и воображения, тренировки в запоминании последовательности движений можно использовать подвижную игру «Зеркало»

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Играющие свободно располагаются на площадке и выполняют следующие задания:

- повторение одиночных движений вслед за ведущим;
- играющие должны воспроизвести несколько движений в заданной последовательности;
- ведущий называет животное, птицу, насекомое или рыбу, а игроки подражают движениям этого животного.

Методические указания: Лучший игрок определяется общим голосованием и награждается призом или призовыми очками.

12. Для обучения слепого ребенка ориентироваться в пространстве на звук можно применить подвижную игру «Догони меня»

Игра проводится вдвоем: взрослый и ребенок.

Инвентарь: площадка без препятствий размером 5×5 м, колокольчик.

Инструкция. Взрослый берет на себя роль ведущего. С помощью колокольчика, озвученного мяча или бубна он издает постоянный звук и убегает от ребенка, а тот в свою очередь догоняет ведущего, ориентируясь на звук. Методические указания: Темп игры медлен-

ный, ведущий скорее уходит, чем убегает от ребенка. Можно помогать ребенку указаниями, например: «немного правее, левее» и т. Д

13. Например: Игра «Быстро шагай, смотри не зевай!»

Дети стоят в шеренге, водящий поворачивается спиной и говорит:

«Быстро шагай,

Смотри, не зевай,

Раз, два, три, стой!»

Пока водящий произносит эти слова, все игроки идут вперед в сторону водящего. Как только водящий произносит «Стой!», все останавливаются, сохраняя правильную осанку.

Водящий поворачивается и если замечает кого-либо в движении, то отправляет его на несколько шагов (3–5) назад. Игра идет до тех пор, пока кому-либо из играющих не удастся приблизиться к водящему и дотронуться до него рукой. После этого все играющие бегут обратно, а водящий пытается их догнать и осалить. Кого осалят, тот становится водящим.

Коррекционная направленность: развитие быстроты реакции, слухового внимания, координации движений.

14. **«Мяч по кругу»**

Цель: развитие внимания и точности движений.

Количество игроков — 5—15.

Инвентарь: волейбольный мяч.

Инструкция. Играющие образуют круг и рассчитываются на первый-второй. Первые номера — одна команда, вторые номера — другая. Два рядом стоящих игрока — капитаны, в руках у них по мячу. По сигналу капитаны передают мяч по кругу игрокам своей команды, то есть через одного. Мяч должен как можно быстрее вернуться к капитану.

15. **«Горячий мяч»**

Цель: формирование вертикальной позы в положении сидя, развитие равновесия, координации движений, внимания.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Дети сидят в кругу и по команде начинают передавать фитбол из рук в руки по часовой стрелке. По команде «Стоп!» мяч останавливается на каком-либо играющем, который выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один ребенок — победитель.

Варианты

1. По команде ведущего меняется направление передачи фитбола.
2. При большом количестве играющих в игре используются два фитбола.

Методические указания. Ведущему следует напоминать детям об осанке.

16. Эстафета с обручем

Цель: развитие точности и быстроты движений.

Количество игроков — 10.

Инвентарь: обручи.

Инструкция. Соревнуются две команды по пять человек, они выстраиваются шеренгами друг против друга. Расстояние между игроками в командах 1,5—2 шага. Первому (капитану) в каждой команде дают обруч. По свистку капитаны пропускают обруч сверху вниз через себя, опускают его, а затем передают соседнему игроку. Тот делает то же самое, передает третьему и т.д.

Методические указания

- Игра длится до тех пор, пока обруч не вернется к капитану.
- Выигрывает команда, которая быстрее закончила игру и не совершила ошибок.
- Игра проводится 3—4 раза.

17. «Длинные ноги, короткие ноги»

Цель: укрепление мышц брюшного пресса, ног, развитие внимания.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Сидя на полу, в упоре руками сзади (или на фитболе). По команде педагога «Длинные ноги!» дети выпрямляют ноги и поднимают их вверх. По команде «Короткие ноги!» дети поднимают вверх согнутые в коленях ноги.

Варианты

1. Если ребенок недостаточно устойчиво сидит, можно выполнять задание, лежа на спине на полу.
2. Можно выполнять задание на фитболе.

Методические указания. Ведущий стоит рядом с играющими, страхуя их от падения с фитбола.

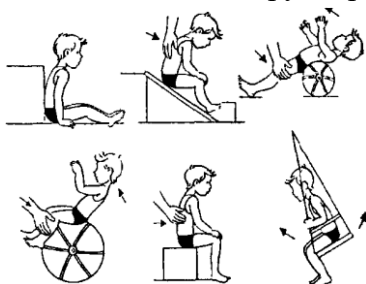
18. Наклоны стоя. Ноги на ширине плеч, по мере усложнения задания можно ступни ставить вместе. Задача ребенка — коснуться руками пола.

Махи руками в противоположные стороны. Из такого положения стараться коснуться правой рукой левой ступни и наоборот. Нужно выполнять упражнение с выпрямленными ногами.

Наклоны, сидя на полу: прямые ноги вместе. Задача ребенка — нагнуться, не сгибая ног. Второй вариант — ноги разведены. Ребенок поочередно наклоняется к правой, левой ноге, по центру, стараясь держать ноги прямо.

19. 1. Поставьте ребенка спиной к мячу, усадите по центру. Придерживая руками, покачивайте его, стимулируйте развитие навыков равновесия. Если состояние ребенка позволяет, он может выполнять это упражнение самостоятельно. Сидя на мяче и раскинув руки в стороны, он должен пытаться удерживать равновесие.
2. Лежа животом на мяче, опираясь руками в пол, ребенок катается взад-вперед, передвигаясь на руках. Если состояние ребенка не позволяет, взрослый придерживает его за бедра и осторожно качает мяч, наблюдая за ответной реакцией.
3. Детям с больной спастикой полезно следующее упражнение: ребенок лежит на мяче, взрослый осторожно покачивает мяч, внимательно наблюдая за реакцией ребенка, чтобы вовремя прервать упражнение.
3. Лежа животом на мяче, опираясь в пол ногами и перебирая ими, выполнять круговые вращения в одну сторону.
4. Сидя верхом на мяче, ребенок качается из стороны в сторону, поочередно опираясь на правую или левую ногу.
5. Лежа на мяче боком, с помощью взрослого, кататься вперед-назад, перебирая рукой по полу.

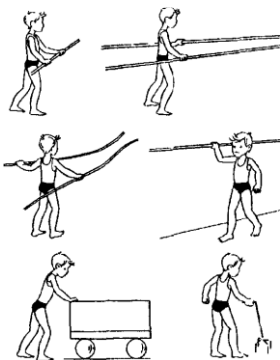
20. Умение сидеть требует хорошего контроля головы, распространения реакций выпрямления на туловище, наличия реакций равновесия и защитной функции рук. Кроме того, важна коррекция патологических поз. Устойчивость в положении сидя облегчает свободные движения рук, при этом спина должна быть выпрямлена, голова



приподнята.

Упражнения для формирования функций сидения

21. Для тренировки ходьбы необходима вертикальная установка головы и туловища, перемещение центра тяжести на опорную ногу, перемещение неопорной ноги, правильная постановка стоп, возможность сохранять позу стоя при опоре на каждую ногу, равномерное распределение массы тела на обе стопы, правильное направление движения и ритм. Сначала ребенка обучают ходьбе с поддержкой (руками взрослого, параллельными брусками, канатом, подвесной дорожкой, шведской стенкой и пр.). Затем ребенок учится ходить самостоятельно.



Упражнения для формирования умения ходить

Последовательность выполнения шага:

1. Установка рук на опоре.
2. Перенос обеих ног вперед.
3. Перемещение рук вперед.
4. Перенос обеих ног

Условия выполнения: с опорой на бруссы, на костылях или других опорных приспособлениях

22. Упражнения для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности. В исходном положении: сидя (стоя у опоры) сгибание и разгибание пальцев ног: тыльное и подошвенное сгибание стопы с поочередным касанием пола пяткой, носком; смыкание и размыкание стоп. Прокатывание стопами каната. Захватывание стопами мяча, захватывание ногами мешочка с песком с последующими бросками его в обруч и передачей соседу по ряду. Ходьба по ребристой доске, массажному коврику, рейкам гимнастической стенки.

23. Последовательность выполнения шага:

Перекрестный способ — левая рука — правая нога: отжимание левой рукой от опорного приспособления, приподнимание правого плеча, отрыв правой ноги от пола и перенесение ее вперед — те же движения правой рукой и левой ногой

Условия выполнения: на брусках, подвижных манежах, с помощью костылей, «канадских палочек» или трости. При хорошей физической подготовке не используются занятия на брусках

24. Движение головой в разных исходных положениях и при движениях рук; повороты, наклоны, вращение. Изменение исходных положений без опоры руками; из основной стойки — в стойку на одно колено, на два колена и обратно; в полуприсед и обратно. Кружение на месте переступанием, руки в стороны. Ходьба по начерченной линии, по доске, лежащей на полу, по наклонной доске (вверх и вниз) по гимнастической скамейке, по качающейся плоскости. Перешагивание через бруски, гимнастические палки, обручи, лежащие на полу на расстоянии 50 см. Перешагивание через гимнастическую лестницу, положенную на пол (высота 30—40 см). Стойки: на уменьшенной опоре, на поднятой опоре, опоре различной формы, на одной ноге.

25. По инструкции удержание палки различными хватами, изменяя исходное положение рук

(вверх, вперед, вниз, в сторону) и туловища (повороты, наклоны, вращения). Смена супинации и пронации предплечий, удерживая палку различными хватами. Вращение палки, удерживая ее одной и двумя руками. Ходьба строем с палкой в руках.

26. Исходное положение — лежа на спине, руки вдоль туловища

1. И п. — ноги согнуты в тазобедренных и коленных суставах, упор на стопы, руки со стороны. Прогнуться в грудном отделе позвоночника, не отрывая таза. Удерживаясь в этом положении, выполнить круговые движения руками-(3—4 раза)

- 2.Прогнуться, приподнимая таз, с опорой на голову, руки и пятки Удержаться в этом положении (3—4 раза)
3. И.п.— руки сцеплены в замок сзади. Прогнуться в грудном отделе, удержаться в этом положении. (2-4 раза)
4. Приподнять выпрямленную ногу назад, удержаться в этом положении (4 раза)
5. Упражнение 4 выполнить двумя ногами одновременно. (4 раза)
- 6.В том же положении имитация движений стиля «кроль» ногами (20-30 движений)
7. И.п.— руки к плечам. Круговые движения в плечевых суставах, одновременно с прогибом в позвоночнике (6-8 раз)
8. И.п.— руки опущены с постели. Прогнуться назад, разведя руки в стороны, соединяя лопатки, удержаться в этом положении (2-3 раза)

4.Комплект билетов.

5.Зачетная ведомость.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У1 находить и использовать методическую литературу и другие источники информации, необходимой для подготовки к урокам адаптивной физической культуры	- создает информационные источники объектов (сообщение, доклад, информации, сочинение, реферат, презентация, необходимой для конспекта урока
У 2. планировать адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии	-составляет планы адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных организациях, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта или патологии
У 3. создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся	-устанавливает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся
У 4 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими);	-создает педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими
У 5 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь	-выбирает и комплектует, к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь
У 6 использовать различные формы адаптивного физического воспитания	-применять различные формы адаптивного физического воспитания
У 7 использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики	-применяет различные методы и приемы обучения двигательным действиям,

развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся У 8 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма У 9. мотивировать обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности восстановления организма У 10. планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими) У 11 - организовывать, проводить соревнования и осуществлять судейство; У 12 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; У 13 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; У 14 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; У 15 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий; У 16 анализировать процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их	методики развития физических качеств, определяет физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером дефекта или патологии, функциональными возможностями организма обучающихся -применяет различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма -побуждает обучающихся к участию в адаптивной физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности восстановления организма - проектирует и организует педагогически целесообразную работу с родителями (лицами, их заменяющими) -координирует, осуществляет соревнования и осуществлять судейство -реализует профессионально ориентированные виды двигательных действий -использует приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, обеспечивает технику безопасности на занятиях -устанавливать педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии -проводит самоанализ и самоконтроль при проведении уроков, внеурочных мероприятий и занятий -исследует процесс и результаты физического воспитания, обучения предмету «Адаптивная физическая культура», отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, исправляет и модернизирует
3 1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания в общеобразовательных организациях;	-определение цели, задачи, функции, содержание, форм и методов физического воспитания в общеобразовательных организациях

3 2 медико-биологические и психологические основы построения частных методик адаптивной физической культуры; 3 3 характеристику типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп; 3 4 методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей; 3 5 место и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья;	- знание медико-биологические и психологических основ построения частных методик адаптивной физической культуры - знание характеристик типичных нарушений и особенностей развития инвалидов разных нозологических групп - знание методики адаптивного физического воспитания обучающихся с нарушением зрения, слуха, умственной отсталостью, детским церебральным параличом, поражением спинного мозга, врожденными аномалиями развития и после ампутации конечностей - понимание места и значение предмета «Адаптивная физическая культура» в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного	- понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес - организывает собственную деятельность, определяет методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - Использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами - определяет цели, мотивирует деятельность обучающихся, организовывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

процесса. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.	-самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации -осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. - ведет профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих -владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся. ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.	-определяет цели и задачи, планирует физическое воспитание обучающихся - ведет учебные занятия по физической культуре -организовывает внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. -осуществляет педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. - анализирует учебные занятия, внеурочные мероприятия. -создает в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. -оформляет документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях

Образец билета:

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»		
Утверждаю Заместитель директора (Ф.И.О.) (подпись) « ____ » _____ 20__ г.	Экзаменационный билет №1 по МДК (индекс, название) Группа(ы) _____ Специальность: код, название	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель ____ (Ф.И.О.) (подпись) « ____ » _____ 20__ г.
1. Чем обусловлены психические нарушения при ДЦП? 2. Проведите игру с фитболом на укрепление мышц брюшного пресса, ног, развитие внимания.		

6.Критерии оценки ответов, обучающихся:

Оценка 5 «отлично» - продемонстрирован высокий уровень знаний по теоретическому вопросу билета, правильно выполнено практическое задание.

Оценка 4 «хорошо» - продемонстрировано понимание основного содержания теоретического вопроса билета, правильно выполнено практическое задание.

Оценка 3 «удовлетворительно» - продемонстрировано владение основным содержанием по теоретическому вопросу билета, практическое задание выполнено с ошибкой.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - не продемонстрировано владение знаниями и умениями, не выполнено практическое задание.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОБЩЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЦИКЛА**

ОП.03 Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии

для специальности

49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» программы учебной дисциплины Основы коррекционной педагогики и психологии

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Коняева Галина Анатольевна, преподаватель

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Шульга Наталья Владимировна

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины «Психология» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02. «Адаптивная физическая культура» следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями:

Обучающийся должен знать:

З. 1	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;
З. 2	основы психологии личности;
З. 3	закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;
З. 4	возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
З. 5	психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;
З. 6	особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику;
З. 7	понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;
З. 8	основы психологии творчества; психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
З. 9	механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности

Обучающийся должен уметь:

У. 1	применять знания по психологии при решении педагогических задач;
У. 2	выявлять индивидуальные и типологические особенности занимающихся;
У. 3	использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей занимающихся;
У. 4	составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося.

Формируемые ОК:

ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2 Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3 Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности

ОК 6 Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7 Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9 Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10 Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11 Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формируемые ЛР:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями (при наличии)	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса (при наличии)	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28

Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются:
контрольная работа (5 семестр), экзамен (6 семестр).

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь	
У1- применять знания по психологии при решении педагогических задач. ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 2- организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- применяет знания по психологии при решении педагогических задач - применяют, обобщают, устанавливают связи, выбирают, развивают, организуют, используют, руководствуются, преобразовывают, классифицируют информацию, связанную с проблемами специального (коррекционного) образования, тенденциями его развития и направлениями реформирования - организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество - самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, занимаются самообразованием, осознанно планируют повышение квалификации
У 2 - выявлять индивидуальные и типологические особенности занимающихся ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК9– осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ОК 10 - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни	- осуществляют анализ сущности определений основных категорий и понятий коррекционной педагогики и коррекционной психологии - анализируют, констатируют, сравнивают, выводят теоретические положения - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивают охрану жизни и здоровья детей

и здоровья детей ОК 11 - строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих	- строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих
У 3 - использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей занимающихся ОК 3 - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК 4 - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 3.1 - разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.	- умение делать анализ факторов и условий развития детей с ОВЗ - анализируют, констатируют, сравнивают, выводят данные для анализа - производят расчеты, развивают, комбинируют, организуют, синтезируют, классифицируют, доказывают, развивают, умеют сформулировать/ модифицировать - оценивают риски и принимают решения в нестандартных ситуациях - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - проводят педагогическое наблюдение и диагностику, интерпретируют полученные результаты.
У 4 - составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося ОК 4 - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной	- осуществляют обоснованный выбор методов, приёмов, методик, форм организации деятельности и общения детей с ОВЗ в связи с характером дефекта развития или патологии - рассуждают, аргументируют, консолидируют, сравнивают, стандартизируют, оценивают - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

деятельности ОК 6- работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами ПК 3.2. - систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	- используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работают в коллективе и команде, взаимодействуют с руководством, коллегами и социальными партнерами
Знать:	
3. 1 особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой; 3. 2 основы психологии личности; 3. 3 закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; 3. 4 возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности; 3. 5 психологическое значение возрастнополовых факторов в физической культуре и спорте; 3. 6 особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику; 3. 7 понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения; 3. 8 основы психологии творчества; психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности; 3. 9 механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой; основы психологии личности; закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности; психологическое значение возрастнополовых факторов в физической культуре и спорте; особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику; понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения; основы психологии творчества; психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности; механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Коррекционная педагогика.				
Тема 1.1 Теоретические основы коррекционной педагогики.	У1 3.1.3.2. 3.4. ОК 1. ПК 3.1. ЛР 1-20	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	У1 3.1. 3.2. 3.4. ОК 1. ПК 3.1 ЛР 1-20	Экзамен – 6 семестр
Тема 1.2. Школьная и социальная дезадаптация как педагогическая проблема	У.1. У.3. 3.9 ОК 1. ПК 2.1, 3.1 ЛР 1-20	Устный опрос Тестирование Практическая работа Контрольная работа	У.1. У.3. 3.9. ОК 1. ПК 2.1, 3.1 ЛР 1-20	
Тема 1.3. Проблематика девиантного поведения.	У.4. 3.8-9 ОК 1 ПК 1.1-1.4, 2.1-2.6, 3.1 ЛР 1-20	Устный опрос Тестирование Практическая работа Контрольная работа	У.4. 3.8-9 ОК 1. ПК 1.1-1.4, 2.1-2.6, 3.1 ЛР 1-20	
Раздел 2. Специальная педагогика.				
Тема 2.1. Теоретические основы специальной педагогики.	У.1 У.2 У.3 У.4 3.1. 3.2. 3.7. 3.8. 3.9. ОК 1. ПК 1.1-1.7, 2.2-2.6 ЛР 1-20	Устный опрос Тестирование Практическая работа	У.1 У.2 У.3 У.4 3.1. 3.2. 3.7. 3.8.3.9. ОК 1,2, 6 ПК 1.1-1.7, 2.2-2.6 ЛР 1-20	
Тема 2.2. Характеристика и особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями различного генеза.	У.1. У.2. У.3. У.4. 3.1. 3.2. 3.7. 3.8. 3.9. ОК 2. ОК 6. ПК 1.1-1.7, 2.1-2.6, 3.1-3.4	Устный опрос Тестирование Практическая работа Контрольная работа	ПК 1.1-1.7, 2.1-2.6, 3.1-3.4 ЛР 1-20	

	ЛР 1-20		
Тема 2.3. Педагогические системы специального образования.	У.1. У.2. У.3. У.4. 3.2. 3.7. 3.8. 3.9 ОК 1. ОК 2. ОК 6. ПК 1.1-1.7, 2.1-2.6, 3.1-3.4 ЛР 1-20	Устный опрос Тестирование Практическая работа	

3.2. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Отметка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Отметка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Отметка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения учебных действий, заполнения таблиц, и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, диаграммы; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Отметка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Отметка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью, и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

5. Конференция. Критерии оценивания.

№ п/п	Критерии	Максимальное количество баллов
1.	Раскрыты актуальность, изученность, практик направленность темы	0 – 5
2.	Логика изложения, фундаментальность и глубина содержания.	0 – 5
3.	Соответствие выводам в заключении основному содержанию материала.	0 – 5
4.	Культура оформления материалов, соответствие нормам литературного языка, стиль изложения содержания, дизайн и достоверность материалов презентации.	0 – 5
5.	Культура защиты оклада (грамотность, научность, образность, темп речи; подача материала)	0 – 5
6.	Наличие презентации к докладу.	0 – 5
	Максимальное количество баллов	30
	Оценка в баллах 5 «отлично» - 26 – 30 баллов 4 «хорошо» - 21 – 25 баллов 3 «удовлетворительно» - 9 – 20 баллов 2 «неудовлетворительно» 0 -8 баллов	

4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Экзамен (конференция) (6 семестр)

1. Форма проведения: устная (сообщения).

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места для обучающихся.

Технические средства обучения: мультимедийный проектор

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: выполнение норм СанПин, техники безопасности.

3. Пакет материалов для проведения экзамена.

3.1. Перечень тем, выносимых на дифференцированный зачёт:

Тема 1.1 Теоретические основы коррекционной педагогики

Тема 1.2. Школьная и социальная дезадаптация как педагогическая проблема

Тема 1.3. Проблематика девиантного поведения.

Тема 2.1. Теоретические основы специальной педагогики.

Тема 2.2. Характеристика и особые образовательные потребности обучающихся с нарушениями различного генеза.

Тема 2.3. Педагогические системы специального образования.

3.2. Перечень тем сообщений, которые выносятся на промежуточную аттестацию:

1. Психологическая помощь ребенку при РДА.
2. Особенности коррекционно-развивающей среды для детей с нарушением зрения.
3. Коррекционно-образовательная программа при нарушении слуха, цель, задачи.
4. Музыкальная деятельность детей с нарушением зрения в школе комбинированного вида.
5. Формирование адекватной самооценки у детей с ЗПР.
6. Формирование эмоционального интеллекта у младших школьников с умственно отсталыми
7. Формирование двигательной активности школьников с задержкой психического развития»
8. Специфика работы с детьми с вариантным поведением в системе дополнительного образования
9. Трудности обучения детей с ЗПР в школе
10. Психологические особенности агрессивного поведения умственно отсталых детей
11. Межличностные отношения в семьях детей с ОВЗ
12. Профилактика и коррекция дискалькулии у младших школьников с ОВЗ
13. Развитие общей мелкой и артикуляционной моторики у детей с ОВЗ
14. Деменция как категория умственно-отсталых детей
15. Психолого-педагогические особенности детей с нарушением слуха
16. Психологические особенности детей с ОДА
17. Особенности обучения детей с аутизмом
18. Психологические особенности детей со стойким недоразвитием интеллектуальной сферы
19. Особенности познания мира детей с нарушениями слуха
20. Психологические особенности детей с дефицитным развитием.
21. Социально-запущенные дети.
22. Виды заикания, их причины, особенности развития психики заикающихся детей.
23. Тревожные дети. Причины детской тревожности, её коррекция.
24. Дети с повышенной двигательной активностью. Способы взаимодействия с ними.
25. Невнимательность и пути её коррекции на уроках и во внеурочное время.
26. Особенности развития воображения и творческих способностей у детей с нарушениями речи.
27. Особенности развития тактильного восприятия у детей с умственной отсталостью
28. Психологическая адаптация обучающихся 1 класса с нарушениями интеллекта к обучению в школе.
29. Тифлопедагогика: особенности обучения и воспитания детей
30. Характеристика задержанного психического развития. Характеристика детей с ЗПР.

Эталоны ответов на вопросы

1. Психологическая помощь ребенку при РДА.

В настоящее время все более осознается социальная значимость проблемы детского аутизма (РДА). Эпидемиологические исследования, проведенные в разных странах в середине прошлого века, показали, что частота его проявлений не реже 3-6 случаев на 10 тысяч детей. В последующие годы, когда были выявлены полиэтиология и полинозоология детского аутизма доказано, что вокруг ядра классического клинического синдрома РДА группируются множественные случаи сходных нарушений в развитии коммуникации и социальной адаптации. Не совсем точно укладываясь в классическую клиническую картину РДА, они имеют общую специфику психического дизонтогенеза и требуют аналогичного коррекционного подхода. Частота выявления детского аутизма по мнению современных авторов, составляет до 21-26 на 10 тысяч детей и наряду с клиническим все большее значение приобретает образовательный диагноз.

Ранний детский аутизм (РДА) в настоящее время рассматривается не только как клиническая, но, и как психолого-педагогическая проблема и в связи с запросом общества на введение в образовательное пространство категорий детей, ранее признаваемых необучаемыми (Н.Н.Малофеев,1997). Это делает все более актуальным научное обоснование и разработку методов психологической коррекционной работы с детьми, страдающими аутизмом. Разрешение этих задач непосредственно связано как с исследованием особенностей психического развития при детском аутизме, так и с изучением практического опыта, в котором важную роль играет анализ успешных случаев психокоррекции, этому направлению и принадлежит данная работа.

Одним из важнейших современных приоритетов развития системы специального образования является обращение коррекционного воздействия к раннему возрасту, что дает возможность вести профилактическую работу и предотвращать формирование вторичных нарушений психического развития. Эффективность психологической помощи при аутизме может быть максимальной при его начале до 3-х летнего возраста.

2. Особенности коррекционно-развивающей среды для детей с нарушением зрения.

Одним из важнейших факторов развития личности ребёнка является среда, в которой он живет, играет, занимается и отдыхает. Пространство, организованное для детей в образовательном учреждении, может быть как мощным стимулом их развития, так и преградой, мешающей проявить индивидуальные творческие способности. В условиях модернизации российского образования особую актуальность приобретает проблема создания оптимальных условий для развития, воспитания, образования детей с ограниченными возможностями здоровья. В отношении детей с ограниченными возможностями здоровья можно говорить о необходимости создания единой коррекционно-развивающей среды.

Коррекционно-развивающая среда – это комплексный, системный, вариативный, инвариантный, пластически меняющийся механизм непрерывной психолого-педагогической помощи ребенку с отклонениями в развитии на пути становления его социальной компетентности в играх занятиях, общении со сверстниками и взрослыми, формировании мобильности и общественной активности.

Исходя из существующих нормативов организации среды и оснащения соответствующим оборудованием, разработанными Министерством образования и здравоохранения РФ, коррекционно-развивающая среда обеспечивает поддерживающие, предупредительные и подготовительные условия введения ребёнка в социум. Коррекционно-развивающая среда компенсирующего вида должна соответствовать как

общим нормативным актам проектирования условий воспитания, обучения в общеобразовательных учреждениях, так и решать задачи коррекционно-компенсаторной работы, направленной на преодоление трудностей социальной адаптации детей с нарушением зрения.

3. Коррекционно-образовательная программа при нарушении слуха, цель, задачи.

Программа ориентирована на развитие их потенциальных возможностей и потребностей более высокого уровня, необходимых для дальнейшего обучения и успешной социализации. Программа коррекционной работы направлена на выявление особых образовательных потребностей слабослышащих, позднооглохших и имплантированных детей, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии с учетом особых образовательных потребностей, индивидуальных возможностей обучающихся (в соответствии с рекомендациями ПМПК).

Цель программы – оказание комплексной психолого-педагогической помощи слабослышащим и позднооглохшим обучающимся в освоении адаптированной основной общеобразовательной программы, в коррекции недостатков в общем и слухоречевом развитии, в их социальной адаптации. Программа предусматривает создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные потребности слабослышащих и позднооглохших обучающихся.

Задачи программы:

- 1) выявить и организовать особые образовательные потребности слабослышащих и позднооглохших обучающихся, обусловленных недостатками в их развитии;
- 2) осуществлять индивидуально ориентированную психолого-медико-педагогическую помощь обучающимся с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей;
- 3) оказать коррекционную помощь в овладении адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования, в том числе организация индивидуальных и фронтальных занятий по развитию слухового восприятия речи и неречевых звучаний, включая музыку.

Планируемые результаты:

- различать на слух и воспроизводить темп и ритм, темп и громкость, темп и слитность, громкость и слитность звучаний, а также их высоту (с индивидуальным слуховым аппаратом и без него);
- определять на слух направление звука (*справа, слева, спереди, сзади*) и его источники (без звукоусиливающей аппаратуры);
- самостоятельно произносить слова слитно, в нормальном темпе, с выраженным ударением, с соблюдением норм орфоэпии и звукослового состава.

4. Музыкальная деятельность детей с нарушением зрения в школе комбинированного вида.

Музыкальная деятельность является важным элементом в развитии ребенка, способствуя формированию его эстетических и эмоциональных качеств, развитию слуха, ритма и музыкальной памяти. Для детей с нарушением зрения музыкальная деятельность становится особенно значимой, так как она позволяет им получать впечатления и развивать свои способности наравне со здоровыми сверстниками.

В школе комбинированного вида музыкальная деятельность включает в себя различные формы обучения, такие как индивидуальные и групповые занятия, участие в музыкальных

кружках, ансамблях и оркестрах, а также участие в концертах и фестивалях. Для детей с нарушением зрения эти формы обучения могут быть адаптированы с учетом их индивидуальных особенностей и потребностей. Например, на индивидуальных занятиях педагог может использовать специальные методы и приемы, позволяющие детям с нарушением зрения лучше воспринимать музыку и понимать ее содержание.

Кроме того, музыкальная деятельность может быть полезна для детей с нарушением зрения в плане социальной адаптации и интеграции. Участие в музыкальных коллективах и ансамблях позволяет детям общаться со своими сверстниками и находить новых друзей, что способствует их социализации. Это также помогает детям с нарушением зрения чувствовать себя более уверенно и комфортно в обществе.

Однако следует отметить, что музыкальная деятельность детей с нарушением зрения требует особого внимания со стороны педагогов и родителей.

Важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и подбирать соответствующие методики и подходы, которые помогут ему максимально раскрыть свой потенциал и успешно развиваться в музыкальной сфере. Также необходимо поддерживать интерес детей к музыке и помогать им преодолевать возможные трудности, связанные с их зрительными нарушениями.

Таким образом, музыкальная деятельность является важной составляющей обучения и развития детей с нарушением зрения. Она помогает им развивать свои музыкальные способности, адаптироваться в обществе и преодолевать трудности, связанные с их заболеванием. В школе комбинированного вида создаются все условия для успешной музыкальной деятельности таких детей, что позволяет им реализовать свой потенциал и стать полноценными членами общества.

5. Формирование адекватной самооценки у детей с ЗПР.

Увеличение детей с задержкой психического развития (ЗПР) отмечается во всем мире, и проблема их воспитания и социальной реабилитации становится актуальной психолого-педагогической проблемой. Статистика свидетельствует о росте количества детей с ЗПР в России: В 1990/91 учебном году существовало 4 специальных школы для детей с ЗПР, в которых обучалось до 1 тысячи учащихся, к 2010/11 учебному году количество таких школ увеличилось до 122, а количество учащихся возросло до 19,8 тысячи.

Термин «задержка психического развития» был предложен Г. Е. Сухаревой еще в 1959 г. Под задержкой психического развития (ЗПР) понимают замедление нормального темпа психического созревания по сравнению с принятыми возрастными нормами. Задержка психического развития является одной из наиболее распространенных форм психической патологии детского возраста. Более тщательному выявлению пограничных состояний интеллектуальной недостаточности способствует рост требований, предъявляемых обществом к личности ребенка (усложнение школьных программ, более ранние сроки начала обучения и т.п.).

В наше время из-за нарушенной экологии, прогрессирующего роста вредных привычек среди женщин, неправильного поведения во время беременности, а также из-за большого количества неблагополучных семей, все больше детей уже при поступлении в школу получают диагноз: задержка психического развития. ЗПР может быть, как врожденным, так и приобретенным в результате ошибок воспитания, педагогической запущенности или отсутствия воспитания вообще. У ребенка с таким диагнозом

нарушаются практически все психические процессы, но в первую очередь страдает самооценка.

Младший школьный возраст –начальный период осознания ребенком самого себя, мотивов и потребностей в мире человеческих отношений. Вступая в школьный возраст, ребенок начинает осознавать факт своего существования. Поэтому важно в этот период заложить основы для формирования дифференцированной адекватной самооценки.

В связи с нарушениями в личностном и познавательном развитии, а также с наличием негативного влияния социальных факторов у учащихся с ЗПР самооценка своеобразна и больше, чем у обычных детей зависима от мнения окружающих его людей. Согласно исследованиям ученых, формирование самооценки учащихся с ЗПР сильно отстает от нормы, отличается нерасчлененностью, упрощенностью, противоречивостью, неустойчивостью.

Решающее влияние на формирование самооценки оказывают два фактора: отношение окружающих и осознание самим ребёнком особенностей своей деятельности, её хода и результатов. И это осознание не появится автоматически: родителям и учителям надо учить ребёнка видеть и понимать себя, учить координировать свои действия с действиями других людей, согласовывать свои желания с желаниями и потребностями окружающих. В каждом возрастном периоде на формирование самооценки преимущественно влияет та деятельность, которая в этом возрасте является ведущей. В младшем школьном возрасте ведущей является учебная деятельность; именно от её хода и зависит в решающей степени формирование самооценки ребёнка, она прямо связана с его успеваемостью, успехами в учении.

6. Формирование эмоционального интеллекта у младших школьников с умственно отсталыми.

Эмоциональный интеллект — сумма навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

Элементы эмоционального интеллекта:

- Осознание эмоций — это умение определить эмоцию и правильно её назвать. Большую роль в осознании играет среда. Если человек воспитывался в семье, где люди привыкли называть эмоции, то он будет более эмоционально осознанным, чем тот, в чьей семье не было принято говорить о чувствах.
- Понимание эмоций других. Оно строится на осознании собственных эмоций, так как чувства окружающих мы воспринимаем через проецирование на свой опыт: «Я понимаю, что чувствует этот человек, потому что знаю, что в такой ситуации испытываю я сам».

Особенно актуальной проблема эмоционального интеллекта становится в контексте инклюзивного образования. Умение ребенка идентифицировать эмоции, как свои собственные, так и окружающих людей, выстраивать логические связи между событиями и явлениями и их эмоциональными последствиями является значимым условием его включения в образовательное пространство, интеграции в общество сверстников, включения в образовательный процесс в целом.

У детей с умственной отсталостью констатируются нарушения интеллектуального развития, при этом на первый план выступает познавательная сфера: мышление, память, внимание и т.д. Эмоциональная сфера считается более сохранной, однако и она имеет

выраженное своеобразие. Так, дисфункциональность эмоциональной сферы выступает одним из факторов деструктивного взаимодействия умственно отсталых детей со сверстниками.

7. Формирование двигательной активности школьников с задержкой психического развития».

Целью данного доклада является рассмотрение основ коррекционной педагогики и психологии с особым акцентом на формирование двигательной активности у школьников с задержкой психического развития. Задержка психического развития является расстройством, которое влияет на когнитивные, эмоциональные и физические аспекты нормального развития у детей школьного возраста.

Формирование двигательной активности у таких детей играет важную роль в их реабилитации и обучении, что является одной из задач коррекционной педагогики и психологии. Задержка психического развития (ЗПР) – это состояние, при котором ребенок развивается с меньшей скоростью и в гораздо меньшей степени, чем дети своего возраста. Одной из важнейших задач коррекционной педагогики и психологии является развитие двигательных навыков у детей с ЗПР.

Двигательная активность играет ключевую роль в формировании физического и психического здоровья, социальной адаптации и эмоционального благополучия школьников. В данном докладе будет рассмотрена тема формирования двигательной активности у детей с ЗПР, а также перспективы дальнейших исследований в этой области. В Настоящее время наблюдается тенденция роста количества школьников с отклонениями в состоянии здоровья. Большую группу детей составляют школьники с задержкой психического развития (ЗПР).

Эта проблема приобрела актуальность не только в нашей стране, но и за рубежом, ведь за последние десятилетия рост числа детей этой группы непреклонно увеличивается. В работах ряда авторов доказано, что снижение объема движений у детей данной категории отмечается с раннего детства, оно является результатом раннего поражения ЦНС и обнаруживается не только в двигательной сфере, но и в психической деятельности в целом.

Некоторые дети с задержкой психического развития имеют ограниченные возможности в области моторики, координации и баланса. Это может быть вызвано различными причинами, включая повреждения головного мозга, генетические факторы или условия окружающей среды. Такие ограничения часто препятствуют нормальному физическому развитию детей и могут негативно сказаться на их социализации и учебных успехах. Формирование двигательной активности у этих детей представляет собой одну из основных задач педагогов и специалистов. Мы должны стремиться помочь каждому ребенку развиваться в соответствии с его потенциалом и обеспечить ему возможности для увлечения физическими активностями. Для достижения этой цели необходима индивидуальная и дифференцированная поддержка. Педагоги, работающие с детьми с задержкой психического развития, должны иметь знания о методах и приемах, которые способствуют развитию моторных навыков. Кроме того, они должны создать безопасную и подходящую среду для физических занятий, где дети могут учиться и играть с удовольствием.

Одним из эффективных подходов к формированию двигательной активности является интеграция специальных физических упражнений в ежедневную жизнь детей. Это могут быть упражнения на развитие грубой и мелкой моторики, баланса, координации и

силы. Эти упражнения должны быть адаптированы к возможностям каждого ребенка и должны быть включены в его индивидуальный учебный план.

8. Специфика работы с детьми с вариантным поведением в системе дополнительного образования.

Девиантное поведение в настоящее время характеризуется в качестве формы устойчивого поведения личности, которое отклоняется от распространенных, социально адаптивных общественных норм и правил. Особенно ярко девиантное поведение проявляется в детском и подростковом возрасте, когда дети могут реализовывать антисоциальные и деструктивные поведенческие паттерны, причиняющие вред себе, а также окружению.

В настоящее время принято выделять большое количество различных форм детского девиантного поведения, каждое из которых обладает определенной спецификой. Основной блок работы с девиантным поведением детей на сегодняшний день составляет профилактическая и коррекционная деятельность, которую принято реализовывать в рамках дополнительного образования.

Дополнительное образование предоставляет широкий спектр возможностей организации работы и обладает большим уровнем привлекательности для детей, что позволяет приносить высокие результаты образовательно-коррекционной деятельности в сфере устранения девиантного поведения.

Понимание особенностей работы с детьми с девиантным поведением в системе дополнительного образования во многом может способствовать расширению представлений о данной области, что обуславливает высокий уровень значимости настоящей работы.

9. Трудности обучения детей с ЗПП в школе.

Понятие «задержка психического развития» утверждает наличие отставания в развитии психической деятельности ребенка. Термин «задержка» подчеркивает временной (несоответствие уровня психического развития возрасту) и одновременно в значительном количестве случаев временный характер отставания, которое с возрастом тем успешнее преодолевается, чем раньше дети с данной патологией попадают в адекватные для них условия воспитания и обучения. Задержка психического развития – временное отставание развития психики в целом или отдельных ее функций.

В этиологии задержки психического развития играют роль: конституциональные факторы, хронические соматические заболевания, патология беременности и родов, частые болезни в первые годы жизни, неблагоприятные условия воспитания.

Особенностью психического развития детей с задержанным развитием является недостаточность у них процессов восприятия, внимания, мышления, памяти.

Особенности внимания детей с задержкой психического развития проявляются в его неустойчивости, повышенной отвлекаемости, неустойчивой концентрации на объекте. Наличие посторонних раздражителей вызывает значительное замедление выполняемой детьми деятельности и увеличивает количество ошибок.

Выраженное отставание и своеобразие обнаруживается и в развитии познавательной деятельности этих детей. У них наблюдается отставание в развитии всех форм мышления; к началу школьного обучения, как правило, не сформированы основные мыслительные операции - анализ, синтез, сравнение, обобщение. Выявлено снижение познавательной активности.

Изучение процессов памяти у данной категории детей показывает недостаточную продуктивность произвольной памяти, её малый объем, неточность и трудность воспроизведения.

Этими факторами объясняются характерные нарушения поведения у данной категории детей. Дети с гармоническим психофизическим инфантилизмом доброжелательны, эмоциональны и приветливы, но у них долго доминируют игровые интересы, наблюдается непосредственность в рассуждениях, наивность. Дети с дисгармоничным психофизическим инфантилизмом эмоционально неустойчивы, склонны к конфликтам, драчливости, агрессивности.

10. Психологические особенности агрессивного поведения умственно отсталых детей.

Актуальность изучения агрессивного поведения младших школьников обуславливается важным пониманием, какую роль играет агрессия для развития личности ребенка, как влияет агрессия на становление разных форм поведения – конструктивных или деструктивных, разрушающих, которые придают поступкам асоциальный характер. Отрицательную роль играет агрессия в формировании личности ребенка, она может превратить его либо в жертву конфликтов, либо в агрессора. Проявление собственных агрессивных действий или постоянное ожидание этих действий от других может повлиять на ребенка. Это может ограничить активность ребенка, сформировать заниженную самооценку. Так же если вовремя не обратить на это внимание и не проводить коррекцию, то эти факторы способны стать причиной к развитию стабильной черты личности – агрессивности. Различные исследования доказывают, если в детстве сформировалась агрессивность, в дальнейшем она остается устойчивой чертой характера. Таким образом, у ребенка снижаются способности полноценной коммуникации, искажается развитие его личности и дальнейшая социализация ребенка с умственной отсталостью.

Что бы решить задачи коррекции агрессивного поведения, необходимо провести его анализ. В специальной литературе проблема коррекции агрессивного поведения умственно отсталых младших школьников не нашла отражения. В связи с этим изучение данного вопроса будет способствовать разработке профилактики нарушений поведения, развития социально значимых качеств личности, формирования саморегуляции поведения умственно отсталых детей.

Таким образом, возникают противоречия между проявлениями агрессивного поведения младших школьников с умственной отсталостью и неготовностью педагогов, сверстников и родителей адекватно реагировать и воспринимать эти проявления, между потребностью анализа причин и механизмов агрессивного поведения младших школьников и не в полной мере изученностью данной проблемы в отечественной и зарубежной литературе; между задачей эффективной психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения и профилактики и не разработанностью такой системы.

На сегодняшний день проблема агрессивного поведения у умственно отсталых младших школьников актуальна. Можно выделить следующие причины: во-первых, по данным статистики, число умственно отсталых младших школьников повышается, и, во-вторых, так же повышается распространение агрессивного поведения среди детей данной категории.

Именно поэтому данная проблема требует пристального внимания к исследованию особенностей проявления агрессивного поведения у младших школьников с умственной отсталостью.

Данные агрессивного поведения младших школьников с умственной отсталостью в школе и вне ее, говорят о потребности в новейших подходах к данной проблеме. Гуманистический подход к личности ребенка требует знания и понимания индивидуальных и возрастных особенностей умственно отсталых школьников.

Эффективность психолого-педагогической деятельности зависит от комплексности и умения специалистов координировать свои действия, правильно выстраивать работу с родителями ребенка, оказывать психологопедагогическую помощь не только младшему школьнику, но и его семье.

Необходимо не забывать, что родители ребенка с агрессивным поведением не имеют психологических и педагогических знаний, а это способно значительно затруднить работу с ними. Процесс психологопедагогической коррекции агрессивного поведения может быть осложнен тем, что требует подхода, индивидуально выстроенного с каждым из родителей, также необходимо знать природу агрессивного поведения младшего школьника, владеть методами профилактики и диагностикой. Кроме того, для эффективности деятельности следует привлекать дополнительные материалы по медицине, педагогике, физиологии, возрастной психологии, психологии и социальной педагогике.

Таким образом, формы агрессивного поведения у детей в младшем школьном возрасте, как с умственной отсталостью, так и без, встречаются довольно часто. Но не стоит забывать, что правильно подобранные диагностика, методы коррекции и профилактика, в этот период, поможет снизить уровень агрессивного поведения и избежать перехода агрессии в устойчивую характеристику личности

11. Межличностные отношения в семьях детей с ОВЗ.

Проблема семьи, воспитывающей ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в настоящее время является одной из самых приоритетных, и характеризуется повышенным интересом специалистов различного профиля (психологов, педагогов, социологов, демографов и др.)

Именно проблема семейно-родственных отношений занимает важное место, так как от ситуации в семье зависит развитие ребенка. Взаимоотношения между родителями и детьми всегда тесно связаны с характером отношений между самими родителями, образом жизни семьи, её благополучием. Развитию «особого» ребенка способствуют доброжелательная атмосфера, а именно такая система семейных взаимоотношений, которая дает ему чувство защищенности, стимулирует и направляет его развитие.

Как отмечают А.Г.Московкина и Е.М. Мастюкова, существенная помощь со стороны семьи детям с нарушениями в развитии во многом дополняет комплекс медицинских и психолого-педагогических мероприятий. Родители, движимые чувством любви к ребенку, способны расширить индивидуализировать и развить предлагаемые специалистами методы обучения, проявить креативность и творчество в воспитании и обучении своего ребенка, взять на себя огромный повседневный труд, направленный на развитие своего ребенка.

Проблемой исследования явился поиск ответов на вопросы, каковы особенности семейно-родственных отношений у лиц с ОВЗ, и какова роль семьи в формировании личности ребенка, его представлений о семье, что связано с большим количеством дисгармоничных семей, ростом разводов, детей, рожденных внебрачного союза и растущих в неполных семьях.

12. Профилактика и коррекция дискалькулии у младших школьников с ОВЗ.

Дискалькулия- болезнь, которая приводит к нарушению счёта и может проявляться в дошкольном и школьном возрасте. Причина: нарушение зрительной памяти, внимания, мышления. При обучении такой ребёнок не запоминает условие задачи, не может спланировать ход её решения, не умеет правильно организовывать свободное время. Всё это приводит к негативному взгляду на учебу в целом. В конечном счёте ребёнок не усваивает учебный материал и становится не приспособленным к жизни в социуме.

Расстройство навыков счета проявляется по-разному, зависит от вида нарушения и возраста ребенка. Симптомы определяются уже в дошкольном периоде, когда формируются первые арифметические способности, максимально разворачиваются в младших классах, а без специальной коррекции сохраняются на протяжении средних, старших классов. Взрослые компенсируют дискалькулию, выбирая профессию и образ жизни, не связанные с математикой.

Помощь детям с расстройством математических навыков основана на психокоррекционных упражнениях, активирующих нейронные связи в специфических участках мозга. Занятия проводятся логопедами, педагогами-психологами. По необходимости врачи-неврологи и психиатры назначают прием ноотропов. Коррекционное воздействие осуществляется в трех направлениях:

Развитие пространственных функций. Для освоения арифметики необходим сформированный навык ориентировки в окружающем пространстве, умение устанавливать соотношения между объектами и их изображениями, оперирование понятиями высоты, глубины, ширины, длины, направления лево/право. Применяются задания с кубиками Коса, доски Сегена, игровые техники с определением направления движения и расположения объектов (внизу, вверху, впереди, позади, слева, справа).

Развитие речи. Умение словесно выражать мысль является важным условием устранения дискалькулии. Выполняются упражнения, ориентированные на увеличение запаса слов, освоение терминов математики, их правильное употребление. Вначале дети осваивают слова «больше», «меньше», «равно», наименования фигур, учатся классифицировать предметы, выделяя ведущие признаки. Затем изучают порядковый счет, практикуют включение в речь чисел.

Развитие способностей к арифметике. При положительном результате речевых занятий специалист переходит к обучению простым математическим действиям. Дети проговаривают и записывают выполняемые операции, воспроизводят их на наглядном материале, разбирают смысл задач, тренируются удерживать условия, подбирать логику решения. Постепенно вводится представление о составных частях целого, практикуется разделение предмета на элементы и складывание его обратно. Отрабатывается навык написания цифр, других мелких символов.

При своевременной коррекции дискалькулия преодолевается, ребенок начинает осваивать счет, простые операции и термины, его успеваемость в школе повышается. Для профилактики практогностической дискалькулии рекомендовано выполнение простых примеров, задач с озвучиванием действий, параллельным использованием наглядной опоры – рисунка, пальцев, счетных палочек. Предупреждение графической дискалькулии включает тренировку мелкомоторных движений, координации «образ-движение руки»; вербальной дискалькулии – усвоение названий операций, практику их использования в беседе; дислексической дискалькулии – формирование представлений о цвете, форме,

размере, задания на узнавание знаков и цифр; операциональной дискалькулии – освоение счета, вербальное использование специфических терминов.

13. Развитие общей мелкой и артикуляционной моторики у детей с ОВЗ.

В последнее время все чаще встречаются дети с нарушением в звукопроизношении. Одной из частых причин является неумение владеть своим артикуляционным аппаратом. Функциональная незрелость речевых зон коры головного мозга встречается у детей подверженных частым заболеваниям, у них задерживается усвоение системы звукопроизношения. Вследствие этого они долгое время не умеют различать звуки речи и управлять своими органами артикуляции. У детей с двигательными нарушениями речевого аппарата страдает и мелкая моторика пальцев рук, что является одной из причин более позднего становления звуков речи. Целенаправленная работа ускоряет созревание речевых областей и стимулирует развитие речи ребенка, позволяет быстрее исправить дефектное звукопроизношение.

Исследования учёных показывают, что 20% детей, поступающих в школу, имеют дефекты звукопроизношения. В школе недостатки речи могут вызвать неуспеваемость, страдает письменная речь. Между чистотой звучания детской речи и орфографической грамотностью установлена тесная связь. Младшие школьники преимущественно пишут так, как говорят. Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребёнка. Очень серьезно встает вопрос о формировании правильного звукопроизношения у детей дошкольного возраста, в том числе и у дошкольников с ОВЗ.

14. Деменция как категория умственно-отсталых детей.

К лицам с нарушением умственного развития относят лиц со стойким, необратимым нарушением преимущественно познавательной сферы, возникающим вследствие органического поражения коры головного мозга, имеющего диффузный характер. Термином «умственная отсталость» в отечественной коррекционной педагогике обозначается стойко выраженное снижение познавательной деятельности, возникшее на основе поражения центральной нервной системы. Характерной особенностью данного дефекта является нарушение высших психических функций - отражения и регуляции поведения и деятельности. Это выражается в нарушении познавательных процессов (ощущений, восприятия, памяти, мышления, воображения, речи, внимания), страдают эмоционально-волевая сфера, моторика, личность в целом.

Актуальность доклада заключается в том, что деменция у детей с умственной отсталостью является серьезным заболеванием, которое может значительно ухудшить качество жизни ребенка и его семьи. Раннее обнаружение и лечение этого состояния могут помочь улучшить прогноз и качество жизни ребенка. Поэтому, понимание симптомов и лечение деменции у детей с умственной отсталостью имеет большое значение для здоровья и благополучия детей.

Тема деменции у детей с умственной отсталостью является достаточно изученной в научных и медицинских кругах. Существует множество исследований, посвященных диагностике, лечению и прогнозу этого состояния. Однако, так как каждый случай деменции у детей с умственной отсталостью уникален, требуется дальнейшее исследование для более глубокого понимания этого заболевания и разработки индивидуальных подходов к его лечению.

Тема деменции у детей с умственной отсталостью имеет практическое значение. В своей работе учитель может столкнуться с учеником, страдающим этим заболеванием, и

ему необходимо знать, как правильно вести себя в такой ситуации. Он должен понимать, что деменция у детей с умственной отсталостью может проявляться по-разному и требует индивидуального подхода к каждому ребенку. Кроме того, учитель должен знать, как помочь ребенку с деменцией в учебном процессе и как организовать его обучение, чтобы максимально использовать его потенциал и помочь ему развиваться. Таким образом, тема деменции у детей с умственной отсталостью является практико-ориентированной и важной для будущих учителей начальных классов.

15. Психолого-педагогические особенности детей с нарушением слуха.

Коррекционная педагогика и психология являются важной областью в работе с детьми, которые имеют различные нарушения развития. Одной из таких групп детей являются дети с нарушением слуха. Нарушения слуха могут быть разного уровня – от частичной потери слуха до глухоты.

Точная статистика слабослышащих и глухих людей отсутствует. Принято считать, что в развитых странах общее число людей с дефектами слуха составляет 4-6% всего населения. К счастью, подавляющее большинство из них слабослышащие, слух которых может быть значительно компенсирован современными звукоусиливающими аппаратами. По приблизительным оценкам лишь 0,1% этих людей страдает тяжёлыми формами глухоты.

Особенности психологии детей с нарушением слуха:

Дети с нарушением слуха испытывают сложности в коммуникации и общении с окружающими. Отсутствие или недостаточное развитие слуха сказывается на языковом и эмоциональном развитии ребенка. Они часто не могут полноценно воспринимать звуки и участвовать в разговоре, что может привести к социальной изоляции. Дети с нарушением слуха также испытывают сложности в овладении речью, что сказывается на их умственном развитии и успеваемости в образовательной сфере. Слух играет большую роль в интеллектуальном и речевом развитии ребенка. Ребенок с сохранным слухом слышит речь взрослых, подражает ей и учится самостоятельно говорить. Слушая объяснения взрослого, малыш знакомится с окружающим миром, овладевает сложным познанием действительности, усваивает значения многих слов. С помощью слуха он может контролировать собственную речь и сравнивать с речью окружающих, так он усваивает не только правильное звукопроизношение, но и лексико-грамматические средства языка. В дальнейшем сохранный физический слух является необходимым условием для овладения чтением и письмом.

Глухой может воспринимать речь говорящего, опираясь, главным образом, на зрительные Восприятия. Каждая фонема нашего языка имеет свой соответствующий артикулярный Образ. Глухой ребенок зрительно воспринимает и запоминает этот образ. В дальнейшем в Процессе длительных упражнений глухой может различать зрительно артикуляторные Образы целых слов. Кроме зрительных ощущений, важную роль в процессе познания у глухих играют также Осязательные и двигательные ощущения. У человека существует тесная связь между двигательным и слуховым анализаторами. При Частичном нарушении функции слухового анализатора речевые движения становятся вялыми, невнятными, плохо дифференцированными. У глухих детей потеря слуха отрицательно влияет не только на двигательные ощущения артикуляторного, но и на Двигательные ощущения, у них наблюдается некоторая дискоординация движений,

неуклюжесть и неловкость походки. Причина – отсутствие слухового контроля при выполнении движений. Именно поэтому глухим детям так трудно дается овладение

Некоторыми спортивными и трудовыми навыками, требующими тонкой координации и Равновесия движений. Двигательные ощущения играют важную роль в овладении глухими детьми устной речью. Слышащий ребенок при ошибке или неправильном произношении звука для исправления. Пользуется слуховым контролем, а глухой – опирается на кинестетические ощущения, Получаемые от движений артикуляторного аппарата.

Для неслышащих детей характерны неустойчивое состояние вегетативной системы, утомляемость, нарушение моторики, лабильность эмоциональной сферы. На всех этапах Школьного обучения продуктивность внимания глухих учащихся остается более низкой По сравнению со слышащими сверстниками. Зрительный анализатор глухих принимает.

16. Психологические особенности детей с ОДА.

Виды нарушений опорно-двигательного аппарата:

- заболевания нервной системы – детский церебральный паралич (ДЦП), полиомиелит;
- врожденная патология опорно-двигательного аппарата – врожденный вывих бедра, кривошея, косолапость, аномалии развития позвоночника (сколиоз), дефекты конечностей, аномалии развития пальцев кисти, артрогрипоз (врожденное уродство);
- приобретенные заболевания и повреждения опорно-двигательного аппарата – травматические повреждения спинного мозга, головного мозга, конечностей, полиартрит, заболевания скелета (туберкулез, опухоли костей, остеомиелит), системные заболевания скелета (рахит, хондродистрофия).

Основное нарушение – утрата или дефицит двигательных функций.

ДЦП входит в более широкую категорию нарушений развития, включающую в себя нарушения опорно-двигательного аппарата: недостатки мышечной, скелетной систем и определённые состояния ЦНС. В зарубежных психолого-педагогических исследованиях применяется термин "ограниченные физические возможности", которым объединяют детей с указанными ортопедическими недостатками и детей с хроническими соматическими заболеваниями, нуждающихся в длительном пребывании в лечебных учреждениях. Наиболее изучены дети с ДЦП.

Термин детский церебральный паралич (ДЦП) обозначает группу двигательных расстройств, возникающих при поражении двигательных систем головного мозга и проявляющихся в недостатке или отсутствии контроля со стороны нервной системы за произвольными движениями. Это непрогрессирующее заболевание головного мозга, поражающее его отделы, которые ведают движениями и положением тела, заболевание приобретает на ранних этапах развития головного мозга.

ДЦП – заболевание незрелого мозга, которое возникает под влиянием различных вредных факторов, действующих в период внутриутробного развития, в момент родов и на первом году жизни ребёнка. При этом в первую очередь поражаются двигательные зоны головного мозга, а также происходит задержка и нарушение его созревания в целом. Поэтому у детей, страдающих ДЦП, встречаются самые разнообразные нарушения: двигательные, интеллектуальные, речевые, расстройства других высших корковых функций. Двигательные нарушения, ограничивающие предметно-практическую деятельность и затрудняющие развитие самостоятельного передвижения, навыков самообслуживания, ставят больного ребёнка с первых лет жизни в почти полную

зависимость от окружающих его взрослых. Это способствует формированию у него пассивности, безынициативности, нарушает развитие его мотивационной и волевой сферы. Таким образом, двигательные нарушения влияют на весь ход психического развития ребёнка.

Независимо от степени двигательных расстройств у детей могут быть нарушения эмоционально-волевой сферы, поведения, наблюдается снижение интеллекта, судорожный синдром и нарушения зрения, снижение слуха.

Для большинства детей с церебральным параличом характерны нарушения умственной работоспособности в виде повышенной утомляемости. В процессе целенаправленной деятельности они быстро становятся вялыми или раздражительными, с трудом сосредотачиваются на задании.

Дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата отличаются повышенной впечатлительностью, обидчивостью, болезненно реагируют на тон голоса, замечания, чутко подмечают изменения в настроении окружающих, у них возникают страхи, недержание мочи, рвота и другие нарушения.

Особенности нарушения речи, познавательных процессов и степень их выраженности зависят в первую очередь от локализации и тяжести поражения мозга. Наряду с повреждением определенных мозговых структур большое значение в механизмах речевых расстройств у детей с церебральным параличом имеет вторичное недоразвитие или более позднее формирование тех отделов коры головного мозга, которые наиболее интенсивно развиваются уже после рождения.

17. Особенности обучения детей с аутизмом.

Аутизм (от греч. autos - сам) – термин введен в психиатрию Блейлером (Bleuler) для обозначения одного из самых типичных признаков шизофрении (Схизофрения- психическое расстройство, характеризующееся ухудшением восприятия окружающей действительности и значительной социальной дисфункцией это абсолютно тоже самое что и шизофрения). Это психопатологическое состояние, при котором происходит погружение человека в личные внутренние переживания, вырабатывающиеся по особым законам, и отсутствуют умения связываться с внешними событиями.

Эта аномалия развития в сферу научных исследований отечественной дефектологии включена в последние полтора десятилетия. Речь идет о детях с особой, недостаточно ясной патологией нервной системы генетического (шизофрения, хромосомные aberrации, врожденные нарушения обмена) или экзогенного (внутриутробные и постнатальные поражения головного мозга) происхождения, при которой затруднено формирование эмоциональных контактов ребенка с внешним миром и прежде всего – с человеком. Отсутствие общения, возникающее с раннего детства, искажает ход всего психического развития ребенка, грубо препятствует его социальной адаптации. Без своевременной диагностики и адекватной клиникопсихолого-педагогической коррекции значительная часть таких детей становится необучаемой и неприспособленной к жизни в обществе.

И, наоборот, при ранней диагностике, своевременном начале коррекции большинство аутичных детей можно подготовить к обучению, а нередко – и развить их потенциальную одаренность в различных областях знаний.

Патогенетические механизмы РДА, остаются недостаточно ясными, сохраняются предположения о поломке биологических механизмов эффективности, о первичной слабости инстинктов, об информационной блокаде, связанной с расстройством восприятия,

о недоразвитии внутренней речи, о центральном нарушении слуховых впечатлений, которое ведет к блокаде потребности в контактах и многие другие. Синдром РДА оформляется к 2,5–3 годам.

Клиническая картина аутического синдрома у детей с РДА определяется проявлениями отрешенности, неспособностью к формированию общения, неспособностью к осознованию посторонних персон и неодушевленных предметов, отсутствием подражания, реакций на комфорт и дискомфорт. Для них характерно господство влечений, противоположные желания, аффекты, представления, в поведении отсутствует единство и внутренняя логика.

Коррекционная работа должна проводиться комплексно, группой специалистов различного профиля, включая детских психиатров, невропатологов, логопедов, психологов, педагогов-воспитателей, музыкального работника.

18. Психологические особенности детей со стойким недоразвитием интеллектуальной сферы.

Понятие умственно отсталый ребенок включает в себя весьма разнородную массу детей, которых объединяет наличие повреждения мозга.

Умственная отсталость — это стойкое необратимое нарушение психического (в первую очередь, интеллектуального) развития, связанное с органически обусловленным недоразвитием либо ранним повреждением головного мозга.

Причинами умственной отсталости детей являются различные поражения их головного мозга:

1. Эндогенные (или внутренние) причины делятся на три группы:
 - пренатальные (до рождения ребенка): это может быть болезнь матери, нервные срывы, травмы, наследственность;
 - натальные (момент родов): это могут быть тяжелые роды, слишком быстрые роды, вмешательство медиков;
 - постнатальные (после рождения): например, ребенок стукнулся, упал.
2. Экзогенные (или внешние) причины: причины социально биологического характера – это экология, табакокурение, наркомания, алкоголизм, спид.

Развитие детей с умственной отсталостью определяется биологическими и социальными факторами. К числу биологических факторов относятся тяжесть дефекта, качественное своеобразие его структуры, время его возникновения. Учитывать их необходимо при организации специального педагогического воздействия.

Социальные факторы — это ближайшее окружение ребенка: семья, в которой он живет, взрослые и дети, с которыми он общается и проводит время и, конечно, школа.

Умственно отсталые дети ни в коей мере не могут быть приравнены к нормально развивающимся детям более младшего возраста. Они способны к развитию, хотя развитие осуществляется замедленно, но оно вносит качественные изменения в психическую деятельность детей, в их личностную сферу.

Дети с умственной отсталостью характеризуются стойкими нарушениями всей психической деятельности, особенно отчетливо обнаруживающимися в сфере познавательных процессов. Причем имеет место не только отставание от нормы, но и глубокое своеобразие и личностных проявлений, и познания.

19. Особенности познания мира детей с нарушениями слуха.

Особенности познания мира детьми с нарушениями слуха обусловлены в первую очередь их основным дефектом – нарушением слухового восприятия, потерей или снижением слуха. Это приводит к тому, что дети испытывают трудности в понимании и восприятии речи окружающих, а также в самостоятельном использовании речи для общения и познания.

Рассмотрим основные особенности:

Визуальное восприятие: Дети с нарушением слуха больше опираются на зрительные образы, т.к. это единственный доступный им канал получения информации. Они могут быть более наблюдательными и внимательными к деталям, чем их слышащие сверстники.

Тактильное восприятие: у детей с нарушением слуха тактильные ощущения играют важную роль в познании мира. Они могут использовать язык жестов или другие формы общения, которые включают тактильный контакт.

Развитие речи: глухие и слабослышащие дети могут испытывать трудности в развитии речи из-за потери или снижения слуха. Это может привести к задержке развития языка и коммуникации.

Взаимодействие с окружающими: дети с нарушением слуха могут испытывать сложности с окружающими из-за своего дефекта. Однако, благодаря современным технологиям, таким как слуховые аппараты, многие из этих проблем можно решить.

Обучение: образование детей с нарушением слуха должно быть специально адаптировано, чтобы учитывать их особенности восприятия информации. Например, могут использоваться визуальные средства обучения, такие как карточки и картинки.

Социальная адаптация: дети с нарушением слуха часто сталкиваются с трудностями в социализации из-за своих слуховых проблем. Однако благодаря поддержке семьи, педагогов и общества в целом, большинство из них успешно адаптируются в жизни общества.

Язык жестов и чтение по губам: дети с нарушением слуха часто используют язык жестов или чтение по губам для общения, что может быть сложным и занимать много времени.

Развитие невербального общения: у детей с нарушением слуха может развиваться более сильное невербальное общение, которое может помочь им лучше понимать эмоции и намерения других людей.

Важность поддержки со стороны родителей и специалистов: для успешного развития и познания мира детям с нарушением слуха необходима поддержка со стороны родителей, учителей и специалистов, которые могут помочь им в преодолении трудностей и развитии своих способностей.

В целом, особенности познания мира у детей с нарушением слуха зависят от степени потери слуха, возраста, в котором началось обучение, и качества поддержки со стороны родителей, педагогов и других специалистов.

20. Психологические особенности детей с дефицитным развитием.

Физические и психические отклонения приводят к нарушению нормального хода общего развития-аномальный ребёнок. Развитие такого ребёнка подчиняется закономерностям здорового человека. В отечественной клинической психологии на данный момент выделяют следующие типы нарушений психологического развития (психического дизотогенеза):

1) Психическое недоразвитие, моделью данного типа является олигофрения. Ведущее нарушение — это конкретно-ситуативное мышление, отсутствие абстрактного.

2) Задержанное психическое развитие - задержка психического развития или сокращенно "ЗПР". В данном случае на первый план выступает незрелость эмоционально-волевой сферы и интеллекта.

3) Поврежденное психическое развитие - ЧМТ и её последствия, эпилепсия. У ребёнка наблюдается быстрая истощаемость, инертность, снижение памяти, уровня мышления и умственной работоспособности.

4) Дефицитное психическое развитие - нарушение слуха, зрения, ДЦП. Недоразвитие определённого сенсорного канала влияет на развитие восприятия в целом, которое в свою очередь оказывается неполноценным для адаптации в социуме.

5) Искорженное раннее психическое развитие - детский аутизм. Первичный дефект морфо-физиологического субстрата (нервная ткань) влечёт за собой нарушение потребностной сферы (как бессознательной сферы: "чего-то хочется") и мотивационной сферы (как сферы опредмеченных потребностей: "хочу именно это"). Все высшие психические функции оказываются со сниженной социальной направленностью.

6) Дисгармоническое психическое развитие - неврозы и психопатии. Уязвимым оказывается эмоционально-волевая сфера.

Дефицитное развитие - Тип дисонтогенеза связанный с первичной недостаточностью отдельных систем - зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата.

Модель дефицитного психического развития связанного с недостаточностью зрения и слуха:

Этиология. Факторы, провоцирующие нарушения слуха — это инфекции, перенесенные в период беременности (краснуха, корь, грипп, врожденный сифилис, токсоплазмоз). Слух может быть поврежден вследствие перенесенных постнатальных инфекций до двухлетнего возраста (корь, скарлатина, эпидемический паротит, менингит, энцефалит, отиты), и вследствие генетических факторов. Более 50 % нарушений слуха обусловлены влиянием генетических факторов в сочетании с провоцирующими инфекциями. Наиболее тяжелые нарушения возникают при раннем воздействии фактора, нарушение слуха может произойти и позже в результате использования антибиотиков (гентамицин). Нарушение зрения в 15 -17 % случаев генетический фактор, хронические болезни и интоксикации матери в период беременности, слепота может быть следствием патологии родов - ретинопатия недоношенных, опухоли, локализованные на пути зрительного анализатора.

21. Социально-запущенные дети.

Для каждого ребенка встреча с учителем — это прежде всего встреча с новым, особо значимым человеком. Учитель воплощает в себе все, что связано с учением, отношениями с окружающими, конкретными предметами, уроками и школьной жизнью в целом. Эта встреча может помочь ребенку стать хорошим учеником, обрести свое собственное лицо, уверенность в будущем, породить стремление подражать учителю, обращаться к нему в самые трудные или счастливые минуты своей жизни. Но произойдет это только в том случае, если учитель увидит в каждом уникальную личность, будет постоянно считаться с этим открытием, чувствуя и принимая близко к сердцу проблемы детей, сопереживая их успехам и неудачам, если он всегда будет искать новые способы теплого общения с ними, веря, что ученики хотят быть его соратниками в обучении и воспитании. Для того чтобы

таких встреч было как можно больше, нужно постараться отойти от опыта авторитарного, императивного общения с детьми и утвердить новый опыт, основанный на идее сотрудничества, принципах личностно-гуманного подхода.

Социально-педагогическая запущенность есть состояние личности ребенка, которое проявляется в несформированности у него свойств субъекта деятельности, общения, самосознания и концентрированно выражается в нарушенном образе «Я». Это состояние обусловлено социально-педагогическими условиями, в которых развивается ребенок: с одной стороны, он должен обладать недетской социальной активностью, с другой — воспитательное окружение сдерживает его.

Социальная запущенность формируется под влиянием соответствующего фактора, который, преломляясь в конкретной ситуации развития ребенка, вызывает определенные деформации его личности. Основными проявлениями социальной запущенности в детском возрасте являются неразвитость социально-коммуникативных качеств и свойств личности, низкая способность к социальной рефлексии, трудности в овладении социальными ролями. Социальная запущенность противоположна воспитанности как определенному уровню развития социально значимых свойств и качеств личности, становясь тем самым основой трудновоспитуемости и социальной дезадаптации ребенка.

Педагогическая запущенность обусловлена прежде всего недостатками воспитательно-образовательной работы, следствием которых является несформированность ребенка как субъекта учебно-познавательной, игровой и других видов деятельности. Ее проявлениями следует считать труднообучаемость, трудновоспитуемость, т.е. собственно педагогическую трудность ребенка и слабовыраженную индивидуальность в учебно-познавательном процессе. У младших школьников несостоятельность в учении демонстрируется как неразвитость учебно-познавательной мотивации, они не осознают цели обучения и смысл учебной деятельности, учебно-познавательная активность недостаточно развита. Педагогическая запущенность — это состояние, противоположное развитости, образованности (обученности): отсутствие необходимого запаса знаний, слабое владение способами и приемами их приобретения и неразвитость учебно-познавательных мотивов.

Социальный и педагогический аспекты запущенности взаимосвязаны и взаимообусловлены. Общесоциальные умения и навыки переносятся в игру и учение, помогая овладеть ими. Неуспешность в деятельности, необученность, необразованность, в том числе не владение знаниями социально-этического характера влияют на уровень социального развития ребенка, его адаптацию в школе, среди друзей. Внешними причинами социально-педагогической запущенности в детском возрасте являются дефекты семейного воспитания, на которые наслаиваются недостатки и просчеты в воспитательно-образовательной работе в детском саду и школе, в частности дегуманизация педагогического процесса и семейного воспитания. Внутренними причинами возникновения и развития запущенности детей, по мнению Овчаровой, могут быть индивидуальные психофизиологические и личностные особенности ребенка: генотип, состояние здоровья, доминирующие психоэмоциональные состояния, внутренняя позиция, уровень активности во взаимодействии с окружающими и др.

22. Виды заикания, их причины, особенности развития психики заикающихся детей.

Проблема заикания всегда беспокоила людей. Каждый человек время от времени запинаясь в процессе речи, но заикающийся не может, как большинство из нас,

контролировать свой речевой аппарат, и напряжение мышц вызывает у него неспособность выговорить очередной звук или слово. Это затрудняет его речевое общение. Как правило, заикание поражает людей с довольно высоким уровнем интеллекта, но оно не должно стать непреодолимым препятствием для общественного деятеля.

В наше время человек с заиканием имеет право быть увиденным и услышанным. Вследствие заикания ухудшается процесс социализации ребенка, общения со сверстниками, возникают вторичные нарушения: страх общения со сверстниками, поиск способов самореализации в других видах деятельности. Ребёнок начинает всё чаще обращать внимание на свой дефект, и это влияет на развитие психических процессов, которые также влияют на формирование его самооценки. Заикание, возникшее у детей в дошкольном возрасте, вызывает тревогу у родителей и смущение, проблемы в общении у самих детей. Часто о заикании ребёнка родители начинают беспокоиться или слишком рано, или достаточно поздно, обоснованно или во много раз преувеличивая эту проблему.

Актуальность проблемы преодоления заикания чрезвычайно высока в социальном плане. Заикание является следствием затруднения речевого общения. Речевой дефект мешает формированию нормальных коммуникативных отношений с окружающими людьми, так как у заикающихся появляется большое количество установок, ограничивающих их возможности («меня не понимают», «мне даже не стоит пробовать» и др.), и, как следствие - ограничение социальных контактов, уход в собственный мир, снижение социальной активности. Заикание значительно меняет условия формирования личности, что приводит к ее дисгармоничному развитию, и влияет на эффективность процесса социализации ребенка.

23. Тревожные дети. Причины детской тревожности, её коррекция.

Повышенная тревожность детей – это повышенная склонность испытывать беспокойство в разных жизненных ситуациях, в том числе, не предрасполагающих к беспокойству.

Может проявляться чрезмерной привязанностью к матери, возбудимостью, гиперактивностью, подавленностью, замкнутостью, страхами, нарушениями сна, аппетита.

Обычно причинами повышенной тревожности у детей становятся совершенно разнообразные факторы. В целом, все эти факторы можно разделить на две основные группы:

Внутренние факторы: состояние нервной и психической системы ребёнка. Решающую роль здесь играет характер и темперамент ребёнка. Легкоранимые, легковозбудимые, застенчивые дети чаще подвержены состоянию тревожности, потому что концентрируют большое внимание на негативном пережитом опыте. Немаловажна и наследственность. Дети часто перенимают характерные особенности одного из родителей или родственников. Кроме психологических особенностей, причиной повышенной тревожности могут стать родовые травмы и перенесённых ранее заболеваний.

Внешние факторы: обстановка в детском саду или школе, микроклимат внутри семьи. Зачастую дети очень болезненно реагируют на конфликты, происходящие рядом с ними. Причинами тревожности в этом случае становятся сложные отношения с родными, друзьями или наставниками.

Коррекция тревожных детей:

- Повышение самооценки. Адекватная самооценка – фундамент уверенности, гармоничной личности. Тревожные дети посещают групповые встречи, им предоставляется

возможность в «щадающих» условиях проявить себя. Выполняются упражнения на похвалу, поддержку, благодарность. Проводятся консультации родителей, обсуждаются способы внутрисемейного взаимодействия.

- Устранение напряжения. У детей снятие напряжения осуществляется через телесный контакт – объятия, поглаживания, массаж. Второй способ – творческое занятие: рисование, лепка, создание, обыгрывание сказок.

- Самоконтроль. Через сказкотерапию, организованную ролевую игру ребенок научается выражать свои эмоции, осознавать, принимать их.

24. Дети с повышенной двигательной активностью. Способы взаимодействия с ними.

Гиперактивность – это расстройство поведения у ребенка, характеризующееся повышенной активностью и возбудимостью.

Такие дети привлекают к себе внимание, находясь в общественных местах, поскольку все время что-то трогают, хватают, не слушают своих родителей. Основным симптом, проявляющийся при синдроме гиперактивности, – это неспособность ребенка усидеть на месте и концентрироваться на каком-то одном занятии. Гиперактивный ребенок находится в постоянном движении:

1. Он все время бегает, прыгает.
2. Болтливый.
3. Что-то трогает, разбрасывает,
4. Часто ломает игрушки и предметы.
5. Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.
6. Не может играть тихо, спокойно.
7. Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).

Все эти признаки можно сгруппировать по следующим направлениям: чрезмерная двигательная активность, импульсивность, отвлекаемость - невнимательность. Примечательно, что гиперактивные дети очень любопытны, но не любознательны. Они могут буквально на несколько секунд заинтересоваться чем-либо, но этот интерес быстро проходит. Ребенок с признаками гиперактивности практически не задает традиционных детских вопросов «почему» и «зачем», а если это и происходит, то ребенок просто забывает выслушать ответ. Они не могут спокойно сидеть, постоянно прыгают, бегают, их руки без конца что-то трогают, бросают, ломают. Такие дети весьма любопытны, но их любопытство - явление сиюминутное, поэтому, как правило, редко улавливают суть.

Невзирая на постоянное движение, в котором ребенок находится, у него имеются некоторые нарушения координации: неуклюж, неловок в движении, постоянно роняет предметы, часто падает, но при этом не делает никаких выводов и продолжает демонстрировать повышенную двигательную активность. Характерными чертами в поведении являются рассеянность, негативизм, неусидчивость, невнимательность, частые смены в настроении, упрямство, вспыльчивость и агрессивность. Такие дети часто оказываются в центре разворачивающихся событий, так как они самые шумные.

Гиперактивный ребенок не понимает задания, с трудом усваивает какие-либо новые навыки. Довольно часто самооценка гиперактивных детей занижена. Ребенок не умеет расслабляться в течение дня, успокаивается лишь во время сна. Им очень часто приходится подвергаться наказанию и слышать обвинения в том, что они глупые или плохие. У них

мало друзей и много проблем. Воздействие стрессов может привести к тому, что они будут чувствовать себя изолированными, считать себя ненормальными, глупыми и обреченными на неудачу.

25. Невнимательность и пути её коррекции на уроках и во внеурочное время.

Невнимательность – это отвлекаемость детей, рассеянность, чрезмерная подвижность.

Невнимательность требует коррекции, если перечисленные, ниже признаки проявляются у ребёнка в течение шести и более месяцев:

- неумение сосредоточиться на деталях, ошибки по невнимательности;
- неспособность удерживать внимание и вслушиваться в обращенную к нему речь;
- частая отвлекаемость на посторонние раздражители;
- беспомощность в доведении задания до конца;
- отрицательное отношение к заданиям, требующие напряжения;
- забывчивость, ребёнок не способен сохранить в памяти инструкцию к заданию на протяжении его выполнения;
- потеря предметов, необходимых для выполнения задания.

Причины невнимательности школьников: высокие нагрузки, отсутствие мотивации, СДВГ (синдром дефицита внимания с гиперактивностью), гиперактивность, частые или хронические заболевания, дефицит внимания со стороны родителей.

Коррекция невнимательности ребёнка:

- Ежедневно обращайтесь внимание ребёнка на окружающий мир.
- Следите за тем, чтобы ребёнок не проводил слишком много времени с гаджетами.
- Старайтесь вносить разнообразие в повседневность.
- Не ругайте ребёнка за невнимательность – это неэффективно. Он начнёт волноваться или ещё сильнее замкнётся в собственных мыслях, в результате чего может стать ещё более рассеянным.
- Подавайте личный пример.

Игры на внимательность: «Съедобное – несъедобное», «найди 10 отличий», «Где спрятался», «запрещённое движение».

26. Особенности развития воображения и творческих способностей у детей с нарушениями речи.

Доклад на тему "Особенности развития воображения и творческих способностей у детей с нарушениями речи" имеет высокую актуальность для педагогов и специалистов, работающих с детьми с нарушениями речи. Развитие воображения и творческих способностей является важным аспектом развития личности ребенка, и для детей с нарушениями речи это может быть особенно сложно. Доклад поможет педагогам понять, какие трудности могут возникнуть у детей с нарушениями речи в развитии воображения и творческих способностей, и как им помочь в этом процессе. Кроме того, доклад может помочь специалистам разработать индивидуальные подходы к каждому ребенку с нарушениями речи, чтобы максимально использовать его потенциал и помочь ему развиваться. Таким образом, доклад является актуальным и полезным для всех, кто работает с детьми с нарушениями речи.

Тема является достаточно изученной в педагогической и психологической литературе. Существует множество исследований, посвященных этой теме, которые

позволяют выявить особенности развития воображения и творческих способностей у детей с нарушениями речи, а также определить эффективные методы работы с ними. Однако, как и в любой области, всегда есть возможность для дальнейших исследований и разработки новых подходов к работе с детьми с нарушениями речи.

Для студента, обучающегося на учителя начальных классов, тема "Особенности развития воображения и творческих способностей у детей с нарушениями речи" является крайне практико-ориентированной. В процессе обучения студенты получают знания о том, как работать с детьми, у которых есть проблемы с речью, и как развивать их творческие способности и воображение. Эти знания могут быть применены на практике при работе с детьми в начальной школе.

Важно научиться определять особенности развития ребенка с нарушениями речи и выбирать методы работы, которые наилучшим образом подходят для его развития. А также создавать условия для развития творческих способностей и воображения у детей с нарушениями речи.

Полученные знания и навыки помогут учителям начальных классов лучше понимать потребности и возможности каждого ребенка в их классе и помогать им достичь лучших результатов в учебе и жизни. Кроме того, эти знания и навыки могут быть применены в работе с детьми, у которых нет проблем с речью, но которые нуждаются в развитии творческих способностей и воображения.

27. Особенности развития тактильного восприятия у детей с умственной отсталостью.

Восприятие - это отражение в сознании человека целостных комплексов свойств предметов и явлений объективного мира при их непосредственном воздействии в данный момент на органы чувств. В отличие от ощущений, в процессах восприятия формируется образ целостного предмета посредством отражения всей совокупности его свойств. Однако образ восприятия не сводится к простой сумме ощущений, хотя и включает их в свой состав.

Уже в акте восприятия всякий предмет приобретает определенное обобщенное значение, выступает в определенном отношении к другим предметам. Обобщенность является высшим проявлением осознанности человеческого восприятия. В акте восприятия проявляется взаимосвязь сенсорной и мыслительной деятельности индивида.

В восприятии отражаются предметы окружающего мира в совокупности различных свойств и частей. Взаимодействие системы анализаторов может возникнуть вследствие воздействия комплекса раздражителей различных анализаторов: зрительных, слуховых, моторных, осязательных.

Восприятие - результат деятельности системы анализаторов. Первичный анализ, который совершается в рецепторах, дополняется сложной аналитико-синтетической деятельностью мозговых отделов анализаторов.

Физиологической основой восприятия является условно-рефлекторная деятельность внутрианализаторного и межу анализаторного комплекса нервных связей, обуславливающих целостность и предметность отражаемых явлений.

Восприятие различается по видам в зависимости от преобладающей роли того или иного анализатора в отражательной деятельности. Каждое восприятие определено деятельностью перцептивной системы, т. е. не одного, а нескольких анализаторов. Значение их может быть неравнозначным: какой-то из анализаторов является ведущим, другие дополняют восприятие предмета.

Восприятие предполагает выделение из комплекса бездействующих признаков основных и наиболее существенных, с одновременным отвлечением от несущественных. Оно требует объединения основных существенных признаков и сопоставления, воспринятого с прошлым опытом.

Восприятие - результат сложной аналитико-синтетической деятельности.

В исследованиях установлено, что в акте восприятия начинается управление действием.

Всякое восприятие включает двигательный (моторный) компонент (в виде ощупывания предмета, движения глаз, проговаривания и т. д.). Поэтому процесс восприятия рассматривают как перцептивную деятельность субъекта.

Во всех видах восприятия моторный компонент способствует вычленению объекта из окружающего фона. Так, зрительное восприятие связано со зрительно-моторной координацией, слуховое восприятие начинается с фиксации раздражителя путем обращения слухового анализатора к источнику звука, а осязание определяется сложным взаимодействием тактильно-моторных анализаторов.

И.М. Сеченов отмечал, что сенсорный и двигательный аппараты в процессе приобретения опыта соединяются в единую отражательную систему.

Тактильное восприятие - построение осязательного образа, обусловленного реализацией ощупывающих движений руками, благодаря которым воспроизводится контур предмета. Принято выделять две стадии в обследовании предмета: сначала, на ориентировочной стадии, с помощью мелких движений выделяются наиболее информативные части фигуры, затем, посредством более размашистых движений руки, строится окончательный осязательный образ.

К проблеме изучения тактильного восприятия обращаются учёные психологи, нейропсихологи, нейрофизиологи. Этот вопрос является недостаточно изученным.

28. Психологическая адаптация обучающихся 1 класса с нарушениями интеллекта к обучению в школе.

Начало школьной жизни – серьезное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс, связанное с резким изменением всего образа жизни меняется режим дня, требуется мобилизация всех сил ребенка. Это и новые условия жизни и деятельности ребенка, и новые контакты, новые отношения, новые обязанности, новый вид деятельности – учебная деятельность.

“Адаптация” – это междисциплинарное понятие, поэтому оно рассматривается многими исследователями. Данное понятие охватывает различные адаптивные системы. Термин “адаптация” происходит от латинского слова *adaptatio* – приспособление. Мы рассмотрим данное понятие применительно к ученикам с умственной отсталостью и ТМНР, поступающих в 1 класс коррекционного учреждения.

Первый класс школы – один из наиболее существенных критических периодов в жизни детей. Поступление в школу для многих из них – эмоционально-стрессовая ситуация: изменяется привычный стереотип, возрастает психоэмоциональная нагрузка. От того, как пройдет адаптация на первом году обучения, во многом зависит работоспособность и успеваемость в последующие годы.

При поступлении в школу на ребенка влияет комплекс факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности, появление новых, не всегда привлекательных обязанностей.

Организм приспосабливается к этим факторам, мобилизуя для этого систему адаптивных реакций.

Адаптация ребенка с ОВЗ в школе довольно сложный и длительный процесс, направленный на выработку наиболее адекватных форм поведения в меняющихся условиях. Немалую роль в успешной адаптации школьников играют личностные особенности детей, сформировавшиеся на предшествующих этапах. Поэтому работа по успешной адаптации ребенка начинается еще в дошкольных ОУ и в стенах дома ребенка. Дети не посещавшие детский сад до школы, не имеют навыков общения, а значит не приучены к элементарным навыкам самообслуживания, им постоянно требуется помощь взрослых, часто не понимают элементарных режимных требований после однообразного пребывания в домашних условиях, где были предоставлены сами себе и чаще всего находились без присмотра. В школе для них все меняется: новые требования, новый режим, необходимость выполнять инструкции, находиться за партой и т.д. Чтобы приспособиться к новым условиям, нужны время и поддержка взрослых, родителей и педагога.

Главным фактором, влияющим на успешность усвоения знаний у первоклассников, является адаптированность к школьным условиям. Поступление в школу, смена обстановки предъявляют повышенные требования к психике ребенка и требуют активного приспособления к этой новой общественной организации. Не у всех детей оно происходит безболезненно, это может определяться состоянием ребенка, психологической готовностью к обучению и во многом определяется состоянием здоровья ребенка, психологической готовностью к обучению.

Психологическая готовность рассматривается как комплексная характеристика ребенка, в которой раскрываются уровни развития психологических качеств, являющихся наиболее важными предпосылками для нормального включения в школьную жизнь и для формирования учебной деятельности на этапе школьного детства.

Из-за особенностей развития у детей с ОВЗ затруднено взаимодействие с социальной средой, снижена способность адекватного реагирования на происходящие изменения, усложнившиеся требования. Индикатором трудности процесса адаптации к школе служат изменения в поведении детей, которые проявляются в заторможенности, депрессии, чувстве страха, нежелании идти в школу. Особенности адаптации ребенка к школе будут зависеть от самых разных особенностей: готовности к школе, а именно наличия базовых навыков, физической и моральной подготовки; физического уровня развития; наличия социальных навыков.

Одной из основных задач школы является включение детей с ОВЗ в социальное пространство, их социальная адаптация в классе под руководством педагогов ОУ и должен пройти с минимумом дискомфорта для ребенка с ОВЗ.

29. Тифлопедагогика: особенности обучения и воспитания детей.

Тифлопедагогика — это одно из направлений педагогики, которое изучает вопросы воспитания и обучения людей, страдающих частичной или полной потерей зрения. Методы и приемы учитывают особенности детей с нарушениями и направлены на создание специальных условий.

Как правило, обучение детей с нарушениями зрения проходит в специализированных школах, где сама среда направлена на то, чтобы помочь адаптироваться и научиться самостоятельно ориентироваться. Ученики получают общеобразовательные знания и социализируются.

Сегодня обучением и адаптацией незрячих и слабовидящих занимаются как обычные, так и специализированные школы, а также школы-интернаты, детские сады, медицинские и реабилитационные учреждения.

Несовершеннолетних делят на следующие группы: слепорожденные, рано ослепшие, лишившиеся зрения после трех лет жизни.

Наличие таких категорий базируется на суждении, что время, в которое ребенком было утрачено зрение, играет одну из главных ролей для дальнейшего развития. К примеру, в памяти слепорожденных совсем нет зрительных образов, а те, у кого слепота является приобретенным недугом, в некоторой мере ими обладают.

Высшие познавательные процессы у слепорожденных детей (внимание, логика, память и речь) развиваются так же, как у остальных. Нарушение взаимодействия чувственного и интеллектуального функционала становится причиной того, что в мыслительной деятельности преобладает абстрактное мышление.

Отличие ослепшего ребенка от того, который потерял зрение после рождения, напрямую зависит от периода, в который возникла слепота. Наиболее поздние сроки говорят о том, что дети имеют больший объем визуальных представлений, есть возможность воссоздать их, когда те слышат устные описания.

При организации образовательного процесса учеников учат формированию адекватных приемов и способов применения слухового, кожного, обонятельного, вибрационного и других анализаторов. Все они представляют собой сенсорную основу, за счет которой развиваются психические процессы и высшие формы познавательной деятельности. Последние являются ведущими в компенсаторной перестройке восприятия.

Создание условий для правильного отражения окружающего мира в наглядно-действенной форме базируется на системе компенсаторной перестройки. Когда у незрячих учеников накапливается некоторый социальный и бытовой опыт, начинают применяться сохранные анализаторные системы.

Л. С. Выготский утверждал, что слепые люди обладают шестым чувством, которое также называется тепловым. Они могут на расстоянии замечать различные предметы, на ощупь различать цвета. В рамках коррекционной работы специалисты учат незрячих применять специальные приемы и методы наблюдения явлений и предметов. В таком случае акцент делается на слухе, осязании, обонянии. Все это способствует формированию у ребенка сложного синтетического образа реальной действительности.

Слабовидящие имеют остаточное зрение, что играет важнейшую роль в их развитии и адаптации, в частности, учебной, трудовой и социальной. Важно оберегать его: проводить регулярную диагностику, посещать офтальмолога, тифлопедагога и психолога.

Диагностика

- Специалист обследует ученика, у которого имеются нарушение зрительных функций.
- Изучает справки и выписки из медицинской карты, историю болезни.
- Определяет уровень развития ребенка, проверяет, какими навыками обладает ученик.
- Составляет заключение, где приводит перспективы развития незрячего или слабовидящего ребенка.

Коррекционно-воспитательная работа

- Педагог проводит развивающие занятия, которые могут быть как групповыми, так и индивидуальными.
- Специалист учит подопечных читать, применяя специальные методики для детей с дефектами зрения.
- Использует в работе психологические техники.
- Помогает ученикам развивать восприятие пространства и ориентироваться в нем посредством проведения развивающих игр.
- Формирует у детей представление об окружающей среде, предлагая им различные способы изучения мира вокруг.
- Проводит уроки, которые направлены на развитие зрительного восприятия детей с сохранным зрением.
- Проводит занятия по физической культуре.
- Помогает детям адаптироваться в обществе.

30. Характеристика задержанного психического развития. Характеристика детей с ЗПР.

Задержка психического развития (ЗПР) у детей – это нарушение в формировании и развитии психических функций и навыков ребенка, отставание от нормы психического развития в целом, или каких-либо его отдельных функций.

Задержка психического развития характеризуется недостаточным уровнем развития моторики, речи, внимания, памяти, мышления, регуляции и саморегуляции поведения, примитивностью и неустойчивостью эмоций, плохой успеваемостью в школе.

Диагностика ЗПР проводится коллегиально комиссией в составе медицинских специалистов, педагогов и психологов. Дети с задержкой психического развития нуждаются в специально организованном коррекционно-развивающем обучении и медицинском сопровождении.

Основными проявлениями ЗПР являются: неустойчивость эмоций, несформированность произвольной регуляции поведения и целенаправленной деятельности, повышенная истощаемость, слабость познавательных интересов. В целом, дети с ЗПР отстают в развитии от своих сверстников на 2-3 года.

Впервые термин «задержка психического развития» был предложен советским психиатром Г. Е. Сухаревой в 1959 г. Понятие «задержка психического развития» употребляется по отношению к детям со слабо выраженной недостаточностью центральной нервной системы - органической или функциональной.

Специфических нарушений анализаторных систем или грубых повреждений мозговых структур у данной категории детей не выявлено.

В особенности детей с ЗПР входит не только психическое недоразвитие (или замедленное развитие), но также и нарушения эмоционально-волевой сферы ребенка, задержки в интеллектуальном росте.

Дети с ЗПР больше отдают предпочтение игровой деятельности, их мышление дольше остается незрелым, а базовые знания специфичны и скудны. Чаще всего их интеллектуальный уровень значительно ниже, чем у сверстников. Однако диагноз ЗПР не является клиническим, и всё вышеперечисленное имеет полностью обратимый характер.

На сегодняшний день все больше внимания уделяется интеллектуальному развитию детей: совершенствуются методики обучения, проводится работа с детьми с ЗПР, улучшается качество образования. Однако, несмотря на это, некоторые ребята могут

испытывать трудности в обучении, а также проявляется не способность освоить школьную программу в её полном объеме.

Исследования показали, что готовность ребенка к интеллектуальной деятельности напрямую связана с его психическим и коммуникативным развитием. И всё больше родителей обращаются к педиатрам за помощью чтобы вовремя предотвратить и скорректировать возможные задержки и отклонения в психомоторном развитии ребенка.

Причины и симптомы задержки психологического развития у детей

Причины ЗПР у детей могут включать в себя различные факторы:

- поражения головного мозга вследствие врожденных заболеваний ребенка, нарушение нормального развития;
- проблемы матери во время беременности, сложные роды;
- хронические заболевания матери, употребление спиртных напитков во время беременности, психотропных препаратов и т.п.;
- наследственные факторы также нередко становятся причиной возникновения ЗПР у детей;
- неблагоприятные условия дома, проблемы с воспитанием, плохой уход, или полная безнадзорность.

Для выявления причин задержки развития необходимо пройти комплексное обследование. Каждый человек уникален и по- своему неповторим, поэтому существует множество индивидуальных сопутствующих факторов, являющихся, в конечном итоге, причинами отставания в развитии ребенка. Симптоматика ЗПР у детей, как правило, выявляется на 5 году жизни. Но есть некоторые моменты, которые могут указать на возможные проблемы в будущем и в более раннем возрасте.

На что стоит обратить внимание прежде всего:

- отставание от сверстников в психоэмоциональной сфере: как правило, проявляется в отсутствии самоконтроля, серьезных перепадах настроения, замкнутости и излишней эмоциональной стеснительности;
- проблемы с концентрацией внимания: ребенок не способен концентрироваться на каком-либо занятии, часто отвлекается и переключается на что-то другое, при этом и другое занятие не способно занять на длительное время;
- проблемы с восприятием окружающей действительности: ребенок не узнает предметы, не распознает простые схемы и контуры рисунков;
- отклонения в развитии памяти: отсутствует познавательная активность, свойственная ровесникам, быстро забывает пройденный материал, правила игр и т.п. В игровой же деятельности ребенок склонен к однообразным действиям, сюжет не отличается разнообразием, прямолинеен;
- проблемы с развитием речевых навыков: проявляется в скудном словарном запасе;
- общее отставание в развитии, отсутствие навыков мыслительного процесса.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь	

У1- применять знания по психологии при решении педагогических задач. ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 2- организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- применяет знания по психологии при решении педагогических задач - применяют, обобщают, устанавливают связи, выбирают, развивают, организуют, используют, руководствуются, преобразовывают, классифицируют информацию, связанную с проблемами специального (коррекционного) образования, тенденциями его развития и направлениями реформирования - организуют собственную деятельность, определяют методы решения профессиональных задач, оценивают их эффективность и качество - самостоятельно определяют задачи профессионального и личностного развития, занимаются самообразованием, осознанно планируют повышение квалификации
У 2 - выявлять индивидуальные и типологические особенности занимающихся ОК1- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК9– осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ОК 10 - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей ОК 11 - строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих	- осуществляют анализ сущности определений основных категорий и понятий коррекционной педагогики и коррекционной психологии - анализируют, констатируют, сравнивают, выводят теоретические положения - осуществляют профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивают охрану жизни и здоровья детей - строят профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих
У 3 - использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей занимающихся ОК 3 - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК 4 - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для	- умение делать анализ факторов и условий развития детей с ОВЗ - анализируют, констатируют, сравнивают, выводят данные для анализа - производят расчеты, развивают, комбинируют, организуют, синтезируют, классифицируют, доказывают, развивают, умеют сформулировать/ модифицировать

постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 3.1 - разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.	- оценивают риски и принимают решения в нестандартных ситуациях - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - проводят педагогическое наблюдение и диагностику, интерпретируют полученные результаты.
У 4 - составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося ОК 4 - осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ОК 6- работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами ПК 3.2. - систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	- осуществляют обоснованный выбор методов, приёмов, методик, форм организации деятельности и общения детей с ОВЗ в связи с характером дефекта развития или патологии - рассуждают, аргументируют, консолидируют, сравнивают, стандартизируют, оценивают - осуществляют поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития - используют информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работают в коллективе и команде, взаимодействуют с руководством, коллегами и социальными партнерами
Знать:	

3. 1 особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;	особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;
3. 2 основы психологии личности;	основы психологии личности;
3. 3 закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;	закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;
3. 4 возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;	возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
3. 5 психологическое значение возрастнополовых факторов в физической культуре и спорте;	психологическое значение возрастнополовых факторов в физической культуре и спорте;
3. 6 особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику;	особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику;
3. 7 понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;	понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;
3. 8 основы психологии творчества; психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;	основы психологии творчества; психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
3. 9 механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности	механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности

4.Образец доклада титульного листа

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

ДОКЛАД

(название доклада))

ОП.03 «Основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии»

(название УД, МДК)

Выполнил: Иванов Иван Иванович,
обучающийся ____ группы по
специальности _____

Дальнегорск, 20__ год

5.Критерии оценки ответов обучающихся.

№ п/п	Критерии	Максимальное количество баллов
1.	Раскрыты актуальность, изученность, практиконаправленность темы	0 – 5
2.	Логика изложения, фундаментальность и глубина содержания.	0 – 5
3.	Соответствие выводам в заключении основному содержанию материала.	0 – 5
4.	Культура оформления материалов, соответствие нормам литературного языка, стиль изложения содержания, дизайн и достоверность материалов презентации.	0 – 5
5.	Культура защиты оклада (грамотность, научность, образность, темп речи; подача материала)	0 – 5
6.	Наличие презентации к докладу.	0 – 5
	Максимальное количество баллов	30
	Оценка в баллах 5 «отлично» - 26 – 30 баллов 4 «хорошо» - 21 – 25 баллов 3 «удовлетворительно» - 9 – 20 баллов 2 «неудовлетворительно» 0 -8 баллов	

6.Зачетная ведомость

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ДИСЦИПЛИНЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ЦИКЛА**

ОП.05 Физиология с основами биохимии

для специальности

49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) программы дисциплины ОП.05 Физиология с основами биохимии.

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Скиба Н.Г. – преподаватель КГА ПОУ «ДИТК»

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Яковцева О.А

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения дисциплины ОП.05 Физиология с основами биохимии обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

- 31. физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;
- 32. понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;
- 33. регулирующие функции нервной и эндокринной систем;
- 34. роль центральной нервной системы в регуляции движений;
- 35. особенности физиологии детей, подростков и молодежи;
- 36. взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;
- 37. физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
- 38. механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;
- 39. биохимические основы развития физических качеств;
- 310. биохимические основы питания;
- 311. общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;
- 312. возрастные особенности биохимического состояния организма;

Обучающийся должен уметь:

- У1. измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;
- У2. оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;
- У3. оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;
- У4. использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;
- У5. применять знания по физиологии и биохимии при изучении профессиональных модулей.

Личностные результаты учебной дисциплины

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей	ЛР 3

многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ПК 1.1. Планировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 1.2. Проводить воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 1.3. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров при проведении мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре.

ПК 1.5. Анализировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре.

ПК 2.2. Систематизировать педагогический опыт на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области адаптивной физической культуры.

ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов и другие.

ПК 2.4. Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивной физической культуры.

ПК 3.2. Проводить тренировочные занятия с занимающимися адаптивным спортом по основным разделам спортивной подготовки.

ПК 3.3. Осуществлять контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.4. Формировать у занимающихся навыки соревновательной деятельности по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются контрольная работа, дифференцированный зачёт.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;	Грамотное построение учебных занятий по физической культуре и спорту
У2. оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;	Планирование и проведение с детьми на практике мероприятий по сохранению работоспособности у детей и подростков.
У3. оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;	Планирование и подбор упражнений с учётом условий окружающей среды и возраста
У4. использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;	Умение пользоваться знаниями физиологии и биохимии при физических нагрузках
У5. применять знания по физиологии и биохимии при изучении профессиональных модулей;	Выполнение заданий, демонстрирующих умение применять теоретические знания в практической деятельности.
Знать:	
З1. физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности организма человека;	Способность разработать программу тренировок с учетом физиологических особенностей клиента или спортсмена, адаптировать тренировочные режимы к особенностям организма
З2. понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;	Способность студента четко и логично объяснить понятия метаболизма, гомеостаза и физиологической адаптации в контексте адаптивной физической культуры
З3. регулирующие функции	Способность студента применять знания о регулирующих

нервной и эндокринной систем;	функциях нервной и эндокринной систем в решении конкретных задач и сценариев.
34. роль центральной нервной системы в регуляции движений;	Умение студента применять теоретические знания о центральной нервной системе в контексте физической активности
35. особенности физиологии детей, подростков и молодежи;	Знание физиологических особенностей в различных возрастных группах.
36. взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;	Оценка интенсивности, объема, частоты тренировок и их влияния на физическую форму и функциональные показатели
37. физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;	Определение оптимальных интервалов тренировок, выбор видов физической активности и режимов отдыха с учетом физиологических особенностей
38. механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;	Разбор энергетических механизмов при аэробной и анаэробной деятельности, в различных зонах интенсивности тренировок
39. биохимические основы развития физических качеств;	Подбор упражнений, режимов тренировки, питания и восстановления с учетом биохимических основ развития конкретных физических качеств
310. биохимические основы питания;	Анализ биохимических процессов, связанных с метаболизмом макро- и микроэлементов, белков, углеводов и жиров
311. общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;	Понимание метаболических процессов, изменений энергетического обеспечения и потребностей в питательных веществах.
312. возрастные особенности биохимического состояния организма;	Рассмотрение изменений в уровнях метаболитов, гормонов, белков, жиров и других важных компонентов биохимического состояния

2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ

2.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Основы биохимии				
Тема 1.1 Биохимия как наука	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	Устный опрос Практическая работа	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8	контроль ная работ 6 семестр
Тема 1.2 Особенности пластического обмена	ЛР 1-ЛР 20 У 1-4	Тестирование		

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Тема 1.3 Основные закономерности обменных процессов	З 8-12	Контрольная работа		
Раздел 2 Основы физиологии				
Тема 2.1 Физиология как наука	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20 У 1-5 З 1-7	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 ПК 1.1	
Тема 2.2. Физиология нервной системы				
Тема 2.3. Физиология центральной нервной системы	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 1-ЛР 20 У 1-5 З 1-7	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 ПК 1.1 У 4-5 З 1-12	
Тема 2.4. Физиология анализаторов				
Тема 2.5. Физиология мышц				
Тема 2.6. Физиология крови и кровообращения				
Тема 2.7. Физиология дыхания				
Тема 2.8. Физиология пищеварения				
Тема 2.9 Физиология системы выделения				

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» - правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа

1 Форма проведения: контрольная работа (*письменная – тестирование*)

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся:

Уважаемые студенты! Вашему вниманию представляется тест для проведения экзамена.

На его выполнение отводится 120 минут.

Вы должны выполнить предложенные Вам тестовые задания. Задания рекомендуется выполнять по порядку. Если задание не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему. Если остается время, вернитесь к пропущенным заданиям.

В заданиях, где предлагаются варианты ответов, может быть только один правильный ответ. Также есть задания, где Вам следует самостоятельно дать ответ, установить соответствие.

Прежде чем приступить к выполнению тестового задания, внимательно прочитайте вопросы

2. Время выполнения: 120 минут

3. Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
 - рабочее место преподавателя.
4. Технические средства обучения: не требуется.
5. Информационные источники, допустимые к использованию на контрольной работе:
- инструкция проведения теста;
 - тест;
 - бланк для ответов.
6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.
3. Пакет для контрольной работы:
1. Перечень тем, выносимых на контрольную работу:
- Тема 1.1 Биохимия как наука
 - Тема 1.2 Особенности пластического обмена
 - Тема 1.3 Основные закономерности обменных процессов
 - Тема 2.1 Физиология как наука
 - Тема 2.2. Физиология нервной системы

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. измерять и оценивать физиологические показатели организма человека;	Грамотное построение учебных занятий по физической культуре и спорту
У2. оценивать функциональное состояние человека и его работоспособность, в том числе с помощью лабораторных методов;	Планирование и проведение с детьми на практике мероприятий по сохранению работоспособности у детей и подростков.
У3. оценивать факторы внешней среды с точки зрения влияния на функционирование и развитие организма человека в детском, подростковом и юношеском возрасте;	Планирование и подбор упражнений с учётом условий окружающей среды и возраста
У4. использовать знания биохимии для определения нагрузок при занятиях физической культурой;	Умение пользоваться знаниями физиологии и биохимии при физических нагрузках
У5. применять знания по физиологии и биохимии при изучении профессиональных модулей;	Выполнение заданий, демонстрирующих умение применять теоретические знания в практической деятельности.
Знать:	
З1. физиологические характеристики основных процессов жизнедеятельности	Способность разработать программу тренировок с учетом физиологических особенностей клиента или спортсмена, адаптировать тренировочные режимы к особенностям

организма человека;	организма
32. понятия метаболизма, гомеостаза, физиологической адаптации человека;	Способность студента четко и логично объяснить понятия метаболизма, гомеостаза и физиологической адаптации в контексте адаптивной физической культуры
33. регулирующие функции нервной и эндокринной систем;	Способность студента применять знания о регулирующих функциях нервной и эндокринной систем в решении конкретных задач и сценариев.
34. роль центральной нервной системы в регуляции движений;	Умение студента применять теоретические знания о центральной нервной системе в контексте физической активности
35. особенности физиологии детей, подростков и молодежи;	Знание физиологических особенностей в различных возрастных группах.
36. взаимосвязи физических нагрузок и функциональных возможностей организма;	Оценка интенсивности, объема, частоты тренировок и их влияния на физическую форму и функциональные показатели
37. физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;	Определение оптимальных интервалов тренировок, выбор видов физической активности и режимов отдыха с учетом физиологических особенностей
38. механизмы энергетического обеспечения различных видов мышечной деятельности;	Разбор энергетических механизмов при аэробной и анаэробной деятельности, в различных зонах интенсивности тренировок
39. биохимические основы развития физических качеств;	Подбор упражнений, режимов тренировки, питания и восстановления с учетом биохимических основ развития конкретных физических качеств
310. биохимические основы питания;	Анализ биохимических процессов, связанных с метаболизмом макро- и микроэлементов, белков, углеводов и жиров
311. общие закономерности и особенности обмена веществ при занятиях физической культурой;	Понимание метаболических процессов, изменений энергетического обеспечения и потребностей в питательных веществах.
312. возрастные особенности биохимического состояния организма;	Рассмотрение изменений в уровнях метаболитов, гормонов, белков, жиров и других важных компонентов биохимического состояния

Задания для обучающихся по вариантам

Вариант №1

Часть А: Вопросы с вариантами ответов

- Какой орган является основным органом дыхания у человека?
 - Сердце
 - Печень
 - Легкие
 - Желудок

2. Какие из перечисленных ферментов участвуют в процессе гликолиза?
- A. Амилаза
 - B. Липаза
 - C. Гексокиназа
 - D. Рибулезифосфат киназа
3. Какой гормон производится поджелудочной железой и снижает уровень сахара в крови?
- A. Инсулин
 - B. Глюкагон
 - C. Адреналин
 - D. Тироксин
4. Какие из перечисленных веществ являются макроэлементами в организме?
- A. Железо и цинк
 - B. Витамин С и фолиевая кислота
 - C. Магний и кальций
 - D. Витамин А и Д
5. Вопрос: Что представляет собой анаэробный гликолиз?
- A. Процесс окисления глюкозы до CO_2 и воды
 - B. Разложение глюкозы с образованием молочной кислоты
 - C. Превращение глюкозы в гликоген
 - D. Синтез глюкозы из неуглеводных источников
6. Какие факторы влияют на артериальное давление?
- A. Цвет волос
 - B. Уровень сахара в крови
 - C. Активность сердечно-сосудистой системы и объем циркулирующей крови
 - D. Структура ногтей
7. Как называется процесс превращения углеводов в энергию в присутствии кислорода?
- A. Анаэробное дыхание
 - B. Фотосинтез
 - C. Аэробное дыхание
 - D. Гликолиз
8. Какой эффект оказывает адреналин на организм в стрессовой ситуации?
- A. Повышение аппетита
 - B. Расслабление мышц
 - C. Увеличение частоты сердечных сокращений
 - D. Уменьшение уровня сахара в крови

9. Что такое эритропоэтин и какова его роль в организме?

- A. Гормон, стимулирующий рост мышц
- B. Фермент, участвующий в переваривании белков
- C. Гормон, стимулирующий образование красных кровяных клеток
- D. Вещество, участвующее в свертывании крови

10. Какое вещество играет ключевую роль в транспорте кислорода в организме?

- A. Липаза
- B. Амилаза
- C. Гемоглобин
- D. Инсулин

Часть В: Вопросы с развернутыми ответами

1. Объясните, как физическая активность влияет на обмен веществ в организме.
2. Каковы основные биохимические процессы в организме при длительном физическом стрессе?

Часть С: Вопрос с эссе

1. Расскажите о возрастных особенностях биохимического состояния организма и их влиянии на физическую активность.

Вариант №2

Часть А: Вопросы с вариантами ответов

1. Какой орган выполняет функцию фильтрации крови и образования мочи?

- A. Печень
- B. Селезенка
- C. Почки
- D. Желудок

2. Какой из перечисленных гормонов является антагонистом инсулина?

- A. Глюкагон
- B. Тироксин
- C. Эстроген
- D. Адреналин

3. Что представляет собой креатинфосфат и какова его роль в мышечном обмене?

- A. Энергетический метаболит, запасующий фосфор
- B. Белок, участвующий в сокращении мышц
- C. Жир, используемый в энергетическом обмене
- D. Углевод, обеспечивающий быструю энергию

4. Как называется процесс, при котором свет превращается в энергию в хлоропластах растительных клеток?

- A. Хемосинтез

- В. Окисление
- С. Фотосинтез
- Д. Гликолиз

5. Какие из перечисленных органов относятся к центральной нервной системе?

- А. Сердце и легкие
- В. Печень и почки
- С. Головной мозг и спинной мозг
- Д. Желудок и кишечник

6. Что происходит в результате анаэробного гликолиза в мышцах при высокой интенсивности тренировок?

- А. Образование молочной кислоты
- В. Синтез гликогена
- С. Разложение жиров
- Д. Окисление глюкозы до CO_2

7. Какое вещество связывает кислород в легких и транспортирует его в ткани организма?

- А. Инсулин
- В. Эритропоэтин
- С. Гемоглобин
- Д. Адреналин

8. Как называется процесс, в результате которого происходит разрушение белка до аминокислот?

- А. Спирогенез
- В. Протеиногенез
- С. Гликогенез
- Д. Протеолиз

9. Какой орган производит желчь, необходимую для эмульгации жиров в кишечнике?

- А. Поджелудочная железа
- В. Печень
- С. Желудок
- Д. Селезенка

10. Что представляет собой аденозинтрифосфат (АТФ) в клетках организма?

- А. Энергетический носитель
- В. Белок-фермент
- С. Структурный компонент мембран
- Д. Гормон

Часть В: Вопросы с развернутыми ответами

1. Объясните, какие изменения происходят в организме при адаптации к регулярным тренировкам.
2. Как влияет недостаток витамина D на физиологическое состояние организма и какие меры предпринимаются для его коррекции?

Часть С: Вопрос с эссе

1. Расскажите о влиянии стресса на физиологические процессы в организме и методах их регуляции.

3. Эталоны ответов.

Часть А

№ вопроса	Вариант № 1	Вариант № 2
1.	С	С
2.	С	А
3.	А	А
4.	С	С
5.	В	С
6.	С	А
7.	С	С
8.	С	Д
9.	С	В
10.	С	А

Часть В

Вариант № 1

1. Физическая активность ускоряет обмен веществ в организме. Она повышает энергетический обмен, увеличивает потребность в кислороде и питательных веществах. Это может привести к активации аэробного и анаэробного обмена, увеличению расхода энергии и изменениям в уровне гормонов, таких как адреналин и инсулин.

2. При длительном физическом стрессе происходит активация различных биохимических процессов. Это включает в себя увеличение мобилизации энергии через гликолиз, увеличение синтеза белков для регенерации тканей, а также изменения в обмене веществ для поддержания энергетического баланса.

Вариант № 2

1. Витамин С (аскорбиновая кислота) играет важную роль в синтезе коллагена, усвоении железа из пищи, антиоксидантной защите клеток. Дефицит витамина С может привести к скурве, повреждению соединительных тканей, слабости, анемии и другим проблемам со здоровьем.

2. Печень выполняет множество функций, включая метаболизм углеводов, жиров и белков. Она участвует в гликогенезе и гликолизе, синтезе жира, образовании мочевины и детоксикации. Эти процессы влияют на уровни сахара в крови, образование энергии, синтез белка и очистку организма от токсинов.

Часть С

Вариант № 1

Стресс может вызывать физиологические изменения, такие как повышение уровня стрессовых гормонов, увеличение артериального давления и изменения в обмене веществ. Регуляция стресса может включать в себя физическую активность, техники релаксации, медитацию и социальную поддержку. Эти методы могут помочь снизить негативное воздействие стресса на организм.

Вариант № 2

Эндокринная система играет ключевую роль в регуляции обмена веществ. Гормоны, такие как инсулин, глюкагон, тироксин, адреналин и другие, контролируют уровни глюкозы, обмен жиров, энергетический обмен и другие аспекты метаболизма. Эти гормоны воздействуют на клетки органов и тканей, обеспечивая баланс в организме.

Критерии оценки ответов

Оценка «отлично»: 80-100% правильных ответов части А, не менее 50% верных ответов части В, выполненная не менее, чем на 50% часть С.

Оценка «хорошо»: 80-100% правильных ответов части А, 50% верных ответов части В, 0% части С.

Оценка «удовлетворительно»: не менее 60% правильных ответов части А, 0% части В, 0% части С.

Оценка «неудовлетворительно»: менее 60% части А, 0% части В, 0% части С.

2. Экзамен

1. Форма проведения: письменная (билеты)

2. Условия выполнения:

Инструкция для обучающихся:

Билет содержит 3 вопроса: 2 устных и 1 практический.

На подготовку ответа дается 15 минут.

Время выполнения практического задания: до 15 минут

Оборудование учебного кабинета:

- комплект обучения оказания первой медицинской помощи;
- тренажеры оказания первой медицинской помощи;
- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения: не требуется.

Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене:

- билеты;
- бланк для ответов.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет экзаменатора:

1. Перечень тем, выносимых на экзамен:

Тема 1.1 Биохимия как наука

Тема 1.2 Особенности пластического обмена

Тема 1.3 Основные закономерности обменных процессов

Тема 2.1 Физиология как наука

Тема 2.2. Физиология нервной системы

Тема 2.3. Физиология центральной нервной системы

Тема 2.4. Физиология анализаторов

Тема 2.5. Физиология мышц

Тема 2.6. Физиология крови и кровообращения

Тема 2.7. Физиология дыхания

Тема 2.8. Физиология пищеварения

Тема 2.9 Физиология системы выделения

3. Экзаменационная ведомость.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;	Называет методы врачебно-педагогических наблюдений; Обсуждает результаты врачебно-педагогических наблюдений;
У2. проводить простейшие функциональные пробы;	Оперирует основными понятиями; Понимает необходимость этих знаний при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;
У3. под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (далее - ЛФК);	Знает особенности построения занятий лечебной физической культурой; Определяет задачи занятий лечебной физической культурой; Указывает механизмы лечебного действия физических упражнений; Демонстрирует готовность использовать положительные факторы с целью улучшения развития человека в детском и подростковом возрасте, использовать здоровьесберегающие технологии;
У4. использовать основные приемы массажа и самомассажа;	Понимает необходимость и значимость мероприятий по профилактике заболеваний детей; Готов проводить разъяснительную работу среди детей и родителей по профилактике заболеваний детей; Готов организовывать детей для проведения профилактических мероприятий
Знать:	
З1. цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися адаптивной физической культурой;	Оперирует основными положениями и терминологией врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа;
З2. особенности врачебного	Понимает принципы врачебного контроля в зависимости

контроля, связанные с возрастом, полом, характером дефекта или патологии обучающихся;	от возрастных особенностей, пола, характера дефекта или патологии обучающихся; Учитывает характер дефекта или патологии при проведении врачебного контроля;
33. назначение и методику проведения простейших функциональных проб;	Оперирует и объясняет назначение и методику проведения простейших функциональных проб; Понимание гетерохронности, непрерывности и гармоничности развития; Понимание возрастно-половых особенностей развития; Понимание значения и необходимости проведения простейших функциональных проб.
34. значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;	Знает клиническую картину, симптомы, методику лечебной физической культуры при травмах; -Объясняет механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах;
35. средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;	Понимание назначения форм и методов занятий ЛФК; Оперирует знаниями классификации физических упражнений; Формирование понимания необходимости этих знаний для сознательного участия в работе по охране здоровья детей и созданию оптимальных условий для их всестороннего развития;
36. дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;	Обосновывает дозирование и критерии величины физических нагрузок в ЛФК; Использование этих знаний для рациональной организации занятий лечебной физической культурой;
37. показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;	Объясняет влияние лечебной физической культуры и массажа на организм; Знает показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
38. основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;	Понимание сущности методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; Знает клиническую картину заболеваний органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
39. методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;	Называет и характеризует периоды лечебной физической культуры; Прогнозирует механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа;

310. особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;	Объясняет особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе; Знает классификацию специальной медицинской группы;
311. понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;	Объясняет физиологические механизмы влияния массажа на организм; Прогнозирует применение массажа при различных заболеваниях;
312. показания и противопоказания к проведению массажа;	Определяет особенности клиентов, для которых массаж может быть особенно полезен в рамках адаптивной физической культуры. Знает показания к массажу, связанных с конкретными адаптивными потребностями.
313. основные виды и приемы массажа;	Обосновывает эффективность, целесообразность применения видов и приемов массажа; Знает основные виды и приемы массажа;

Экзаменационный материал для студентов

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«__» _____ 202__ г.

Экзаменационный билет № 1
по ОП.05 Физиология с
основами биохимии

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____
(Ф.И.О.)

(подпись)

«__» _____ 202__ г.

1. Предмет, задачи физиологии. Понятие функциональная система.
2. Витамины: понятие, классификация. Гиповитаминоз витамина РР.
3. Понятие, виды кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечении.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 2	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.05 Физиология с	цикловой методической
УМР	основами биохимии	комиссии
_____	Группа (ы) _____	Председатель _____
(Ф.И.О.)	Специальность:	(Ф.И.О.)
_____	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	_____
(подпись)	<u>культура</u>	(подпись)
«___» _____ 202_ г.		«___» _____ 202_ г.

1. Физиологические системы организма. Понятие нормальная физиология. Понятие «норма», «функция».
2. Парасимпатическая и симпатическая нервная система. Рефлекс: понятие, виды.
3. Обморок: понятие, причины, оказание первой помощи.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 3	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.05 Физиология с	цикловой методической
УМР	основами биохимии	комиссии
_____	Группа (ы) _____	Председатель _____
(Ф.И.О.)	Специальность:	(Ф.И.О.)
_____	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	_____
(подпись)	<u>культура</u>	(подпись)
«___» _____ 202_ г.		«___» _____ 202_ г.

1. Методы исследований, используемые в физиологии и биохимии. Понятие «регуляция», «реакция», «адаптация».
2. Кровообращение: понятие, показатели. Сердечный цикл.
3. Понятие, признаки перелома. Первая помощь при переломах.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 4 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.

1. Биохимия: понятие, задачи, методы.
2. Физиология мышц: мышечные сокращения. Боль в мышцах после физической нагрузки.
3. Растяжение: понятие, симптомы. Первая помощь при растяжении.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____	Экзаменационный билет № 5 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____

(подпись)
« ____ » _____ 202_ г.

культура

(подпись)
« ____ » _____ 202_ г.

1. Физиология мышц: виды мышечных волокон, свойства мышц.
2. Потоотделение, терморегуляция: понятия. Факторы, влияющие на интенсивность теплообразования.
3. Ушиб: понятие, первая помощь.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

**Экзаменационный билет № 6
по ОП.05 Физиология с
основами биохимии**

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая

культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____
(Ф.И.О.)

(подпись)

« ____ » _____ 202_ г.

1. Физиологические системы организма. Методы исследований, используемые в физиологии и биохимии.
2. Показатели, характеризующие насосную функцию сердца (ЧСС, систолический объём, МОК, сердечный индекс, сердечный выброс, работа сердца за удар).
3. Первая помощь при нарушениях дыхания и кровообращения. Симптомы нарушения кровообращения и остановки дыхания. Алгоритм действий.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю
Заместитель директора по
УМР

**Экзаменационный билет № 7
по ОП.05 Физиология с
основами биохимии**

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

_____ (Ф.И.О.)	Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Председатель _____ (Ф.И.О.)
_____ (подпись)	_____ (подпись)	_____ (подпись)
« ____ » _____ 202_ г.		« ____ » _____ 202_ г.

1. Гомеостаз: понятие, основные показатели гомеостаза.
2. Мышление: понятие, содержание, особенности протекания, формы.
3. Эпилептический приступ: понятие, оказание первой помощи.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР	Экзаменационный билет № 8 по ОП.05 Физиология с основами биохимии	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии
_____ (Ф.И.О.)	Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Председатель _____ (Ф.И.О.)
_____ (подпись)	_____ (подпись)	_____ (подпись)
« ____ » _____ 202_ г.		« ____ » _____ 202_ г.

1. Энергетический обмен: понятие, значение. Белки: понятие, классификация, функции.
2. Физиология пищеварения: функции жевания. Рецепторы ротовой полости.
3. Первая помощь при укусах насекомых.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 9	Рассмотрено на заседании

Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

**по ОП.05 Физиология с
основами биохимии**

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Физиология: объект и методы исследований в физиологии.
2. Классификация мышц, их особенности. Фазы одиночного мышечного сокращения.
3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю

Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 10

**по ОП.05 Физиология с
основами биохимии**

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Физиологические системы организма. Понятие о физиологической функции.
2. Пульс: понятие, показатели. Артериальное давление.
3. Коллапс: понятие, симптомы, первая помощь

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 11	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.05 Физиология с	цикловой методической
УМР	основами биохимии	комиссии
_____	Группа (ы) _____	Председатель _____
(Ф.И.О.)	Специальность:	(Ф.И.О.)
_____	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	_____
(подпись)	<u>культура</u>	(подпись)
«___» _____ 202_ г.		«___» _____ 202_ г.

1. Функции сердечно-сосудистой системы. Круги кровообращения.
2. Физическая терморегуляция (теплоотдача). Пути теплоотдачи.
3. Ожог: понятие, степени ожога. Оказание первой помощи при ожогах.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 12	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.05 Физиология с	цикловой методической
УМР	основами биохимии	комиссии
_____	Группа (ы) _____	Председатель _____
(Ф.И.О.)	Специальность:	(Ф.И.О.)
_____	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	_____
(подпись)	<u>культура</u>	(подпись)
«___» _____ 202_ г.		«___» _____ 202_ г.

1. Организм человека как единое целое. Понятия «реакция», «адаптация».
2. Физиология дыхания: понятие, виды. ЖЕЛ: понятие, нормы.
3. Шок: понятие, виды, первая помощь.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 13 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.

1. Понятие нормальная физиология. Основные этапы развития физиологии.
2. Группы крови. Резус-фактор, его наследование.
3. Первая помощь при нарушениях дыхания и кровообращения. Симптомы нарушения кровообращения и остановки дыхания. Алгоритм действий.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 14 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.

1. Организм человека как единое целое. Понятие о физиологической функции.
2. Физиология пищеварения. Фазы глотания. Виды моторики желудка.
3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 15	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.05 Физиология с	цикловой методической
УМР	основами биохимии	комиссии
_____	Группа (ы) _____	Председатель _____
(Ф.И.О.)	Специальность:	(Ф.И.О.)
_____	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	_____
(подпись)	<u>культура</u>	(подпись)
«___» _____ 202_ г.		«___» _____ 202_ г.

1. Обмен веществ и энергии (метаболизм): понятие. Катаболизм и анаболизм, их отличия.
2. Ферменты: понятие, свойства, классификация.
3. Вывих: понятие, симптомы. Первая помощь при вывихе.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 16	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.05 Физиология с	цикловой методической
УМР	основами биохимии	комиссии
_____	Группа (ы) _____	Председатель _____
(Ф.И.О.)	Специальность:	(Ф.И.О.)
_____	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	_____
(подпись)	<u>культура</u>	(подпись)
«___» _____ 202_ г.		«___» _____ 202_ г.

1. Пластический обмен: понятие, значение. Углеводы: понятие, функции.
2. Значение почек. Механизм мочеобразования.
3. Первая помощь при травмах в области позвоночника и таза.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 17 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.

1. Энергетический обмен: понятие, значение, этапы.
2. Внимание: понятие, виды (произвольное, непроизвольное, послепроизвольное – особенности), качества.
3. Понятие, виды кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечении.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.)	Экзаменационный билет № 18 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность:	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.)

_____ (подпись)	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	_____ (подпись)
« ____ » _____ 202_ г.		« ____ » _____ 202_ г.

1. Гомеостаз: понятие, основные показатели гомеостаза.
2. Нервная система: отделы головного мозга – функции.
3. Эпилептический приступ: понятие, оказание первой помощи.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 19 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.

1. Понятие нормальная физиология. Понятие «норма», «функция».
2. Пищеварительные ферменты: амилаза, протеазы, липаза.
3. Пневмоторакс: понятие, виды. Первая помощь.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____	Экзаменационный билет № 20 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____

(Ф.И.О.) _____	Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	(Ф.И.О.) _____
(подпись) _____		(подпись) _____
«___» _____ 202_ г.		«___» _____ 202_ г.

1. Пластический обмен: понятие, значение. Липиды: понятие, функции.
2. Высшая нервная деятельность: понятие, значение. Память: понятие, виды.
3. Первая помощь при укусах насекомых.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 21 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

1. Гиповитаминозы: понятие, признаки. Витамин D.
2. Значение почек. Понятие «выделение». Механизмы образования мочи.
3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____	Экзаменационный билет № 22 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____

(Ф.И.О.) _____	Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	(Ф.И.О.) _____
(подпись) « ____ » _____ 202_ г.		(подпись) « ____ » _____ 202_ г.

1. Физиология: понятие, задачи, методы исследования.
2. Витамины, гиповитаминозы: понятие. Гиповитаминоз витамина А.
3. Понятие, признаки перелома. Первая помощь при переломах.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 23 по ОП.05 Физиология с основами биохимии Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.

1. Гомеостаз: понятие, основные показатели гомеостаза.
2. Кровь: понятие, состав, функции. Группы крови. Понятие «агглютинация».
3. Коллапс: понятие, симптомы, первая помощь.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 24	Рассмотрено на заседании

Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

**по ОП.05 Физиология с
основами биохимии**

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Метаболизм: понятие, этапы. Анаболизм. Катаболизм.
2. Физиология дыхания: понятие, значение.
3. Шок: понятие, виды, первая помощь.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю

Заместитель директора по
УМР

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

Экзаменационный билет № 25

**по ОП.05 Физиология с
основами биохимии**

Группа (ы) _____

Специальность:

49.02.02 Адаптивная физическая
культура

Рассмотрено на заседании
цикловой методической
комиссии

Председатель _____

(Ф.И.О.)

(подпись)

«___» _____ 202_ г.

1. Минеральный обмен: понятие. Функции минеральных веществ.
2. Протеолитические ферменты: пепсин, трипсин, реннин, панкреатин.
3. Пневмоторакс: понятие, виды. Первая помощь.

Эталоны ответов

Билет № 1

1. Предмет, задачи физиологии. Понятие функциональная система.

Физиология — это наука, изучающая закономерности и механизмы жизнедеятельности организмов. Её предметом является изучение функций организмов на всех уровнях организации — от молекулярного до системного. Основная задача

физиологии заключается в выявлении и объяснении закономерностей функционирования живых систем.

Задачи физиологии включают:

Изучение нормальных функций организма: Физиология исследует, как органы и системы организма работают в нормальных условиях.

Разработка представлений о регуляции: Физиология изучает механизмы, с помощью которых организм поддерживает постоянство внутренней среды в условиях изменяющихся внешних факторов.

Исследование адаптаций: Физиология изучает, как организм адаптируется к переменам внешней среды и стремится поддерживать стабильность внутренней среды.

Изучение патологических состояний: Физиология занимается изучением нарушений функций организма при различных заболеваниях и патологических состояниях.

Развитие методов исследования: Физиология активно разрабатывает и применяет новые методы исследования, включая технологии молекулярной биологии, импеданс-пневмографию, электроэнцефалографию и др.

Функциональная система – это совокупность взаимосвязанных органов и тканей, выполняющих определённую функцию или ряд связанных функций в организме. Они работают в единстве для обеспечения определённого аспекта жизнедеятельности. Примерами функциональных систем могут служить сердечно-сосудистая система, дыхательная система, эндокринная система и другие, каждая из которых специализирована на поддержании определённых важных функций в организме человека или животного. Изучение функциональных систем является ключевым аспектом физиологии, поскольку оно позволяет понять, как различные органы и ткани взаимодействуют для обеспечения жизненно важных процессов.

2. Витамины: понятие, классификация. Гиповитаминоз витамина РР.

Витамины представляют собой органические соединения, необходимые для нормального функционирования организма, но не синтезируемые им в достаточном количестве. Они выполняют ключевую роль в регуляции метаболических процессов, поддержании здоровья, росте и развитии.

Классификация:

Витамины классифицируются на водорастворимые (группы В и С) и жирорастворимые (А, D, Е, К). Водорастворимые витамины не могут накапливаться в организме и выведены с мочой, поэтому их необходимо регулярно получать с пищей. Жирорастворимые витамины могут накапливаться в жирах организма и сохраняться в тканях.

Гиповитаминоз витамина РР (ниацин):

Витамин РР включает в себя ниацин (никотиновую кислоту) и никотинамид. Этот витамин играет важную роль в обмене веществ, особенно в процессах окисления и восстановления. Гиповитаминоз витамина РР может привести к болезни, называемой пеллагрой.

Симптомы пеллагры:

Дерматит: Появление кожных высыпаний, сухости и шелушения.

Диарея: Нарушение работы желудочно-кишечного тракта, сопровождающееся поносом.

Деменция: Постепенная утрата памяти, психические расстройства.

Фотосенсибилизация: Увеличенная чувствительность кожи к солнечному свету.

Источники витамина РР:

Витамин РР можно получать из пищи, такой как мясо, рыба, орехи, зерновые, картошка, овощи, молоко.

Лечение гиповитаминоза:

Лечение включает в себя прием ниацина в виде препаратов или коррекцию диеты. Существует также возможность использования никотинамидного препарата.

Важно отметить, что перед принятием дополнений или изменением диеты всегда рекомендуется проконсультироваться с врачом, чтобы избежать возможных побочных эффектов и обеспечить правильное дозирование.

3. Понятие, виды кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечении.

Кровотечение - это процесс выхода крови из сосудов, нарушение целостности сосудистой стенки. Кровотечения могут быть вызваны различными причинами, такими как травмы, хирургические вмешательства, сосудистые заболевания или нарушения системы свертывания крови.

Виды кровотечений:

Артериальные кровотечения:

Характеризуются ярко-красным цветом крови, выбрасываемой из сосудов под давлением сердечных сокращений.

Они обычно более серьезны и требуют более быстрой остановки.

Венозные кровотечения:

Венозная кровь темнокрасного цвета и течет спокойнее.

Могут быть медленными, но также требуют внимания.

Капиллярные кровотечения:

Наименее сильные, происходят из мельчайших капилляров.

Обычно останавливаются самостоятельно или с небольшой помощью.

Оказание первой помощи при кровотечении:

Вызов помощи:

Немедленно вызовите медицинскую помощь или скорую помощь.

Оценка ситуации:

Оцените объем потери крови и степень опасности для пострадавшего.

Наложение жгута (только в крайних случаях):

Наложение жгута рекомендуется только в случае крайней необходимости, когда невозможно остановить кровотечение и угрожает потеря большого объема крови. Жгут следует накладывать выше места кровотечения, но не более 2 часов.

Наложение давящего повязочного материала:

Используйте чистый материал (платок, бинт) для непосредственного надавливания на место кровотечения. Это помогает остановить поток крови.

Повышение конечности:

Если возможно, поднимите конечность, на которой происходит кровотечение, чтобы уменьшить кровоток.

Непосредственное надавливание:

Прямо над местом кровотечения надавливайте на сосудистую точку с использованием чистого материала. Это может быть рукой или бинтом.

Фиксация повязки:

Зафиксируйте наложенный бинт, чтобы предотвратить его смещение.

Комфорт пострадавшего:

Постарайтесь обеспечить комфорт и успокоение пострадавшему.

Важно помнить, что в случае кровотечения следует приложить все усилия для остановки потока крови, но жгут следует использовать только в крайних случаях, так как он может вызвать серьезные осложнения.

Билет №2

1. Физиологические системы организма. Понятие нормальная физиология. Понятие «норма», «функция».

Физиологические системы организма представляют собой комплексы органов и тканей, взаимодействующих для поддержания жизнедеятельности и обеспечения всех необходимых функций организма. Примерами таких систем являются сердечно-сосудистая система, нервная система, дыхательная система, эндокринная система и другие. Каждая система выполняет свою специфическую роль, и их взаимодействие поддерживает гармоничное функционирование организма.

Нормальная физиология – это область науки, изучающая нормальные функции и процессы, происходящие в организме. Она анализирует, как работают различные органы и системы в условиях здоровья, и как поддерживается равновесие для обеспечения оптимального функционирования.

"Норма" в физиологии относится к стандартному, здоровому состоянию или функции. Это определяется на основе средних показателей, характерных для большинства людей в определенной популяции. Например, нормальные значения артериального давления, частоты сердечных сокращений, уровня глюкозы в крови и других параметров определяются на основе популяционных наблюдений.

"Функция" в физиологии обозначает специфическую деятельность или задачу, выполняемую органом или системой органов. Например, функция сердечно-сосудистой системы включает в себя перекачивание крови для обеспечения тканей кислородом и питательными веществами. Функции дыхательной системы включают в себя обмен газами и поставку кислорода в организм.

Все эти понятия взаимосвязаны: нормальная физиология изучает функции органов и систем в условиях нормы, определенной стандартами для здоровых людей. Изучение этих концепций позволяет лучше понять, как организм поддерживает свою жизнедеятельность и адаптируется к окружающей среде.

2. Парасимпатическая и симпатическая нервная система. Рефлекс: понятие, виды.

Симпатическая нервная система:

Ответственна за подготовку организма к физической активности, стрессовым ситуациям и борьбе с опасностью (боевой или беговой реакции).

Стимулирует увеличение частоты сердечных сокращений, расширение дыхательных путей, повышение артериального давления и мобилизацию энергии.

Активирует "борьба или бег" реакцию, часто называемую "стрессовым ответом".

Парасимпатическая нервная система:

Отвечает за отдых и восстановление, снижение активности органов и систем.

Стимулирует пищеварение, замедляет сердечный ритм, суживает дыхательные пути и снижает артериальное давление.

Иногда её называют "отдыхающей" нервной системой.

Рефлекс – это автоматическая и непроизвольная реакция организма на раздражение, вызванное воздействием раздражителя на рецепторы. Рефлексы являются важной частью нервной системы, обеспечивающей быстрое и эффективное реагирование на определенные стимулы.

Виды рефлексов:

Спинальные рефлексы:

Происходят на уровне спинного мозга.

Пример: медленное отведение руки от горячего предмета.

Черепно-мозговые рефлексы:

Осуществляются в мозге.

Пример: моргание в ответ на внезапный свет.

Аутономные рефлексы:

Регулируют функции внутренних органов и сосудов.

Пример: изменение частоты сердечных сокращений в ответ на изменение кровяного давления.

Условные рефлексы:

Основаны на предварительном обучении и опыте.

Пример: звуковой сигнал, вызывающий слюноотделение у собаки, после многократного сочетания со вкусным блюдом.

Бессознательные (патологические) рефлексы:

Характерны для патологических состояний.

Пример: рефлексы, которые могут возникнуть при повреждении нервной системы.

Рефлексы являются важным механизмом для поддержания жизненных функций и адаптации к окружающей среде.

3. Обморок: понятие, причины, оказание первой помощи.

Обморок – это кратковременная утрата сознания, вызванная временным нарушением поступления крови в мозг. Обморок обычно сопровождается потерей мускульного тонуса, бледностью кожи и часто приводит к тому, что человек теряет вертикальное положение тела, падая на землю.

Причины обморока могут включать:

Острую гипотензию (падение артериального давления): Возможна из-за длительного стояния, стресса или обезвоживания.

Синусовую брадикардию (замедление сердечного ритма): Может быть вызвана вазовагальной реакцией, стрессом или стимуляцией определенных точек на теле.

Ортостатическую гипотензию: Снижение давления при переходе из положения лежа или сидя в положение стоя.

Гипогликемию: Снижение уровня сахара в крови.

Страх или стресс: Эмоциональные факторы могут вызвать вазовагальную реакцию.

Оказание первой помощи при обмороке:

Вызов скорой помощи:

Если обморок произошел вне контролируемой среды или есть признаки тяжелого состояния, вызовите скорую помощь.

Обеспечение свежего воздуха:

Перенесите пострадавшего в место, где есть свежий воздух.

Положение пострадавшего:

Если обморок произошел из-за длительного стояния, положите пострадавшего на спину и поднимите ему ноги выше уровня головы.

Отпустите тесную одежду:

Помогите пострадавшему освободиться от тесной одежды, особенно вокруг шеи.

Оральная реогидратация:

После прихода в сознание дайте пострадавшему небольшое количество воды для питья.

Наблюдение и поддержание пострадавшего:

После восстановления сознания наблюдайте за пострадавшим, чтобы избежать повторного обморока. Предложите ему лечь или сесть.

Медицинская оценка:

Если обморок повторяется или есть другие беспокойные симптомы, пострадавшему следует обратиться к врачу для дополнительного обследования и консультации.

Билет №3

1. Методы исследований, используемые в физиологии и биохимии. Понятие «регуляция», «реакция», «адаптация».

Методы исследований в физиологии и биохимии:

Электрофизиологические методы:

Исследование электрической активности клеток и тканей с использованием электродов.

Биохимические методы:

Анализ химических составов биологических образцов, включая хроматографию, спектрофотометрию и масс-спектрометрию.

Иммунологические методы:

Использование методов иммунологии для изучения взаимодействия белков, определения антител и других биомолекул.

Молекулярно-генетические методы:

Исследование структуры и функций генов, ДНК и РНК, включая методы ПЦР и секвенирования.

Функциональные методы:

Методы, направленные на изучение функций органов и систем, включая электрокардиографию, электроэнцефалографию и др.

Изображение и визуализация:

Техники, такие как магнитно-резонансная томография (МРТ) и компьютерная томография (КТ), позволяющие визуализировать структуры и процессы внутри организма.

Физиологические испытания:

Эксперименты с живыми организмами или их тканями для изучения физиологических функций.

Понятие "регуляция" в физиологии:

Регуляция в физиологии означает контроль и поддержание определенных параметров в организме в пределах оптимальных значений. Примеры включают регуляцию температуры тела, уровня глюкозы в крови и давления.

Понятие "реакция" в физиологии:

Реакция представляет собой ответ организма на изменения в окружающей среде или внутренние изменения. Это может включать физиологические и поведенческие изменения в целях поддержания равновесия.

Понятие "адаптация" в физиологии:

Адаптация - это процесс, при котором организм изменяет свою структуру, функцию или поведение для лучшей приспособленности к изменяющимся условиям. Адаптация может быть краткосрочной (акклиматизация) или длительной, и она обеспечивает выживаемость и успешное функционирование организма в различных средах.

2. Кровообращение: понятие, показатели. Сердечный цикл.

Кровообращение - это система транспортировки крови по организму, обеспечивающая перенос кислорода, питательных веществ, гормонов и других веществ к клеткам, а также удаление отходов обмена веществ. Кровь циркулирует по сосудам, возвращаясь в сердце для дальнейшего распределения.

Показатели кровообращения:**Объем сердечного выброса (CO):**

Количество крови, выбрасываемое сердцем за одно сокращение.

Рассчитывается как произведение частоты сердечных сокращений (ЧСС) на объем каждого выброса.

Частота сердечных сокращений (ЧСС):

Количество сердечных сокращений в минуту.

Минутный объем сердца (МОС):

Общий объем крови, перекачиваемый сердцем за минуту.

Рассчитывается как произведение объема сердечного выброса на частоту сердечных сокращений.

Систолическое и диастолическое артериальное давление:

Артериальное давление в момент сокращения сердца (систола) и момент покоя сердца (диастола).

Сердечный цикл:

Сердечный цикл - это один полный цикл сокращения и расслабления сердца. Он включает в себя две основные фазы:

Систола:

Фаза сокращения сердечной мышцы.

В это время кровь выбрасывается из сердца в артерии.

Различают систолу желудочков (систолическое артериальное давление) и систолу предсердий.

Диастола:

Фаза расслабления сердца.

В это время сердце наполняется кровью из жил.

Различают диастолу желудочков (диастолическое артериальное давление) и диастолу предсердий.

Вместе систола и диастола образуют сердечный цикл. Нормальное сердечное действие обеспечивает эффективное кровообращение и поддерживает жизненные функции организма. Показатели кровообращения, такие как ЧСС и артериальное давление, являются важными клиническими параметрами, используемыми для оценки здоровья сердечно-сосудистой системы.

3. Понятие, признаки перелома. Первая помощь при переломах.

Перелом - это нарушение целостности костей, вызванное механическим воздействием, травмой или перегибом. Переломы могут быть открытыми (когда кость проникает через кожу) или закрытыми (когда кожа не повреждена).

Признаки перелома:**Боль:**

Острая, интенсивная боль в области перелома.

Отек и синяк:

Покраснение, отек и синяк вокруг места перелома.

Неправильная форма конечности или сустава:

Поврежденная конечность или сустав может выглядеть иначе, чем здоровая.

Ограниченная подвижность:

Затрудненное или невозможное движение в области перелома.

Хруст или шум:

Иногда при переломе слышен звук хруста или треска.

Первая помощь при переломах:**Вызов скорой помощи:**

Перед предоставлением первой помощи вызовите скорую помощь.

Оценка ситуации:

Оцените степень травмы и обеспечьте безопасность для пострадавшего и окружающих.

Иммобилизация:

Не пытайтесь вправлять кость.

Зафиксируйте конечность в том положении, в котором она была при обнаружении перелома.

Используйте подручные средства (доски, подушки) для фиксации конечности.

Применение холода:

Если есть отек, наложите лед в течение 15-20 минут с перерывами.

Повышение конечности:

Если это возможно, поддерживайте поврежденную конечность в поднятом положении.

Предоставление поддержки:

Поддержите пострадавшего, предоставив ему возможность сидеть или лежать, при необходимости предоставьте поддержку головы.

Контроль за состоянием:

Следите за общим состоянием пострадавшего, предоставляйте ему успокаивающую поддержку до прибытия скорой помощи.

Важно помнить, что оказание первой помощи при переломах требует осторожности, и важно не нанести дополнительный вред. Основная цель - обеспечить безопасность пострадавшего и предоставить ему необходимую медицинскую помощь.

Билет №4

1. Биохимия: понятие, задачи, методы.

Биохимия - это научная дисциплина, изучающая химические процессы и вещества, присущие живым организмам. Она фокусируется на молекулярных аспектах жизни, включая структуру, функцию, взаимодействие и регуляцию биомолекул, таких как белки, нуклеиновые кислоты, углеводы и липиды.

Задачи биохимии:

Изучение структуры биомолекул: Анализ атомного и молекулярного строения биомолекул для понимания их функций.

Исследование биохимических путей и циклов: Анализ метаболических путей, включая катаболизм (расщепление) и анаболизм (синтез) биомолекул.

Понимание физиологических процессов: Изучение химических аспектов физиологических функций, таких как дыхание, пищеварение и обмен веществ.

Развитие лекарств и методов лечения: Исследование молекулярных механизмов заболеваний и разработка методов лечения, включая разработку лекарств.

Генетическая биохимия: Изучение взаимодействия генов и их продуктов с биомолекулами для понимания генетических процессов.

Методы биохимии:

Хроматография: Отделение и анализ биомолекул на основе их химических свойств и взаимодействий с различными материалами.

Электрофорез: Разделение молекул на основе их электрической подвижности в электрическом поле.

Спектроскопия: Измерение взаимодействия молекул с электромагнитным излучением для определения их структуры и концентрации.

Методы молекулярной биологии: Включают полимеразную цепную реакцию (ПЦР), секвенирование ДНК и другие методы для изучения генетической информации.

Методы анализа белков: Включают в себя электрофорез, хроматографию, масс-спектрометрию и другие для анализа структуры и функции белков.

Масс-спектрометрия: Метод определения массы молекул для их идентификации и количественного анализа.

Рентгеноструктурный анализ: Метод определения трехмерной структуры молекул с использованием рентгеновского излучения.

Эти методы позволяют биохимикам проводить глубокие исследования на молекулярном уровне, что важно для понимания жизненных процессов и развития новых методов диагностики и лечения.

2. Физиология мышц: мышечные сокращения. Боль в мышцах после физической нагрузки.

Мышечные сокращения:

Мышцы выполняют свои функции, сокращаясь и создавая движение в организме. Сокращение мышц происходит благодаря сложному взаимодействию белков, таких как актин и миозин, внутри мышечных волокон. Сокращение начинается с электрического сигнала от нервной системы, который вызывает высвобождение кальция в мышце. Кальций активирует белки актин и миозин, приводя к сокращению мышцы. Этот процесс называется миозин-актиновым мостом.

Боль в мышцах после физической нагрузки:

Боль в мышцах, ощущаемая после физической активности, известна как мышечная боль или мышечное напряжение. Это явление часто называют "мышечным бодем следующего дня" (МБСД) или "задержкой начала боли" (ДНБ). Несмотря на то, что точные механизмы МБСД не полностью поняты, существует несколько факторов, которые могут внести вклад:

Микротравмы в мышцах: Интенсивная физическая нагрузка может привести к микротравмам в мышцах и окружающих тканях.

Воспаление: Микротравмы вызывают воспалительные реакции в мышцах, что может привести к боли.

Накопление молочной кислоты: В результате интенсивной физической активности происходит накопление молочной кислоты в мышцах, что может вызвать чувство усталости и боли.

Отек и воспаление тканей: Интенсивная активность может привести к отеку и воспалению, вызывая дискомфорт и болезненность в мышцах.

Способы снижения мышечной боли после физической нагрузки:

Растяжка и разминка: Проведение растяжек до и после физической активности может помочь уменьшить мышечное напряжение.

Постепенная интенсивность: Постепенное увеличение интенсивности тренировок может помочь предотвратить чрезмерное напряжение мышц.

Правильный отдых: Дайте мышцам время на восстановление между тренировками.

Гидратация: Поддерживайте достаточный уровень гидратации для предотвращения дегидратации, что может усугубить мышечное напряжение.

Антиболевы препараты: В некоторых случаях прием антиболевых препаратов может помочь справиться с болевыми ощущениями. Однако, прежде чем использовать такие препараты, следует проконсультироваться с врачом.

3. Растяжение: понятие, симптомы. Первая помощь при растяжении.

Растяжение - это повреждение мышц или сухожилий, происходящее при избыточном растяжении или натяжении. Это часто возникает в результате резкого движения, перегиба или неправильной техники тренировки.

Симптомы растяжения могут включать:

Боль: Острая или тупая боль в области поврежденной мышцы или сухожилия.

Отек: Набухание и отек в месте растяжения.

Ограниченная подвижность: Затрудненное или болезненное движение в области повреждения.

Синяк: Возможное образование синяка в результате разрыва кровеносных сосудов.

Первая помощь при растяжении:

Отдых: При первых признаках растяжения остановите любую физическую активность, чтобы предотвратить дополнительные повреждения.

Лед: Нанесите лед на область растяжения в течение первых 24-48 часов после повреждения. Это поможет уменьшить отек и снизить боль.

Компрессия: Используйте эластичный бинт или компрессионный бандаж, чтобы ограничить отек вокруг поврежденной области.

Поднятие: Поддерживайте поврежденную конечность в поднятом положении, чтобы уменьшить отечность.

Болеутоляющие препараты: При необходимости принимайте противовоспалительные препараты или болеутоляющие средства под рекомендацию врача.

Консультация с врачом: Если болезненность или симптомы сохраняются, обратитесь к врачу для более подробной оценки и рекомендаций.

Физиотерапия и реабилитация: Врач может порекомендовать программу физиотерапии для восстановления мышц и улучшения подвижности.

Важно помнить, что серьезные повреждения могут требовать профессионального медицинского вмешательства, поэтому при необходимости обратитесь к врачу.

Билет №5

1. Физиология мышц: виды мышечных волокон, свойства мышц.

Виды мышечных волокон:

Медленные (тип I) волокна:

Свойства:

Медленная сократимость.

Высокая устойчивость к усталости.

Приспособлены для длительных, но низкоинтенсивных активностей.

Применение:

Стабилизация позы, выносливые виды спорта.

Быстрые (тип IIa и IIb) волокна:

Свойства:

Быстрая сократимость.

Меньшая устойчивость к усталости, особенно у типа IIb.

Приспособлены для коротких, но высокоинтенсивных активностей.

Применение:

Спортивные виды с высокими требованиями к мощности и скорости.

Свойства мышц:

Эксцентрическое сокращение:

Удлинение мышцы под действием нагрузки.

Пример: Спуск по лестнице.

Концентрическое сокращение:

Сокращение мышцы под действием силы.

Пример: Поднимание гантелей.

Изотоническое сокращение:

Поддержание постоянной напряженности мышц при изменяющейся длине.

Пример: Ходьба или бег.

Изометрическое сокращение:

Удержание постоянной длины мышцы при увеличении ее напряженности.

Пример: Удержание планки.

Силовая выносливость:

Способность мышц выполнять повторяющиеся сокращения без усталости.

Развивается через тренировки с высоким числом повторений и низким весом.

Силовая мощность:

Способность мышц выполнять максимальные усилия в короткие промежутки времени.

Развивается через тренировки с высоким весом и низким числом повторений.

Гипертрофия:

Увеличение размеров мышц под воздействием тренировок с умеренным весом и средним числом повторений.

Гипотрофия:

Уменьшение размеров мышц из-за недостаточной физической активности или нехватки тренировок.

Мышечная растяжимость:

Способность мышц растягиваться и возвращаться к исходной форме.

Развивается через регулярные упражнения на растяжение.

2. Потоотделение, терморегуляция: понятия. Факторы, влияющие на интенсивность теплообразования.

Потоотделение - это процесс выделения пота через кожные железы, который является важной частью терморегуляции организма. Пот играет ключевую роль в охлаждении тела и поддержании нормальной температуры.

Терморегуляция - это процесс поддержания постоянной температуры тела внутри определенных пределов, несмотря на внешние изменения температуры окружающей среды.

Факторы, влияющие на интенсивность теплообразования:

Метаболизм:

Активность клеток организма в процессе обмена веществ и производство энергии влияют на теплообразование. Большая активность клеток, такая как при физической активности или пищеварении, может увеличить теплообразование.

Мышечная активность:

Сокращение мышц при физической активности является значительным источником тепла.

Термогенез - это процесс, в ходе которого организм специальным образом управляет теплообразованием. Бурение коричневого жира, находящегося вблизи органов, может служить примером термогенеза.

Стресс и эмоции:

Стресс и сильные эмоции могут вызывать увеличение теплообразования в организме.

Пищеварение:

Пищеварительные процессы также сопровождаются выделением тепла.

Гормональные изменения:

Гормоны, такие как адреналин и тироксин, могут влиять на интенсивность теплообразования.

Температура окружающей среды:

В холодной среде тело увеличивает теплообразование для поддержания нормальной температуры, а в теплой среде - с помощью потоотделения для охлаждения.

Одежда:

Одежда может влиять на терморегуляцию, удерживая тепло или обеспечивая охлаждение.

Терморецепторы:

Организм использует терморецепторы в коже и внутренних органах для регуляции температуры, реагируя на изменения окружающей и внутренней температуры.

3. Ушиб: понятие, первая помощь.

Ушиб - это повреждение тканей, возникающее в результате механического воздействия, такого как удар, столкновение или сдавливание. При ушибе повреждаются мягкие ткани, включая кожу, мышцы, сосуды и подкожные ткани. Это может сопровождаться кровоизлиянием в ткани, вызывая отек и боль.

Первая помощь при ушибе:

Покой:

Обеспечьте пострадавшему покой и предложите ему принять удобное положение. Это поможет уменьшить отечность и болевые ощущения.

Холод:

Нанесите холод на поврежденную область. Это может быть лед, завернутый в ткань, или холодный компресс. Холод помогает сократить сосуды и уменьшить отечность, а также облегчает боль.

Компрессия:

Используйте эластичный бинт для создания компрессии вокруг поврежденной области. Это поможет уменьшить отечность и поддерживать сустав или конечность.

Подъем:

Если это возможно, поднимите поврежденную область выше уровня сердца. Это поможет уменьшить отечность.

Больничный отпуск:

Если ушиб серьезен, и симптомы не улучшаются, обратитесь к врачу. Врач может порекомендовать дополнительные меры лечения, такие как принятие обезболивающих препаратов или физиотерапия.

Избегайте массажа:

Не массируйте поврежденную область в первые несколько часов после получения ушиба, чтобы не усугубить ситуацию.

Наблюдение за симптомами:

Внимательно следите за состоянием пострадавшего. Если появляются признаки серьезного повреждения, такие как нарушение чувствительности, онемение или сильная боль, немедленно обратитесь за медицинской помощью.

Важно помнить, что при подозрении на серьезные травмы, такие как переломы или сотрясение, следует обратиться к врачу для более подробной оценки и лечения.

Билет №6

1. Физиологические системы организма. Методы исследований, используемые в физиологии и биохимии.

Физиологические системы организма:

Нервная система:

Отвечает за передачу нервных импульсов и координацию различных функций организма.

Эндокринная система:

Регулирует функции организма с помощью гормонов, вырабатываемых эндокринными железами.

Мышечная система:

Отвечает за движение и поддержание тела, состоящая из скелетных, гладких и сердечных мышц.

Костная система:

Состоит из костей и хрящей, обеспечивает поддержку тела, защиту органов и участвует в образовании крови.

Дыхательная система:

Отвечает за поступление кислорода и выведение углекислого газа.

Сердечно-сосудистая система:

Обеспечивает транспортировку крови с кислородом и питательными веществами по организму.

Лимфатическая система:

Участвует в иммунной защите, отводе избыточной жидкости и транспортировке лимфы.

Пищеварительная система:

Отвечает за переработку исходных продуктов в пищу в усвояемые питательные вещества.

Мочевыделительная система:

Обеспечивает фильтрацию крови и выведение лишней жидкости и отходов через мочу.

Репродуктивная система:

Отвечает за размножение и поддержание видовой продолжительности.

Методы исследований в физиологии и биохимии:

Электроэнцефалография (ЭЭГ): Регистрация электрической активности мозга.

Электрокардиография (ЭКГ): Измерение электрической активности сердца.

Полисомнография: Изучение сна с использованием ЭЭГ, ЭКГ и других параметров.

Функциональная магнитно-резонансная томография (fMRI): Измерение активности различных участков мозга во время выполнения задач.

Изучение биохимических маркеров: Анализ уровня различных веществ в крови, моче и других биологических жидкостях.

Исследование физической активности: Использование пульсметров, акселерометров и других сенсоров для измерения физической активности.

Исследование гормонального статуса: Анализ уровня гормонов в крови для оценки эндокринной системы.

Методы изучения кислородного обмена и дыхания: Спирометрия, пульсоксиметрия и др.

Биопсия и гистология: Исследование тканей для выявления патологий.

Генетические исследования: Изучение генетического материала для понимания наследственности и функционирования организма.

2. Показатели, характеризующие насосную функцию сердца (ЧСС, систолический объем, МОК, сердечный индекс, сердечный выброс, работа сердца за удар).

Частота сердечных сокращений (ЧСС):

Число сокращений сердца в минуту. Измеряется в ударах в минуту (уд/мин).

Систолический объем (СО):

Объем крови, выбрасываемой из левого желудочка сердца за одно сокращение. Измеряется в миллилитрах (мл).

Минутный объем кровообращения (МОК):

Объем крови, который выбрасывается левым желудочком за одну минуту. Рассчитывается как произведение ЧСС и СО. Измеряется в литрах в минуту (л/мин).

Сердечный индекс (SI):

Корректированный на площадь поверхности тела показатель минутного объема крови. Рассчитывается как МОК, поделенный на индекс поверхности тела (ИПТ). Измеряется в литрах в минуту на метр квадратный поверхности тела (л/мин/м²).

$$SI = \frac{МОК}{ИПТ}$$

Сердечный выброс (SV):

Объем крови, выбрасываемой из желудочка сердца за одно сокращение. Также может быть равен систолическому объему. Измеряется в миллилитрах (мл).

Работа сердца за удар (PCU):

Это количество работы, которое сердце выполняет за одно сокращение. Рассчитывается как произведение систолического объема на среднее артериальное давление. Измеряется в эргах (эрг) или джоулях (Дж) в ударе.

$$PCU = CO \times САД \times 0.0133$$

Где:

САД - среднее артериальное давление (в мм рт. ст.).

Коэффициент 0.0133 используется для преобразования мм рт. ст. в единицы энергии (джоули).

Эти показатели являются важными при оценке работы сердечно-сосудистой системы и ее способности обеспечивать организм кровью.

3. Первая помощь при нарушениях дыхания и кровообращения. Симптомы нарушения кровообращения и остановки дыхания. Алгоритм действий.

Первая помощь при нарушениях дыхания и кровообращения включает в себя следующие шаги. Важно помнить, что быстрое реагирование может спасти жизнь пострадавшего.

Нарушения дыхания:

Оцените обстановку:

Проверьте, нет ли опасности для себя и пострадавшего. Убедитесь в безопасности места происшествия.

Позовите помощь:

Вызовите медицинскую помощь (скорую) по телефону. Если есть другие люди, попросите кого-то вызвать помощь, а вы приступите к оказанию первой помощи.

Оцените состояние пострадавшего:

Подойдите к пострадавшему и оцените его состояние. Проверьте, дышит ли он, слышны ли звуки дыхания.

При необходимости начните искусственное дыхание:

Если пострадавший не дышит, начните проводить искусственное дыхание. Делайте вдохи так, чтобы грудь поднималась. Продолжайте до прихода медицинской помощи.

Нарушения кровообращения:

Оцените обстановку:

Проверьте безопасность места происшествия. Убедитесь, что нет опасности для вас и пострадавшего.

Позовите помощь:

Вызовите медицинскую помощь по телефону. Попросите кого-то еще сделать звонок, если это возможно.

Оцените состояние пострадавшего:

Проверьте его сознание и дыхание. Оцените наличие пульса на сонной артерии.

При необходимости начните проводить сердечно-легочную реанимацию (СЛР):

Если пострадавший не дышит и отсутствует пульс, начните проводить СЛР. Сначала выполните 30 надавливаний на грудную клетку (глубокие компрессии), затем два вдоха и повторяйте этот цикл.

Продолжайте оказывать помощь до прихода медицинской бригады:

Не прекращайте оказывать первую помощь до прихода профессиональных спасателей.

Важно следовать принципам безопасности и вызывать профессиональную медицинскую помощь как можно скорее. При наличии навыков оказания СЛР и искусственного дыхания, их использование может быть критически важным в случае нарушений дыхания и кровообращения.

Билет №7

1. Гомеостаз: понятие, основные показатели гомеостаза.

Гомеостаз – это состояние относительной стабильности внутренней среды организма, необходимое для поддержания оптимальных условий жизнедеятельности клеток. Этот процесс обеспечивает постоянство физиологических параметров внутри организма, несмотря на изменения во внешней среде.

Основные показатели гомеостаза:

Температура тела:

Гомеостаз температуры тела поддерживается с помощью регуляции теплообмена, потоотделения и вазоконстрикции/вазодилатации.

Уровень глюкозы в крови:

Гомеостаз глюкозы контролируется системой инсулин-глюкагон, поддерживающей оптимальный уровень сахара в крови.

Кислотно-щелочной баланс:

Поддержание стабильного уровня pH крови осуществляется через буферные системы и регуляцию выведения водорода и бикарбонатов почками и легкими.

Осмотическое давление и баланс воды:

Регулируется почками для поддержания оптимального содержания воды в организме.

Уровень электролитов:

Гомеостаз электролитов, таких как натрий, калий, кальций, обеспечивается через баланс их поступления и выведения.

Давление крови:

Регулируется сердцем, сосудами и почками для поддержания необходимого кровяного давления.

Уровень кислорода и углекислого газа в крови:

Регулируется дыхательной системой с целью поддержания оптимального газового состава крови.

Равновесие азота:

Гомеостаз азотных соединений, таких как мочевины и креатинин, поддерживается почками.

Уровень гормонов:

Регулируется эндокринной системой для поддержания оптимального уровня гормонов.

Система свертывания крови:

Гомеостаз свертывания крови поддерживается, чтобы предотвращать избыточное кровотечение.

Эти показатели тесно взаимосвязаны и регулируются различными системами организма для обеспечения стабильности внутренней среды, что позволяет клеткам и тканям функционировать в оптимальных условиях.

2. Мышление: понятие, содержание, особенности протекания, формы.

Мышление - это высший психический процесс, представляющий собой активное отражение и освоение окружающего мира с использованием образов, понятий, логических операций, рассуждений, анализа и синтеза.

Содержание мышления:

Содержание мышления включает в себя образование и использование понятий, формирование и анализ абстрактных и конкретных представлений, способность к логическим рассуждениям и принятию решений.

Особенности протекания мышления:

Творчество:

Возможность создавать новые идеи, находить нестандартные решения, проявлять оригинальность в мышлении.

Обобщение и детализация:

Способность одновременно видеть общие закономерности и детали явлений.

Ассоциативность:

Связывание понятий и образов на основе их схожести, контрастности, причинно-следственных отношений и т.д.

Абстракция:

Возможность выделения существенных признаков объекта, отвлечение от ненужных деталей.

Логическое мышление:

Способность к последовательному, закономерному и объективному рассуждению.

Эмпатия:

Возможность постижения чувств и мыслей других людей, понимание их точек зрения.

Креативность:

Способность порождать новые идеи, решения и концепции, несмотря на стандартные рамки.

Формы мышления:

Логическое мышление:

Ориентировано на установление логических связей между фактами и событиями, основывается на строгих законах логики.

Образное мышление:

Основывается на формировании и использовании образов, представлений, визуальных и звуковых образов.

Символическое мышление:

Использует символы, знаки, формулы для представления и обработки информации.

Критическое мышление:

Основывается на анализе и оценке информации, аргументированном принятии решений.

Диалектическое мышление:

Учитывает противоречия и взаимодействия элементов явлений, понимает их развитие и изменение.

Интуитивное мышление:

Основывается на интуиции, предчувствиях, неявных знаниях, не всегда поддается логическому объяснению.

Каждая из форм мышления может проявляться в разной степени у различных людей и зависит от множества факторов, включая образование, опыт, индивидуальные особенности и т.д.

3. Эпилептический приступ: понятие, оказание первой помощи.

Эпилептический приступ представляет собой временное нарушение функций мозга, вызванное эпилептической активностью. Проявляется судорогами, изменением сознания, поведенческими изменениями или другими симптомами. Продолжительность и характер приступа могут варьироваться.

Оказание первой помощи при эпилептическом приступе:**Создайте безопасную среду:**

Поместите пострадавшего на мягкую поверхность, удалите острые предметы и предметы, которые могут быть опасными.

Поместите пострадавшего в боковое положение:

Это поможет предотвратить задохвание, если пострадавший будет рвать. Подложите под голову мягкую подушку или одежду.

Не удерживайте движущиеся конечности:

Не пытайтесь удерживать или фиксировать движущиеся конечности пострадавшего. Это может привести к травмам.

Не вставляйте ничего в рот:

Не пытайтесь вставить предмет в рот пострадавшего, чтобы предотвратить укус языка. Это может привести к травмам и создать опасность для вас.

Зафиксируйте время приступа:

Обратите внимание на время начала приступа. Если приступ продолжается более 5 минут, вызовите скорую помощь.

После приступа:

Пострадавший может быть сонным и ошеломленным после приступа. Обеспечьте ему спокойное окружение. Постепенно возвращайте пострадавшего в нормальное положение.

Обратитесь к врачу:

В случае эпилептического приступа, особенно если это первый раз, важно обратиться к врачу для получения профессиональной оценки и дальнейшего лечения.

Важно помнить, что эпилептические приступы обычно прекращаются сами по себе, и первая помощь направлена на предотвращение травм и обеспечение безопасной среды для пострадавшего.

1. Энергетический обмен: понятие, значение. Белки: понятие, классификация, функции.

Энергетический обмен - это комплекс химических процессов, происходящих в организме, направленных на преобразование питательных веществ в энергию, необходимую для поддержания жизнедеятельности клеток и всего организма. Основные этапы включают в себя гликолиз, цикл Кребса и окисление в митохондриях.

Энергетический обмен обеспечивает организм энергией, необходимой для синтеза молекул, поддержания температуры тела, выполнения механической работы и других жизненно важных процессов.

Белки (протеины) - это один из основных классов биомолекул, состоящих из аминокислотных остатков, соединенных пептидными связями. Белки выполняют множество функций в организме, включая структурную поддержку, катализ химических реакций, транспорт молекул, участие в иммунной системе и другие.

Классификация:

Простые белки:

Состоят только из аминокислотных остатков.

Сложные (составные) белки:

Содержат дополнительные компоненты, такие как нуклеиновые кислоты, углеводы или липиды.

Фиброзные белки:

Имеют структуру в виде длинных волокон, обеспечивающих поддержку и прочность. Примеры включают коллаген и кератин.

Глобулярные белки:

Образуют сложные трехмерные структуры и выполняют разнообразные функции, такие как транспорт и катализ. Примеры включают гемоглобин и ферменты.

Белки нуклеопротеинов:

Связаны с нуклеиновыми кислотами (ДНК или РНК) и играют роль в передаче генетической информации.

Функции белков:

Структурная функция:

Белки обеспечивают структурную поддержку клеткам и тканям.

Катализаторы:

Ферменты, являющиеся подтипом белков, катализируют химические реакции в организме.

Транспортные функции:

Некоторые белки участвуют в транспорте молекул через мембраны или в крови.

Иммунная защита:

Антитела и другие белки участвуют в системе иммунитета, защищая организм от инфекций.

Хранение и передача информации:

Некоторые белки хранят или передают генетическую информацию (например, гистоны и РНК-полимераза).

Контроль роста и развития:

Белки могут участвовать в регуляции клеточного цикла и дифференциации клеток.

Белки являются основными строительными блоками живых организмов и играют ключевую роль в их функционировании.

2. Физиология пищеварения: функции жевания. Рецепторы ротовой полости.

Жевание — это механический процесс размельчения пищи, начинающийся в ротовой полости. Жевание выполняет несколько важных функций в системе пищеварения:

Механическое разрушение пищи:

Жевание размельчает пищу на более мелкие частицы, увеличивая ее поверхность. Это облегчает дальнейшее пищеварение и усвоение питательных веществ.

Смешивание с слюной:

Под воздействием жевания пища смешивается с слюной, которая содержит фермент амилазу. Этот фермент начинает процесс расщепления углеводов, таких как крахмал, на простые сахара.

Подготовка пищи к дальнейшему перевариванию:

Жевание запускает рефлексные механизмы, активирующие другие этапы пищеварения в желудке и кишечнике.

Стимуляция выделения желудочного сока:

Жевание стимулирует выделение желудочного сока, что способствует дальнейшему перевариванию белков.

Участие в процессе насыщения:

Процесс жевания также участвует в ощущении насыщения, отправляя сигналы в мозг о том, что пища поступает в организм.

Рецепторы ротовой полости:

В ротовой полости находится множество рецепторов, которые играют важную роль в процессах приема и обработки пищи. Некоторые из ключевых рецепторов включают:

Вкусовые рецепторы:

Расположены на языке и в доле нёба. Различают основные вкусы: сладкий, соленый, кислый, горький, и также реагируют на умами (вкус аминокислот, таких как глутамат).

Температурные рецепторы:

Распределены в различных частях ротовой полости и реагируют на холод и тепло в пище.

Тактильные рецепторы:

Находятся в тканях рта и языка, предоставляя информацию о текстуре и консистенции пищи.

Болевые рецепторы:

Реагируют на раздражители и предупреждают о возможном повреждении тканей ротовой полости.

Рецепторы слизистой оболочки:

Обеспечивают ощущение влажности во рту и служат важными в аспектах вкуса и ощущения.

Рецепторы ротовой полости помогают не только в распознавании различных характеристик пищи, но и в подготовке организма к пищеварительному процессу, активируя соответствующие физиологические реакции.

3. Первая помощь при укусах насекомых.

Укусы насекомых могут вызвать раздражение, зуд, боль и в некоторых случаях аллергическую реакцию. Первая помощь при укусах насекомых может помочь облегчить симптомы. Вот рекомендации:

Удалите жало:

Если жало осталось в коже, аккуратно его удалите. Не используйте для этого пинцет, так как это может вызвать выделение большего количества яда. Лучше используйте ноготь или что-то подобное.

Мытье места укуса:

Тщательно вымойте укушенное место теплой водой и мягким мылом. Это поможет уменьшить риск инфекции.

Холод:

Нанесите холод на укушенное место, например, при помощи холодного компресса. Это может помочь уменьшить отек и облегчить боль.

Антисептик:

После мытья укушенного места, нанесите антисептик или антисептическое средство, чтобы предотвратить возможное заражение.

Избегайте чесания:

Постарайтесь избегать чесания укушенного места, чтобы предотвратить возможное введение инфекции.

Противозудные кремы или лосьоны:

Если зуд интенсивен, можно использовать противозудные кремы или лосьоны. Однако, перед использованием, проконсультируйтесь с врачом.

Антигистаминные препараты:

Если у вас развивается аллергическая реакция (например, отек, затрудненное дыхание), примените антигистаминные препараты. В случае тяжелых симптомов, обратитесь за медицинской помощью.

Компресс с содой:

Компресс с разведенной водой и содой может помочь уменьшить зуд и раздражение.

Избегайте аллергенов:

Если у вас известна аллергия на укусы насекомых, старайтесь избегать контакта с ними. Носите защитную одежду и используйте репелленты.

Медицинская помощь:

Если укус вызывает серьезные реакции, такие как аллергия, отек горла или затрудненное дыхание, немедленно вызовите скорую помощь.

В случае любых сомнений или серьезных реакций, важно обратиться к врачу для получения профессиональной медицинской помощи.

Билет №9

1. Физиология: объект и методы исследований в физиологии.

Физиология изучает нормальные функции и процессы в живых организмах. Ее объект исследований - функции живых систем на всех уровнях организации, начиная от клеточного и заканчивая организмом в целом.

Объект исследований в физиологии:

Клетки: Изучение функций отдельных клеток, их взаимодействия и реакций на внешние воздействия.

Органы и ткани: Рассмотрение работы органов и тканей в контексте их специализированных функций.

Системы органов: Изучение взаимодействия различных систем органов в организме, например, нервной, эндокринной, сердечно-сосудистой и др.

Организм в целом: Понимание физиологии организма в целом, его адаптации к различным условиям и воздействиям.

Методы исследований в физиологии:

Электрофизиологические методы: Использование электродов для измерения электрической активности клеток и тканей (например, ЭКГ, ЭЭГ).

Биохимические методы: Анализ химических процессов в организме, измерение уровня различных молекул (например, изучение биохимии крови).

Методы образования: Использование современных методов визуализации (например, МРТ, КТ, УЗИ) для изучения структуры и функций органов.

Генетические методы: Исследование роли генов в физиологических процессах с использованием генетических технологий.

Психофизиологические методы: Изучение взаимосвязи между физиологическими процессами и психической деятельностью (например, исследования стресса и эмоций).

Клинические методы: Наблюдение и исследование пациентов с различными заболеваниями для понимания нарушений в их физиологии.

Физиологические эксперименты: Контролируемые исследования в лабораторных условиях для выявления причинно-следственных связей между различными переменными.

Эти методы позволяют физиологам получать данные о функциях организма, понимать принципы его работы и применять полученные знания для поддержания здоровья, лечения заболеваний и повышения качества жизни.

2. Классификация мышц, их особенности. Фазы одиночного мышечного сокращения.

Мышцы классифицируются по различным признакам, включая их строение, местоположение, функции и способ контроля. Основные типы классификации включают:

По строению:

Поперечнополосатые мышцы (скелетные): Эти мышцы составляют большинство мышц скелета и обеспечивают движение костей. Они подчиняются воле и действуют сознательно.

Гладкие мышцы: Находятся в стенках внутренних органов (например, кишечник, сосуды) и контролируются автономной нервной системой. Они не имеют поперечной полосатости и действуют независимо от воли.

Мышцы сердца (поперечнополосатые): Составляют стенку сердца и контролируются автономной нервной системой.

По функциональной активности:

Агонисты (приносители): Мышцы, осуществляющие движение.

Антагонисты (противопоставленные): Мышцы, противопоставляющиеся движению, контролируют и управляют скоростью и точностью движений.

По местоположению:

Поверхностные и глубокие мышцы: Относительно их расположения относительно кожи и других тканей.

По числу брюшек:

Однобрюшные и многобрюшные мышцы: Относительно количества брюшек, из которых состоит мышца.

Особенности мышц:

Избирательность сокращения: Мышцы могут сокращаться только под воздействием нервного импульса.

Раздражаемость: Способность мышц реагировать на раздражение и возбуждаться.

Сократимость: Мышцы обладают способностью сокращаться под действием нервного импульса.

Растяжимость: Мышцы могут растягиваться и возвращаться к своей изначальной длине.

Тонус: Постоянное слабое напряжение в мышцах, поддерживаемое нервной системой.

Фазы одиночного мышечного сокращения:

Возбуждение: Нервный импульс достигает мышечного волокна, вызывая выпуск химических веществ (нейромедиаторов), таких как ацетилхолин.

Связывание кальция: Нейромедиаторы стимулируют высвобождение кальция внутри мышечного волокна.

Формирование мостиков актин-миозин: Кальций активирует белки актин и миозин, образуя мостики и инициируя сокращение.

Сокращение: Мостики актин-миозин приводят к сокращению мышечного волокна.

Расслабление: Прекращение стимуляции нервом приводит к снижению концентрации кальция и разрыву мостиков, возвращая мышцу к исходному состоянию.

Эти фазы обеспечивают контролируемую и координированную сократительную активность мышц.

3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел в зависимости от их места и характера может включать следующие шаги:

1. При попадании в глаза:

Не трите глаза.

Осторожно промывайте глаза чистой водой, при этом наклоняйте голову так, чтобы инородное тело могло выйти.

Если инородное тело не удаляется, не пытайтесь извлекать его самостоятельно. Обратитесь к врачу.

2. При попадании в нос:

Не используйте острые предметы для удаления инородного тела.

Придайте человеку положение с головой наклоненной вперед и слегка в сторону.

Промывайте нос чистой водой, но избегайте сильного давления, чтобы не вызвать травму.

3. При попадании в ухо:

Не вставляйте ничего в ухо.

Попробуйте встряхнуть голову человека, чтобы инородное тело могло выйти.

Если инородное тело не удаляется, обратитесь к врачу.

4. При попадании в кожу:

Осторожно удалите инородное тело при помощи чистых щипцов или пинцета.

Промойте место попадания тела чистой водой и обработайте антисептиком.

Наложите стерильный повязочный материал.

5. При попадании в дыхательные пути:

Призывайте пострадавшего к кашлю, чтобы попытаться избавиться от инородного тела самостоятельно.

Если человек не может дышать, приступите к искусственной вентиляции легких и вызовите скорую помощь.

6. При попадании в пищевод:

Если человек может глотать и дышать, попробуйте позвать его кашлять.

Не давайте ему пить или есть, чтобы не заталкивать инородное тело еще глубже.

Если человек не может дышать или кашлять, приступайте к методам оказания помощи по освобождению дыхательных путей (ШПМ, удары по спине).

Обратите внимание: В случае серьезной травмы или затрудненного дыхания, немедленно вызывайте скорую помощь. Оказание первой помощи должно быть предварительным мероприятием, позволяющим выжившему получить медицинскую помощь.

Билет №10

1. Физиологические системы организма. Понятие о физиологической функции.

Физиологические системы представляют собой комплекс взаимосвязанных органов и тканей, выполняющих определенные функции, необходимые для поддержания жизнедеятельности организма. Важные физиологические системы включают:

Нервная система: Отвечает за передачу сигналов и управление функциями организма. Включает в себя центральную нервную систему (головной мозг и спинной мозг) и периферическую нервную систему.

Эндокринная система: Регулирует функции организма с помощью гормонов, вырабатываемых эндокринными железами, такими как щитовидная железа и поджелудочная железа.

Мышечная система: Отвечает за движение и поддержание осанки. Состоит из скелетных мышц, которые подчиняются воле, и гладких мышц, управляемых автономной нервной системой.

Костная система: Предоставляет опору и защиту для органов, а также участвует в производстве крови в костном мозге.

Сердечно-сосудистая система: Отвечает за перенос крови и кислорода по всему организму. Включает в себя сердце и сосуды.

Дыхательная система: Обеспечивает обмен газами между организмом и окружающей средой. Включает в себя легкие и бронхи.

Пищеварительная система: Отвечает за переработку пищи и усвоение питательных веществ. Включает в себя желудок, кишечник и другие органы.

Мочевыделительная система: Участвует в удалении из организма лишней жидкости и отходов. Включает почки и мочевыводящие пути.

Репродуктивная система: Отвечает за передачу генетической информации и производство потомства. Включает в себя органы размножения.

Понятие о физиологической функции:

Физиологическая функция представляет собой нормальное и здоровое выполнение определенной роли или задачи в организме. Каждая система и орган имеют свои уникальные физиологические функции, необходимые для поддержания жизни и обеспечения оптимального функционирования организма.

Примеры физиологических функций включают в себя:

- Сокращение и расслабление мышц в мышечной системе.
- Продукцию и выделение гормонов в эндокринной системе.
- Процессы фильтрации и выведения отходов в почечной системе.

Понимание физиологических функций помогает врачам и исследователям определить, какие изменения могут указывать на наличие заболеваний или нарушений в организме, а также как улучшить общее состояние пациентов.

2. Пульс: понятие, показатели. Артериальное давление.

Пульс представляет собой ритмические волны, вызванные сокращением сердца и расширением артерий при прохождении крови через них. Он измеряется в ударах в минуту (ударов в минуту) и обычно ощущается на радиальной артерии на запястье или на сонной артерии на шее.

Показатели пульса:

Частота пульса: Количество ударов в минуту (уд/мин). Нормальная частота пульса у взрослого человека в покое обычно составляет 60-100 уд/мин.

Ритм пульса: Определяется по равномерности интервалов между ударами. Ритм может быть регулярным или нерегулярным.

Напряженность (сила) пульса: Отражает силу сокращения сердца и может быть оценена как слабый, умеренный, сильный. Это может быть важным показателем состояния сердечной функции.

Наполненность пульса: Относится к объему крови, выбрасываемому при каждом сердечном сокращении. Это может быть характеризовано как нормальное, увеличенное (гипертоническое) или уменьшенное (гипотоническое).

Артериальное давление:

Артериальное давление (АД) измеряет силу крови, оказываемую на стенки артерий во время сокращения и расслабления сердца. Обычно измеряется двумя значениями: систолическим и диастолическим давлением.

Систолическое давление (СД): Показывает максимальное давление крови в артериях во время систолы (сокращения сердца). Измеряется в миллиметрах ртутного столба (мм рт. ст.). Обычно первое число при измерении давления.

Диастолическое давление (ДД): Показывает минимальное давление в артериях во время диастолы (расслабления сердца). Также измеряется в миллиметрах ртутного столба. Обычно второе число при измерении давления.

Например, нормальное артериальное давление может быть около 120/80 мм рт. ст. (систолическое/диастолическое). Оценка артериального давления важна для определения состояния сердечно-сосудистой системы и риска различных заболеваний.

3. Коллапс: понятие, симптомы, первая помощь.

Коллапс представляет собой острое состояние, при котором происходит снижение кровяного давления, что приводит к серьезному нарушению кровоснабжения органов и тканей. Это состояние может возникнуть из-за различных причин, таких как потеря крови, сердечная недостаточность, аллергическая реакция, инфекция и др.

Симптомы коллапса могут включать:

Снижение артериального давления: Обычно сопровождается ощущением слабости, головокружения и потери сознания.

Бледность кожи: Из-за снижения кровоснабжения.

Холодный и липкий пот: Также связан с нарушением кровообращения.

Быстрое и слабое сердечное сокращение: Тахикардия может быть симптомом коллапса.

Ощущение тяжести в груди: Может быть вызвано снижением кровоснабжения сердца.

Первая помощь при коллапсе:

Вызов скорой помощи: Это критически важно в случае коллапса. Немедленное обращение за медицинской помощью необходимо для выявления причины и оказания профессиональной помощи.

Укладывание пострадавшего: Если это возможно, уложите пострадавшего на спину, поднимите ноги немного выше уровня головы, чтобы улучшить кровоток к мозгу.

Обеспечение доступа к свежему воздуху: Расслабьте тугую одежду, обеспечьте доступ к свежему воздуху. Это может помочь в случае потери сознания.

Контроль дыхания и сердечной деятельности: Если пострадавший потерял сознание и не дышит, начните проведение реанимационных мероприятий (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца).

Важно помнить, что коллапс может быть следствием различных состояний, поэтому важно получить профессиональную медицинскую помощь для точного определения причины и эффективного лечения.

Билет №11

1. Функции сердечно-сосудистой системы. Круги кровообращения.

Сердечно-сосудистая система выполняет ряд важных функций, обеспечивая поддержание жизнедеятельности организма:

Транспорт кислорода и питательных веществ: Сердце перекачивает кровь по всему организму, обеспечивая доставку кислорода и питательных веществ к клеткам и тканям.

Удаление продуктов обмена веществ и отходов: Сердечно-сосудистая система отводит углекислый газ и другие продукты обмена веществ от клеток к легким и почкам для последующего удаления из организма.

Регуляция температуры: Кровь может переносить тепло, распределяя его по телу. Это помогает поддерживать постоянную температуру организма.

Участие в регуляции водного баланса: Сосуды контролируют выход воды из крови в ткани и ее возвращение, поддерживая оптимальный уровень воды в организме.

Обеспечение иммунной защиты: Кровеносная система переносит белые кровяные клетки, которые участвуют в борьбе с инфекциями и обеспечивают иммунную защиту.

Круги кровообращения:

Малый круг кровообращения (легочный): Кровь из правого желудочка сердца поступает в легкие, где происходит обмен газами (кислорода и углекислого газа). Затем оксигенированная кровь возвращается в левое предсердие.

Большой круг кровообращения (системный): Оксигенированная кровь из левого желудочка перекачивается по всему организму через артерии. Кровь поступает к клеткам и тканям, обменивается веществами, а затем возвращается в правое предсердие через вены.

Важно отметить, что оба круга кровообращения работают параллельно, обеспечивая непрерывный поток крови и выполнение всех необходимых функций для поддержания жизни.

2. Физическая терморегуляция (теплоотдача). Пути теплоотдачи.

Физическая терморегуляция представляет собой процессы, направленные на поддержание оптимальной температуры тела в условиях изменяющегося окружающего теплового воздействия. Основная цель – предотвратить перегрев или переохлаждение организма.

Пути теплоотдачи:

Излучение: Тепло передается через излучение от тела в окружающее пространство. Тепловое излучение особенно эффективно в условиях холодной среды.

Проведение: Передача тепла через прямой контакт тела с более холодными объектами. Например, прикосновение к холодной поверхности.

Конвекция: Теплоотдача в результате перемещения теплого воздуха или жидкости от поверхности тела. Когда теплый воздух поднимается от кожи, на его место приходит более холодный воздух, что обеспечивает дополнительную охлаждение.

Экспарация (испарение): Процесс испарения пота с кожи. Испарение пота требует энергии, которая извлекается из тела в виде тепла, что приводит к охлаждению поверхности кожи.

Дыхание: Потеря тепла через выдыхаемый воздух. При дыхании тепло передается из тела в вдыхаемый воздух.

Эти механизмы теплоотдачи работают вместе для того, чтобы поддерживать нормальную температуру тела. В условиях жары организм активизирует механизмы охлаждения, а в холоде – механизмы удержания тепла. Регуляция температуры тела важна для поддержания оптимального функционирования физиологических процессов.

3. Ожог: понятие, степени ожога. Оказание первой помощи при ожогах.

Ожог – это повреждение тканей, вызванное тепловым, химическим, электрическим воздействием или излучением. Ожоги могут быть различных степеней тяжести в зависимости от глубины повреждения тканей.

Степени ожога:

I степень (поверхностный): Повреждаются верхние слои кожи (эпидермис). Характеризуется краснотой, отеком, болезненностью. Пример – солнечный ожог.

II степень:

IIa степень (поверхностный): Повреждаются эпидермис и верхние слои дермы. Характеризуется пузырьками, краснотой, отеком и болезненностью.

IIб степень (глубокий): Повреждаются эпидермис и средние слои дермы. Возможны пузырьки, краснота, отек, болезненность, возможно образование язв.

III степень (глубокий): Повреждаются все слои кожи. Характеризуется образованием красной, белой или черной обугленной ткани, отсутствием боли (из-за разрушения нервных окончаний). Требуется медицинской помощи.

IV степень (глубокий): Повреждаются кожа, подкожная клетчатка, мышцы и кости. Образуется черная обугленная ткань, но также могут быть видны белые структуры, такие как кости. Требуется срочной медицинской помощи.

Оказание первой помощи при ожогах:

Прекращение воздействия: Остановите воздействие огня, химического вещества или другого источника ожога.

Охлаждение ожоговой поверхности: Промывайте ожоговую поверхность холодной водой в течение 10-20 минут. Избегайте использования льда или ледяной воды, чтобы предотвратить обморожение.

Удаление одежды: Осторожно удаляйте одежду с ожоговой поверхностью. Если одежда прилипла к коже, не пытайтесь ее оттирать.

Наложение чистого повязочного материала: Накройте ожог марлевой повязкой, не прикасаясь к поврежденной коже.

Поддержание жизненных функций: При необходимости начните оказывать реанимационные мероприятия (искусственное дыхание и массаж сердца).

Обеспечение тепла: Покройте пострадавшего теплым покрывалом, чтобы предотвратить переохлаждение.

Вызов скорой помощи: В случае серьезных ожогов следует вызвать скорую медицинскую помощь.

Билет №12

1. Организм человека как единое целое. Понятия «реакция», «адаптация».

Организм человека представляет собой сложную и взаимосвязанную систему, включающую органы, ткани и клетки. Все органы и системы органов работают в тесном взаимодействии для поддержания жизненно важных функций. Организм функционирует как единая система, чтобы обеспечивать поддержание постоянной внутренней среды и адаптироваться к изменениям внешней среды.

Понятие "реакция" в физиологии:

Реакция в физиологии относится к ответу организма на воздействие внешней или внутренней стимуляции. Это может включать в себя различные физиологические и поведенческие изменения, направленные на поддержание равновесия в организме. Например, увеличение сердечного ритма, расширение зрачков, выделение гормонов в ответ на стресс или физическую активность.

Понятие "адаптация" в физиологии:

Адаптация - это процесс, благодаря которому организм изменяет свои физиологические, биохимические и структурные характеристики, чтобы лучше приспособляться к изменяющимся условиям внешней среды. Адаптация может быть как физиологической, так и поведенческой, и она позволяет организму выживать и функционировать в разнообразных условиях.

Примеры адаптаций включают изменения в структуре кожи для защиты от солнечного излучения, увеличение объема легких у лиц, проживающих в высокогорных условиях, и адаптацию иммунной системы к борьбе с новыми патогенами.

Итак, реакции и адаптации организма человека представляют собой ключевые механизмы, обеспечивающие выживание и нормальное функционирование в разнообразных условиях внешней среды.

2. Физиология дыхания: понятие, виды. ЖЕЛ: понятие, нормы.

Физиология дыхания – это область науки, изучающая механизмы и процессы, связанные с вдохом и выдохом, а также обменом газов в организме. Дыхание является важной функцией организма, обеспечивающей поступление кислорода и удаление углекислого газа.

Виды дыхания:

Внешнее дыхание (пульмональное): Это процесс обмена газами между воздухом и кровью в легких. Включает в себя вдох и выдох.

Внутреннее дыхание (тканевое): Это процесс обмена газами между кровью и тканями организма. Он включает в себя перенос кислорода от крови к клеткам и обратный перенос углекислого газа от клеток к крови.

Грудное дыхание и брюшное дыхание: Грудное дыхание включает движение грудной клетки, а брюшное дыхание – движение диафрагмы. Оба типа дыхания важны для эффективной вентиляции легких.

Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) – это максимальный объем воздуха, который человек может выдохнуть после максимального вдоха.

Нормы:

Жизненная емкость легких может варьироваться в зависимости от возраста, пола и физической активности человека. Средняя жизненная емкость легких у взрослого

человека составляет примерно 4-6 литров. Однако эта величина может изменяться в пределах от 3 до 7 литров.

Жизненная емкость легких является важным показателем оценки функции дыхательной системы и может быть измерена при помощи спирометрии – специального теста, измеряющего объемы и скорости дыхания. Этот показатель важен для диагностики различных заболеваний легких и оценки физической подготовленности.

3. Шок: понятие, виды, первая помощь.

Шок - это состояние острой циркуляторной недостаточности, при котором кровообращение организма снижается до такой степени, что не обеспечивается достаточное количество кислорода и питательных веществ для нормального функционирования органов и тканей.

Виды шока:

Гиповолемический шок: Связан с сокращением объема циркулирующей крови, например, из-за кровопотери при травмах, ожогах или кровотечениях.

Кардиогенный шок: Обусловлен снижением сократимости сердечной мышцы, что может произойти из-за инфаркта миокарда или сердечной недостаточности.

Обструктивный шок: Возникает при затруднении оттока крови из сердца, например, из-за закрытой травмы груди или тромбоза легочной артерии.

Расширительный (септический) шок: Вызван инфекцией, которая приводит к расширению сосудов и снижению сосудистого сопротивления.

Анафилактический шок: Возникает при быстром развитии аллергической реакции, которая приводит к сосудистому расширению и снижению артериального давления.

Первая помощь при шоке:

Вызов скорой помощи: Немедленно вызывайте медицинскую помощь.

Обеспечение доступа кислорода: Поддержите дыхание пострадавшего, обеспечив ему доступ к свежему воздуху.

Положение пострадавшего: Если возможно, уложите пострадавшего на спину с поднятыми ногами, чтобы улучшить кровообращение в мозг.

Остановка кровотечения: Если есть кровотечение, остановите его при помощи давящих повязок, но не поднимайте поврежденные конечности выше уровня сердца.

Тепло: Постарайтесь сохранить пострадавшего в тепле, покрыв его одеждой или пледом.

Успокоение: Спокойно общайтесь с пострадавшим, предоставляйте ему поддержку и утешение.

Не давайте пострадавшему пить: Воздействие на животные инстинкты может ухудшить положение.

Помните, что шок - серьезное состояние, требующее немедленной медицинской помощи. Все действия по первой помощи должны быть выполнены осторожно, без лишнего напряжения и паники.

Билет №13

1. Понятие нормальная физиология. Основные этапы развития физиологии.

Нормальная физиология - это раздел биологической науки, изучающий нормальные физиологические функции, процессы и механизмы, обеспечивающие жизнедеятельность организма. Этот раздел науки описывает нормальные условия работы органов и систем организма в отсутствие заболеваний или патологических состояний.

Основные этапы развития физиологии:

Древнегреческая философия: Значительный вклад в понимание функций организма внесли древнегреческие философы, такие как Гиппократ и Гален. Гиппократ придавал большое значение естественным причинам заболеваний и занимался исследованием пульса. Гален расширил знания о физиологии, проводя эксперименты на животных.

Средние века: В средние века физиология не развивалась интенсивно, исследования велись в основном на основе работы Галена.

Возрождение: В период Возрождения в Европе в XIV-XVII веках начался научный взгляд на физиологию. Анатомические и физиологические исследования Леонардо да Винчи, Андреа Везалия, Уильяма Гарвея и других сыграли ключевую роль в понимании строения и функций организма.

XIX век: В этот период физиология претерпела революцию. Исследования физиологии нервной системы, кровообращения, дыхания, пищеварения и многих других функций организма привели к важным открытиям.

XX век: С развитием молекулярной биологии и биохимии в XX веке физиология стала более глубоко понимать молекулярные механизмы функций клеток и органов. Исследования в области генетики также внесли свой вклад в понимание физиологических процессов.

Современность: Современная физиология интегрирует данные с различных уровней организации, от молекул до систем органов. Исследования проводятся с использованием современных методов, таких как электрофизиология, магнитно-резонансная томография, генетические методы и другие.

Сегодня физиология играет ключевую роль в медицинской науке, биотехнологии, спорте и других областях, предоставляя важную информацию для понимания и поддержания здоровья человека.

2. Группы крови. Резус-фактор, его наследование.

Система групп крови основана на наличии или отсутствии определенных антигенов и антител в красных кровяных клетках. Существует несколько систем классификации групп крови, но наиболее широко используемой является система АВО и резус-фактора (Rh).

Система АВО:

- Группа А: Содержит антиген А на поверхности красных клеток и антитела к антигену В в плазме.
- Группа В: Содержит антиген В и антитела к антигену А.
- Группа АВ: Содержит оба антигена (А и В) и не имеет антител ни к антигену А, ни к антигену В.
- Группа О: Не содержит ни антигена А, ни антигена В, но имеет антитела к обоим антигенам.

Резус-фактор (Rh):

- Rh-положительные (Rh+): Если на поверхности красных клеток есть резус-антиген.
- Rh-отрицательные (Rh-): Если резус-антигена нет.

Наследование резус-фактора:

Наследование резус-фактора является генетическим процессом и определяется двумя аллелями: Rh+ и Rh-. Эти аллели обозначаются как D (если антиген присутствует) и d (если антигена нет).

- Если человек наследует один D-аллель от одного из родителей, то он будет Rh+.
- Если оба родителя передают своему потомку аллели d, то потомок будет Rh-.

Таким образом, человек с группой крови А, В, АВ или О может быть Rh+ или Rh-. Наследование резус-фактора происходит независимо от наследования группы крови по системе АВО.

3. Первая помощь при нарушениях дыхания и кровообращения. Симптомы нарушения кровообращения и остановки дыхания. Алгоритм действий.

Симптомы нарушения кровообращения:

- Бледность кожи.
- Холодный пот.
- Слабость и головокружение.
- Озноб.
- Снижение артериального давления.
- Одышка.
- Быстрый или нерегулярный пульс.
- Обморок или потеря сознания.

Симптомы остановки дыхания:

Отсутствие движения грудной клетки.

- Отсутствие дыхательных шумов.
- Отсутствие пульсации на сонной артерии (проверка на шее).
- Бледность кожи.
- Потеря сознания.

Алгоритм действий:

1. Позаботьтесь о своей безопасности.
2. Вызовите скорую помощь.
3. Начните оказывать первую помощь:

При нарушении дыхания:

- Освободите дыхательные пути от препятствий.
- Проверьте наличие дыхания.
- Начните искусственное дыхание (метод "рот в рот" или с использованием маски для искусственного дыхания).
- Продолжайте оказывать помощь до прибытия медицинского персонала.

При нарушении кровообращения:

- Положите пострадавшего на спину.
- Поднимите его ноги выше уровня головы (если нет травм шейного отдела позвоночника).
- Оденьте пострадавшего (если возможно).
- Продолжайте оказывать помощь до прибытия медицинского персонала.

4. Если необходимо, начните сердечно-легочную реанимацию (СЛР):

При отсутствии пульса:

- Начинайте проводить сердечные массаж и искусственное дыхание в соотношении 30:2.
- Продолжайте до восстановления нормального дыхания и пульсации или до прибытия скорой помощи.

5. Следуйте указаниям диспетчера скорой помощи, если вы находитесь на телефоне с ним.

Помните, что предоставление первой помощи при нарушениях дыхания и кровообращения является критически важным шагом для сохранения жизни пострадавшего до прибытия медицинских специалистов.

Билет №14

1. Организм человека как единое целое. Понятие о физиологической функции.

Организм человека рассматривается как сложная и взаимосвязанная система, где каждая часть выполняет свою уникальную функцию, способствуя общему благополучию организма. Этот взгляд подчеркивает важность взаимодействия органов и систем, чтобы поддерживать жизнедеятельность и адаптироваться к переменным условиям окружающей среды.

Физиологическая функция - это специфическое действие, которое выполняет орган или система органов для поддержания нормального функционирования организма. Физиология изучает эти функции на различных уровнях - от молекулярного до системного - чтобы понять, как они взаимодействуют и как обеспечивают жизненные процессы.

Примеры физиологических функций:

Дыхание: Обеспечивает поступление кислорода в организм и удаление углекислого газа.

Кровообращение: Переносит кислород и питательные вещества к клеткам, а также отводит отходы обмена веществ.

Пищеварение: Разлагает пищу на питательные вещества, которые могут быть усвоены клетками.

Выделение: Удаляет лишние и отходы организма через мочу, пот и другие выделительные продукты.

Нервная система: Регулирует и координирует деятельность органов и систем, передавая электрические импульсы.

Эндокринная система: Вырабатывает гормоны, регулирующие различные функции организма.

Опорно-двигательная система: Обеспечивает движение, поддержание тела и защиту внутренних органов.

Иммунная система: Защищает организм от инфекций и болезней.

Физиологические функции работают в тесном взаимодействии, обеспечивая гармоничное функционирование организма как единого целого. Изучение этих функций помогает понять, как организм адаптируется к различным условиям и поддерживает динамическое равновесие, известное как гомеостаз.

2. Физиология пищеварения. Фазы глотания. Виды моторики желудка.

Глотание - это координированный процесс, включающий несколько фаз:

Фаза препаративной подготовки:

На этой стадии пища подвергается механической обработке в полости рта с помощью языка и зубов.

Формируется пищевой комок, известный как болус.

Фаза фарингеальной глотки:

Болус переходит в глотку.

Задействованы мышцы глотки, которые сжимаются снизу вверх, а эпиглотис блокирует вход в трахею, чтобы предотвратить попадание пищи в дыхательные пути.

Фаза пищевода:

Болус перемещается вниз по пищеводу с помощью мускулатуры этого органа.

Виды моторики желудка:

Желудок является ключевым органом пищеварения, где происходит дальнейшая обработка пищи. Его стенки обладают несколькими видами моторики:

Тоническая моторика:

Это постоянное напряжение мышц стенок желудка.

Тонус обеспечивает сохранение небольшого количества пищи в желудке и поддерживает его форму.

Фазическая моторика:

Это ритмические сокращения мышц стенок желудка.

Фазическая моторика предназначена для перемешивания пищи и перемещения ее к пилорическому отверстию.

Перистальтика:

Это волнообразные сокращения мышц, направленные вниз по стенкам желудка.

Перистальтика способствует перемещению пищи из верхней части желудка к нижней и, в конечном итоге, к двенадцатиперстной кишке.

Отрыжка (эрукция):

Это процесс выброса излишков воздуха из желудка.

Происходит через отверстие, соединяющее желудок с пищеводом (кардиальное отверстие).

Все эти типы моторики согласованы для эффективной обработки пищи в желудке и последующего перевода ее в двенадцатиперстную кишку для дальнейшего пищеварения и усвоения.

3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел зависит от того, где и какое именно инородное тело застряло. Вот общий алгоритм действий:

Спокойствие:

Важно сохранять спокойствие, как при пострадавшем, так и у самого помощника.

Оценка ситуации:

Оцените, находится ли пострадавший в состоянии опасности, и убедитесь, что вы сами в безопасности.

Позыв за помощью:

Если возможно, вызовите скорую медицинскую помощь.

Проверка сознания:

Проверьте сознание пострадавшего. Если он без сознания, начните оказывать реанимационные мероприятия (искусственное дыхание и массаж сердца).

Проверка дыхания:

Если пострадавший дышит, убедитесь, что дыхательные пути свободны.

Проверка дыхательных путей:

Осмотрите полость рта и горла на наличие инородных тел. Если видно инородное тело, попробуйте его удалить.

Искусственное дыхание:

Если пострадавший не дышит, начните проводить искусственное дыхание. Проверьте, нет ли преграды при вдохе.

Позаботьтесь о проглотивших инородные тела:

Если инородное тело попало в дыхательные пути, и пострадавший кашляет, позвольте ему кашлять, чтобы самостоятельно избавиться от инородного тела.

Следите за симптомами и вызовите помощь:

Несмотря на проведенные мероприятия, вызовите скорую медицинскую помощь, чтобы пострадавшего осмотрели специалисты.

Не пытайтесь извлекать инородные тела:

Не пытайтесь извлекать инородные тела из горла, если они не видны, так как это может привести к дополнительному повреждению.

Важно помнить, что в случае попадания инородных тел в глаза, уши, нос, или другие части тела, следует избегать дополнительных травм и обратиться за медицинской помощью как можно скорее.

Билет №15

1. Обмен веществ и энергии (метаболизм): понятие. Катаболизм и анаболизм, их отличия.

Обмен веществ, или метаболизм, представляет собой совокупность химических реакций в организме, направленных на преобразование питательных веществ в энергию, строительные материалы и молекулы, необходимые для поддержания жизни и роста.

Катаболизм - это процессы разложения сложных молекул на более простые с целью выделения энергии.

Примеры катаболических процессов включают гликолиз, бета-окисление жирных кислот, и гидролиз белков.

Эти реакции обычно сопровождаются высвобождением энергии, которая затем используется для синтеза молекул АТФ (аденозинтрифосфата), основной энергетической валюты клетки.

Анаболизм - это процессы синтеза более сложных молекул из простых компонентов с использованием энергии.

Примеры анаболических процессов включают синтез белков, липидов, углеводов и нуклеиновых кислот.

Эти реакции обычно требуют затрат энергии, полученной в результате катаболических процессов.

Отличия между катаболизмом и анаболизмом:

Направление реакций:

Катаболизм направлен на разложение сложных молекул на более простые.

Анаболизм направлен на синтез более сложных молекул из простых компонентов.

Выделение/Потребление энергии:

Катаболические реакции обычно сопровождаются выделением энергии.

Анаболические реакции требуют затрат энергии.

Цель процессов:

Катаболизм обеспечивает высвобождение энергии, которая используется для поддержания жизненных процессов.

Анаболизм направлен на создание и рост клеток, восстановление тканей и хранение энергии.

Оба эти процесса тесно взаимосвязаны и регулируются организмом с целью обеспечения гомеостаза и эффективного использования энергии.

2. Ферменты: понятие, свойства, классификация.

Ферменты представляют собой белковые молекулы, которые служат катализаторами биохимических реакций в организме. Они ускоряют химические процессы, делая их более эффективными, и играют ключевую роль в регуляции метаболизма.

Свойства ферментов:

Специфичность:

Ферменты обладают высокой степенью специфичности, действуя на определенные субстраты и катализируя конкретные реакции.

Работа при низких концентрациях:

Ферменты могут действовать при низких концентрациях, так как они рециклируются в процессе реакции.

Регулируемость:

Активность ферментов может быть регулирована, например, путем аллостерического контроля или изменения их концентрации в клетке.

Активация энергии:

Ферменты понижают энергетический барьер для начала реакции, ускоряя ее протекание.

Классификация ферментов:

Ферменты классифицируются по типу реакции, которую они катализируют. Основные классы ферментов включают:

Оксидоредуктазы:

Катализируют окислительно-восстановительные реакции, передвигая электроны от одного вещества к другому.

Трансферазы:

Катализируют перенос функциональных групп между молекулами.

Гидролазы:

Катализируют гидролиз, разрушая связи с помощью воды.

Лиазы:

Участвуют в разрыве связей в молекулах без участия воды.

Изомеразы:

Катализируют перескакивание функциональных групп внутри молекулы.

Лигаза:

Обеспечивают сцепление двух молекул с использованием энергии АТФ.

Это основные классы ферментов, и каждый из них включает множество конкретных ферментов, катализирующих разнообразные биохимические реакции. Классификация ферментов является важной для понимания их функций в клеточных процессах и разработки лекарственных препаратов.

3. Вывих: понятие, симптомы. Первая помощь при вывихе.

Вывих представляет собой состояние, при котором концы суставных поверхностей костей теряют нормальное свое положение. Это может произойти вследствие травмы, несчастного случая или других факторов. Вывих может затронуть любой сустав в организме, включая плечевой, локтевой, тазобедренный, коленные суставы и др.

Симптомы вывиха:

Симптомы вывиха могут варьировать в зависимости от того, какой сустав затронут и насколько серьезна травма, но общие признаки могут включать:

Боль:

Острая, интенсивная боль в области вывихнутого сустава.

Отек и отекание:

Возможно, участок вокруг сустава станет отечным и набухнет.

Нарушение формы сустава:

Сустав может выглядеть неестественным, вытянутым или деформированным.

Невозможность двигаться:

Пострадавший может испытывать трудности или полное отсутствие возможности двигать конечностью, связанной с вывихом.

Синяки и краснота:

Возможны синяки и краснота вокруг вывихнутого сустава.

Первая помощь при вывихе:

Позовите скорую медицинскую помощь:

В случае вывиха важно вызвать профессиональную медицинскую помощь, так как необходимо правильное восстановление сустава.

Не пытайтесь устранить вывих:

Не пытайтесь самостоятельно выправить сустав, так как это может привести к дополнительным повреждениям.

Обеспечьте поддержку:

Пострадавшему следует предоставить поддержку и предотвратить движение сустава.

Наложите холод:

Наложите холодный компресс на место вывиха, это может помочь снизить отек и облегчить боль.

Фиксация:

Если возможно, фиксируйте сустав в покое, используя подушки, поддерживающие конечность в необходимом положении.

Оцените состояние пострадавшего:

Если есть признаки тяжелой травмы, такие как сильная боль, нарушение цвета кожи, онемение или охлаждение конечности, следует немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.

Вывих требует квалифицированного медицинского вмешательства для восстановления сустава и минимизации возможных последствий.

Билет №16

1. Пластический обмен: понятие, значение. Углеводы: понятие, функции.

Пластический обмен (или обмен веществ) - это комплекс биохимических процессов в организме, направленных на построение и обновление структурных компонентов клеток и тканей. Этот процесс включает в себя синтез белков, нуклеиновых кислот, липидов и других органических молекул, необходимых для роста, развития, восстановления и поддержания жизнедеятельности клеток.

Значение пластического обмена:

Рост и развитие:

Пластический обмен необходим для роста и развития организма, включая рост клеток и тканей.

Восстановление и ремонт:

После травмы, болезни или повреждения пластический обмен играет ключевую роль в восстановлении и ремонте поврежденных клеток и тканей.

Обновление клеток:

Различные ткани и органы в организме постоянно обновляются благодаря пластическому обмену, что поддерживает их функциональность.

Синтез биологически важных молекул:

Пластический обмен включает в себя синтез биологически важных молекул, таких как белки, фосфолипиды, нуклеотиды и другие, необходимые для нормального функционирования клеток.

Углеводы:

Углеводы (или сахара) - это один из классов органических соединений, состоящих из углерода, водорода и кислорода. Они являются важным источником энергии для организма.

Функции углеводов:

Энергетический источник:

Углеводы являются основным источником энергии для организма. Они разлагаются в организме до глюкозы, которая используется клетками для производства энергии.

Регуляция обмена веществ:

Инсулин, гормон, вырабатываемый поджелудочной железой, регулирует уровень глюкозы в крови, обеспечивая баланс энергии в организме.

Структурная функция:

Некоторые углеводы играют структурную роль в клетках и тканях, такие как целлюлоза в клеточных стенах растений и гликопротеины в клеточных мембранах.

Хранение энергии:

Гликоген, форма хранения углеводов в организме, сохраняет глюкозу в печени и мышцах в виде запасов энергии.

Поддержание функций мозга:

Глюкоза, получаемая из углеводов, является важным источником энергии для мозга.

Углеводы делятся на простые (моно- и дисахариды) и сложные (полисахариды), и их распределение в рационе человека влияет на общее здоровье и энергетический баланс организма.

2. Значение почек. Механизм мочеобразования.

Почки являются органами, выполняющими множество важных функций в организме человека. Вот некоторые из основных функций почек:

Фильтрация крови:

Почки фильтруют кровь, удаляя из нее лишние вещества, такие как мочевина, креатинин, соли и другие продукты обмена веществ.

Регуляция водно-электролитного баланса:

Почки регулируют концентрацию воды и электролитов в организме, поддерживая оптимальный уровень солей и жидкости.

Сохранение витаминов и минералов:

Почки участвуют в реабсорбции важных витаминов и минералов, возвращая их в кровь.

Регуляция кислотно-щелочного баланса:

Почки играют роль в поддержании оптимального кислотно-щелочного баланса в организме, выделяя избыток водорода и реабсорбируя бикарбонат.

Участие в регуляции кровяного давления:

Почки влияют на кровяное давление путем регулирования объема крови и выделения вазоконстрикторных веществ.

Секреция гормонов:

Почки вырабатывают ряд гормонов, таких как эритропоэтин, который стимулирует образование красных кровяных клеток в костном мозге, и ренин, который участвует в регуляции давления.

Участие в обмене веществ:

Почки участвуют в обмене веществ, в том числе в метаболизме глюкозы и аминокислот.

Механизм мочеобразования:

Мочеобразование - это сложный процесс, включающий несколько этапов:

Фильтрация:

Кровь поступает в почечные капилляры, где осуществляется первичная фильтрация. Основной фильтрующей структурой являются гломерулы, в которых происходит выделение жидкой части крови (префильтрата) в капсулу Боумена.

Реабсорбция:

Префильтрат, содержащий вещества, необходимые организму (глюкоза, соли, вода), проходит через почечные тубулы, где происходит реабсорбция этих веществ обратно в кровь.

Секреция:

Некоторые вещества (например, мочевины, креатинин) активно выделяются из крови в почечные тубулы в процессе секреции.

Концентрация мочи:

Происходит концентрация мочи в почечных тубулах, что зависит от потребности организма в сохранении воды.

Выделение мочи:

Завершающий этап, при котором сформированная моча выходит из почек и направляется в мочевой пузырь, откуда затем удаляется из организма.

Этот процесс позволяет поддерживать внутреннюю среду организма в оптимальном состоянии, удаляя избытки веществ и поддерживая баланс жидкости и электролитов.

3. Первая помощь при травмах в области позвоночника и таза.

Травмы в области позвоночника и таза могут быть серьезными и требуют осторожного и компетентного подхода. Ниже приведены общие рекомендации по первой помощи при таких травмах:

При травме в области позвоночника:

Не двигайте пострадавшего:

При подозрении на травму позвоночника избегайте любых попыток перемещения пострадавшего, так как это может привести к дополнительным повреждениям. Поддержите голову и шею, чтобы предотвратить их движение.

Вызовите скорую помощь:

Немедленно вызовите скорую медицинскую помощь и сообщите о том, что возможна травма позвоночника.

Обеспечьте дыхание:

Убедитесь, что у пострадавшего есть доступ к воздуху, и следите за его дыханием. При необходимости оказывайте искусственное дыхание.

Не давайте пострадавшему пить или кушать:

Воздержитесь от предоставления пищи или напитков пострадавшему, чтобы избежать риска аспирации (попадания пищи в дыхательные пути).

Поддерживайте пострадавшего в положении на спине:

Если нет необходимости в проведении медицинских процедур, поддерживайте пострадавшего в положении на спине, предоставляя ему максимально возможное комфортное положение.

При травме в области таза:

Вызовите скорую помощь:

В случае травмы таза немедленно вызовите скорую медицинскую помощь и сообщите о произошедшем.

Не перемещайте пострадавшего без необходимости:

Избегайте лишних движений пострадавшего, поскольку это может усугубить травму.

Предоставьте поддержку:

Если возможно, предоставьте пострадавшему поддержку и комфорт, используя подушки или другие подручные средства.

Контролируйте кровотечение:

При наличии кровотечения используйте подручные средства (повязки, тряпки) для оказания первой помощи и остановки кровотечения.

Не давайте пострадавшему пить или кушать:

Воздержитесь от предоставления еды и напитков пострадавшему до прибытия медицинской помощи.

Важно помнить, что в случае травмы позвоночника и таза первая помощь должна быть направлена на минимизацию дополнительных повреждений и обеспечение безопасного транспортирования пострадавшего специалистами медицинской помощи.

Билет №17

1. Энергетический обмен: понятие, значение, этапы.

Энергетический обмен — это процессы преобразования и передачи энергии в организме для обеспечения его жизнедеятельности. Энергия, полученная из пищи, используется клетками для поддержания метаболических процессов, теплопродукции, синтеза молекул и выполнения работы.

Энергетический обмен является критическим для поддержания жизни, поскольку энергия необходима для всех биологических процессов организма. Это включает в себя сокращение мышц, обновление клеток, транспорт веществ через мембраны, синтез белков и нуклеиновых кислот, а также поддержание постоянной температуры тела.

Этапы энергетического обмена:

Гликолиз:

Происходит в цитоплазме клетки, где молекула глюкозы разлагается до пирувата, сопровождаясь выделением небольшого количества энергии (АТФ).

Цикл Кребса (цикл кислородного обмена):

Пируват из гликолиза окисляется до углекислого газа в митохондриях, где выделяется более значительное количество энергии (в виде носителей электронов NADH и FADH₂).

Цепь транспорта электронов (окислительное фосфорилирование):

В митохондриях электроны, перенесенные из пирувата и цикла Кребса, используются для создания электрохимического градиента, который, в свою очередь, используется для синтеза большого количества АТФ.

Бета-окисление (разложение жирных кислот):

Жирные кислоты разлагаются на митохондриальной мембране, предоставляя дополнительные молекулы для цикла Кребса и цепи транспорта электронов.

Глюконеогенез и гликогенез:

Эти процессы включают синтез глюкозы из неглюкозных источников (глюконеогенез) или образование и хранение гликогена (гликогенез), который может быть разложен на глюкозу по мере необходимости.

Метаболизм аминокислот:

Аминокислоты, поступающие с пищей или высвобождающиеся при разложении белков, могут быть использованы для синтеза белков или превращены в молекулы, вовлеченные в цикл Кребса.

Эти этапы образуют сложную сеть метаболических процессов, обеспечивающих постоянное поступление энергии в организм и поддержание его жизнедеятельности.

2. Внимание: понятие, виды (произвольное, непроизвольное, послепроизвольное – особенности), качества.

Внимание — это психический процесс, направленный на выборочное восприятие определенных объектов, явлений или информации, при подавлении других воздействующих внешних и внутренних воздействий. Оно представляет собой активный, целенаправленный и сознательный процесс восприятия.

Виды внимания:

Произвольное внимание:

Осуществляется по собственному выбору человека. Это внимание, которое направлено на объект или задачу в результате сознательного усилия. Пример: сосредоточенное чтение книги.

Непроизвольное внимание:

Обусловлено внешними стимулами и не зависит от воли человека. Это моментальная реакция на нечто неожиданное или яркое в окружающей среде. Пример: реакция на внезапный звук.

Послепроизвольное внимание:

Вид внимания, который возникает после завершения произвольного внимания. То есть человек сохраняет интерес или внимание к объекту даже после того, как он перестал активно фокусироваться на нем. Пример: вспоминание информации, которую вы узнали ранее.

Особенности видов внимания:

Произвольное внимание характеризуется активным управлением вниманием сознательно, исходя из поставленных целей.

Непроизвольное внимание чаще всего связано с внешними факторами и не требует сознательного управления. Это реакция на яркие, неожиданные или важные стимулы.

Послепроизвольное внимание проявляется в способности сохранять интерес к объекту, даже когда человек уже не активно сосредотачивается на нем.

Качества внимания:**Концентрация:**

Способность сосредотачиваться на одном объекте, задаче или идее, исключая второстепенные воздействия.

Устойчивость:

Способность сохранять внимание на задаче или объекте в течение продолжительного времени.

Распределение:

Возможность распределять внимание между несколькими задачами или объектами.

Переключение:

Способность быстро переключаться между различными объектами или видами внимания.

Селективность:

Способность выбирать, на что сосредотачиваться, и игнорировать ненужные стимулы.

Развитие и контроль внимания важны для эффективной работы мозга и успешного выполнения разнообразных задач в повседневной жизни.

3. Понятие, виды кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечении.

Кровотечение — это процесс непроизвольной утраты крови из кровеносных сосудов, который может быть вызван различными причинами, включая травмы, хирургические вмешательства, или болезни. Кровотечение является серьезным состоянием и требует немедленного вмешательства.

Виды кровотечений:**Артериальные кровотечения:**

Характеризуются пульсирующим потоком крови, так как артерии переносят кровь от сердца. Такие кровотечения могут быть тяжелыми и быстро привести к большой утрате крови.

Венозные кровотечения:

Характеризуются более медленным, неппульсирующим потоком крови. Вены переносят кровь к сердцу, и кровотечение из вены может быть стабильным, но также может быть значительным.

Капиллярные кровотечения:

Происходят из мелких капилляров. Обычно менее серьезны и чаще всего прекращаются самостоятельно или с небольшой помощью.

Оказание первой помощи при кровотечении:**Вызовите скорую помощь:**

Немедленно вызовите экстренную медицинскую помощь, указав, что происходит кровотечение.

Оцените ситуацию:

Оцените объем и интенсивность кровотечения, чтобы понять, насколько серьезной является ситуация.

Поднимите конечность:

Если кровотечение происходит из конечности, поднимите ее выше уровня сердца. Это может помочь уменьшить кровоток.

Наложите давящий бинт:

Наложите чистый материал (перевязочный материал, чистую ткань и т.д.) на место кровотечения.

Накладывайте давление прямо на место кровотечения с использованием рук или, если возможно, при помощи бинта.

Если возможно, используйте перчатки для предотвращения заражения.

Наложите повязку:

Поверх давящего бинта наложите повязку и зафиксируйте ее, чтобы держать давление на месте.

Если кровотечение не прекращается, усильте давление на повязку.

Не открывайте повязку:

После наложения повязки не поднимайте ее, чтобы не сорвать образовавшийся тромб.

Успокаивайте пострадавшего:

Успокойте пострадавшего, поскольку стресс может усилить кровотечение.

Ожидайте прибытия скорой помощи:

После оказания первой помощи ожидайте прибытия профессиональных медицинских работников.

Важно помнить, что первая помощь при кровотечении должна быть оказана как можно быстрее, чтобы предотвратить слишком большую утрату крови и смягчить возможные последствия.

Билет №18

1. Гомеостаз: понятие, основные показатели гомеостаза.

Гомеостаз — это стремление организма к поддержанию относительной постоянности внутренней среды в условиях изменяющейся внешней среды. Этот процесс обеспечивает стабильность внутренних параметров организма, таких как температура тела, уровень глюкозы в крови, кислотно-основное равновесие, и многих других, в пределах узких физиологических диапазонов.

Основные показатели гомеостаза:

Температура тела:

Организм стремится поддерживать постоянную температуру тела, несмотря на изменения в окружающей среде. Регуляция температуры осуществляется через механизмы потоотделения, регуляции кровотока и термогенеза.

Уровень глюкозы в крови:

Глюкоза — основное энергетическое вещество для клеток. Гомеостаз уровня глюкозы контролируется панкреасом с помощью инсулина и глюкагона.

Кислотно-основное равновесие:

Кислотно-основное равновесие крови поддерживается буферными системами и регуляцией выведения углекислого газа через легкие.

Осмотическое давление:

Гомеостаз осмотического давления в крови регулируется уровнем воды и электролитов в организме.

Давление крови:

Система регуляции артериального давления поддерживает необходимый кровоток и обеспечивает нормальное кровоснабжение тканей.

Электролитный баланс:

Концентрации электролитов (натрия, калия, хлора и др.) в организме поддерживаются на определенном уровне для нормального функционирования клеток и органов.

Уровень кислорода в крови:

Гомеостаз кислорода в крови регулируется дыхательной системой, контролирующей уровень кислорода и углекислого газа.

Объем и состав крови:

Организм поддерживает стабильный объем и состав крови, что важно для эффективного транспорта кислорода, питательных веществ и других важных компонентов.

Эти параметры регулируются различными системами организма, такими как эндокринная, нервная, дыхательная, и др., чтобы обеспечивать стабильность внутренней среды и поддерживать оптимальные условия для жизнедеятельности клеток.

2. Нервная система: отделы головного мозга – функции.

Головной мозг является ключевой частью центральной нервной системы и управляет многими функциями организма. Головной мозг делится на несколько отделов, каждый из которых отвечает за определенные функции. Вот основные отделы головного мозга и их функции:

1. Мозжечок (Cerebellum):

Функции:

Контроль координации движений.
Регуляция равновесия и постуральные реакции.
Участие в формировании моторной памяти.

2. Мозговой ствол (Brainstem):

Функции:

Регуляция базовых жизненно важных функций, таких как дыхание, сердечная деятельность, и пищеварение.

Передача сигналов между мозгом и остальным телом.

Участие в регуляции уровня сознания.

3. Долгая мозг (Medulla Oblongata):

Функции:

Контроль функций, таких как дыхание, сердечная деятельность и рефлексы.
Регуляция многих автономных функций организма.

4. Мост (Pons):

Функции:

Участие в координации движений и передаче нервных сигналов от мозжечка к другим частям головного мозга.

Регуляция сна и бодрствования.

5. Средний мозг (Midbrain):

Функции:

Участие в регуляции аудиовизуальных рефлексов и движений глаз.

Формирование реакций на болевые и тактильные стимулы.

6. Диэнцефалон (Diencephalon):

Включает гипоталамус и таламус.

Гипоталамус:

Регуляция внутренней среды организма (гомеостаз).

Участие в эндокринной системе и выделении гормонов.

Управление аппетитом, сном и эмоциями.

Таламус:

Relay-центр для передачи сенсорной информации от органов чувств к коре головного мозга.

7. Лимбическая система (Limbic System):

Включает гиппокамп, амигдалу и другие структуры.

Участие в регуляции эмоций, памяти и мотивации.

Влияние на формирование поведенческих реакций и обучение.

8. Кора головного мозга (Cerebral Cortex):

Функции:

Высшие психические функции, включая мышление, речь, восприятие и решение проблем.

Обработка сенсорной информации.

Контроль движений тела.

Эти различные отделы головного мозга работают взаимосвязанно, обеспечивая нормальное функционирование организма. Отделы выполняют разнообразные функции, и их совместная работа обеспечивает сложные процессы мышления, поведения и поддержания жизненных функций.

3. Эпилептический приступ: понятие, оказание первой помощи.

Эпилептический приступ - это кратковременное изменение функций мозга, вызывающее разнообразные симптомы, такие как конвульсии, изменение сознания, поведенческие изменения или восприятие. Происходит из-за временных изменений в электрической активности мозга.

Оказание первой помощи при эпилептическом приступе:

Соберите информацию:

Удостоверьтесь, что вы находитесь в безопасном месте и не представляете опасности для себя и пострадавшего. Убедитесь, что рядом нет острых предметов или преград.

Не оставляйте пострадавшего одного:

Оставайтесь рядом с пострадавшим. Не покидайте его во время приступа.

Постарайтесь обезопасить пострадавшего:

Если возможно, убедитесь, что вокруг пострадавшего нет опасных предметов, которые он может травмировать во время приступа. Положите его на мягкую поверхность.

Не вмешивайтесь в процесс:

Не пытайтесь удерживать или фиксировать движущиеся конечности пострадавшего. Это может привести к травмам.

Постарайтесь устранить опасность вокруг:

Если возможно, осторожно уберите близлежащие опасные предметы, чтобы предотвратить травмы пострадавшего.

Зафиксируйте время приступа:

Помните время начала приступа. Если приступ продолжается более 5 минут, вызовите медицинскую помощь.

Подложите под голову мягкую подушку или одежду:

Это может предотвратить травмы головы в случае падения.

После приступа:

После того как приступ закончится, поместите пострадавшего в боковое положение (позу безопасности), чтобы предотвратить задохание в случае рвоты.

Оцените обстоятельства:

Помните, что эпилептический приступ может быть запоминающимся для пострадавшего, и он может потребовать поддержки и понимания после события.

Вызовите медицинскую помощь, если это необходимо:

Если приступ длится более 5 минут, если происходит один за другим (серийные приступы), или если пострадавший травмируется во время приступа, немедленно вызовите медицинскую помощь.

Важно помнить, что каждый эпилептический приступ индивидуален, и первая помощь может варьировать в зависимости от конкретной ситуации.

Билет №19

1. Понятие нормальная физиология. Понятие «норма», «функция».

Нормальная физиология - это область биологической науки, изучающая нормальные функции живых организмов и их частей. Эта дисциплина занимается тем, как органы и системы организма работают в нормальных условиях для поддержания жизнедеятельности. Нормальная физиология описывает нормы и стандартные функции, которые считаются здоровыми для данного вида или организма.

Понятие "Норма":

Общее понимание:

Норма представляет собой стандарт, установленный для определенного явления или состояния, который считается типичным, здоровым или желаемым. В физиологии норма может относиться к диапазону значений какого-то параметра, который считается оптимальным для поддержания нормальной жизнедеятельности.

Нормальные параметры:

В медицинском контексте "норма" может относиться к диапазону значений какого-то физиологического параметра, который считается здоровым для большинства людей.

Например, нормальное артериальное давление, температура тела, уровень глюкозы в крови - все это параметры, которые имеют определенные нормальные диапазоны.

Понятие "Функция":

Общее понимание:

Функция описывает работу или задачу, выполняемую чем-то в организме или системе. В контексте физиологии, функции органов, тканей и систем описывают, как они выполняют свои биологические задачи для поддержания нормальной жизнедеятельности.

Примеры функций:

Функция сердца - перекачивать кровь по организму для обеспечения тканей кислородом и питательными веществами.

Функция легких - обеспечивать обмен газами, в частности, поступление кислорода и выведение углекислого газа из организма.

Функция почек - фильтрация крови, регуляция водно-электролитного баланса и выведение отходов метаболизма.

Функция пищеварительной системы - переваривание пищи и усвоение питательных веществ.

В целом, понятия "норма" и "функция" в физиологии тесно связаны: "норма" определяет ожидаемый уровень параметров, а "функция" описывает, как органы и системы работают, чтобы поддерживать эти нормы.

2. Пищеварительные ферменты: амилаза, протеазы, липаза.

Пищеварение - это сложный процесс, в ходе которого пища разлагается на более простые компоненты для их усвоения организмом. Ферменты играют ключевую роль в этом процессе, ускоряя химические реакции разложения различных видов пищи. Вот три основных пищеварительных фермента:

Амилаза:

- Место действия: Амилаза воздействует на углеводы.
- Место производства: Преимущественно вырабатывается в слюнистых оболочках рта (главным образом в слюне) и поджелудочной железе.
- Действие: Разлагает полисахариды, такие как крахмал и гликоген, на простые сахара, такие как мальтоза и глюкоза.

Протеазы (пептидазы):

- Место действия: Протеазы воздействуют на белки (протеины).
- Место производства: Производятся в желудке (главным образом пепсин) и поджелудочной железе.
- Действие: Разбивают белки на более мелкие полипептиды и аминокислоты.

Липаза:

- Место действия: Липаза воздействует на жиры (липиды).
- Место производства: Преимущественно вырабатывается в поджелудочной железе.
- Действие: Разлагает жиры на глицерол и жирные кислоты, облегчая их усвоение организмом.

Эти ферменты работают в разных частях пищеварительной системы и выполняют специфические функции в процессе пищеварения. Например, амилаза начинает

разложение углеводов в полости рта, протеазы активируются в желудке для расщепления белков, а липаза помогает в разложении жиров в тонком кишечнике. Эти ферменты совместно обеспечивают эффективное пищеварение и усвоение необходимых питательных веществ организмом.

3. Пневмоторакс: понятие, виды. Первая помощь.

Пневмоторакс - это состояние, при котором воздух попадает в плевральную полость (пространство между легкими и внутренней поверхностью грудной клетки), что приводит к утрате давления в этом пространстве. Это может вызвать коллапс легкого и создать проблемы с дыханием.

Виды пневмоторакса:

Закрытый пневмоторакс:

Воздух попадает в плевральную полость, но не имеет прямого контакта с внешней средой. Это может произойти, например, при переломе ребра, который проникает в легкое и вызывает утечку воздуха в плевральную полость.

Открытый пневмоторакс:

Внешняя среда имеет доступ к плевральной полости через открытое ранение в грудной клетке, что приводит к потере давления и коллапсу легкого.

Напряженный пневмоторакс:

Это серьезное состояние, при котором воздух накапливается в плевральной полости, но не может выходить. Это может создать давление на органы грудной полости и веноз возврата к сердцу, что затрудняет кровообращение.

Первая помощь при пневмотораксе:

Вызовите медицинскую помощь:

Немедленно вызывайте скорую помощь.

Обеспечьте поддержку для пострадавшего:

Помогите пострадавшему сесть в удобное положение, поддерживая его, чтобы облегчить дыхание.

Помощь в дыхании:

Если пострадавший затрудняется дышать, попробуйте обеспечить искусственную вентиляцию (метод "рот в рот" или использование маски для искусственного дыхания).

Не удаляйте имеющиеся внутри тела предметы:

Не пытайтесь извлекать предметы, находящиеся в ране, чтобы избежать усиления утечки воздуха.

Накройте рану:

Если есть открытая рана, попробуйте наложить на нее стерильный материал и фиксировать, чтобы уменьшить поступление воздуха.

Поддержка шокирующего состояния:

Поддерживайте пострадавшего, предотвращая возможное шоковое состояние.

Не давайте пострадавшему курить или принимать глубокие вдохи:

Это может усугубить ситуацию, увеличивая утечку воздуха.

Важно помнить, что пневмоторакс требует срочной медицинской помощи, и первая помощь направлена на поддержание пострадавшего до прибытия скорой помощи.

Билет №20**1. Пластический обмен: понятие, значение. Липиды: понятие, функции.**

Пластический обмен - это процессы обновления и роста клеток и тканей в организме. В ходе пластического обмена происходят синтез новых молекул и структур, необходимых для поддержания и развития организма. Этот обмен включает в себя процессы белкового синтеза и образования клеточных структур.

Значение пластического обмена:

Рост и развитие: Пластический обмен играет ключевую роль в росте и развитии организма, обеспечивая создание новых клеток и тканей.

Регенерация: При повреждениях или травмах пластический обмен позволяет организму восстанавливать поврежденные ткани.

Адаптация: Пластический обмен также позволяет организму адаптироваться к изменяющимся условиям, обеспечивая создание необходимых структур для приспособления.

Липиды:

Липиды - это группа органических молекул, которые включают в себя жиры, масла, фосфолипиды и стероиды. Липиды выполняют разнообразные функции в организме и являются важным компонентом клеточных мембран.

Функции липидов:

Хранение энергии: Жиры служат запасом энергии в организме. Они могут быть мобилизованы при необходимости, например, во время голодания.

Структурные компоненты мембран: Фосфолипиды являются основными строительными блоками клеточных мембран, обеспечивая их структурную целостность.

Изоляция: Липиды служат теплоизоляцией, помогая поддерживать температуру тела.

Транспорт витаминов: Некоторые липиды участвуют в транспорте растворимых в жирах витаминов (например, витаминов А, D, Е, К).

Сигнальные молекулы: Некоторые липиды, такие как эйкозаноиды, могут действовать как сигнальные молекулы, участвуя в регуляции различных процессов в организме.

Липиды представляют собой важный класс органических соединений, играющих ключевую роль в множестве биологических процессов и обеспечивающих различные аспекты здоровья и функционирования организма.

2. Высшая нервная деятельность: понятие, значение. Память: понятие, виды.

Высшая нервная деятельность - это сложные психические процессы, которые включают в себя высшие формы мышления, восприятия, внимания, решение проблем, обучение и память. Она связана с работой коры головного мозга и включает в себя высшие когнитивные функции.

Значение высшей нервной деятельности:

Мышление: Способность анализа, синтеза информации, логического и творческого мышления.

Восприятие: Обработка входящей сенсорной информации из окружающей среды.

Планирование и принятие решений: Способность планировать действия и принимать решения на основе анализа информации.

Обучение: Способность усваивать новые знания и навыки.

Память:

Память - это способность организма сохранять и восстанавливать информацию о прошлом. Она является важным аспектом высшей нервной деятельности и играет роль в формировании нашего опыта и поведения.

Виды памяти:

Сенсорная память: Краткосрочная память, которая сохраняет входящую сенсорную информацию, такую как звуки, образы, запахи, на короткое время.

Краткосрочная память: хранит ограниченное количество информации на короткий период времени, например, номер телефона, который вы только что прочитали.

Долгосрочная память: хранит информацию на длительный срок. Включает в себя процессы консолидации и организации информации.

Процедурная память: отвечает за сохранение навыков и умений, таких как вождение автомобиля или велосипеда.

Эпизодическая память: хранит информацию о конкретных событиях, происходивших в определенное время и место.

Рабочая память: Способность удерживать и манипулировать информацией в процессе выполнения задач.

Память является важным элементом высшей нервной деятельности, обеспечивая нам способность извлекать, использовать и строить наши знания и опыт.

3. Первая помощь при укусах насекомых.

Укусы насекомых могут вызвать раздражение, зуд, боль и в некоторых случаях аллергическую реакцию. Первая помощь при укусах насекомых может помочь облегчить симптомы. Вот рекомендации:

Удалите жало:

Если жало осталось в коже, аккуратно его удалите. Не используйте для этого пинцет, так как это может вызвать выделение большего количества яда. Лучше используйте ноготь или что-то подобное.

Мытье места укуса:

Тщательно вымойте укушенное место теплой водой и мягким мылом. Это поможет уменьшить риск инфекции.

Холод:

Нанесите холод на укушенное место, например, при помощи холодного компресса. Это может помочь уменьшить отек и облегчить боль.

Антисептик:

После мытья укушенного места, нанесите антисептик или антисептическое средство, чтобы предотвратить возможное заражение.

Избегайте чесания:

Постарайтесь избегать чесания укушенного места, чтобы предотвратить возможное введение инфекции.

Противозудные кремы или лосьоны:

Если зуд интенсивен, можно использовать противозудные кремы или лосьоны. Однако, перед использованием, проконсультируйтесь с врачом.

Антигистаминные препараты:

Если у вас развивается аллергическая реакция (например, отек, затрудненное дыхание), примените антигистаминные препараты. В случае тяжелых симптомов, обратитесь за медицинской помощью.

Компресс с содой:

Компресс с разведенной водой и содой может помочь уменьшить зуд и раздражение.

Избегайте аллергенов:

Если у вас известна аллергия на укусы насекомых, старайтесь избегать контакта с ними. Носите защитную одежду и используйте репелленты.

Медицинская помощь:

Если укус вызывает серьезные реакции, такие как аллергия, отек горла или затрудненное дыхание, немедленно вызовите скорую помощь.

В случае любых сомнений или серьезных реакций, важно обратиться к врачу для получения профессиональной медицинской помощи.

Билет №21

1. Гиповитаминозы: понятие, признаки. Витамин D.

Гиповитаминозы - это состояния, вызванные дефицитом определенных витаминов в организме. Они могут возникнуть из-за недостаточного поступления витаминов с пищей, нарушения поглощения витаминов в желудочно-кишечном тракте, а также из-за увеличенных потребностей организма.

Признаки гиповитаминозов:

Слабость и усталость: Один из общих признаков дефицита витаминов - это общая слабость и ухудшение физической выносливости.

Проблемы с кожей: Сухость кожи, шелушение, раздражение и другие проблемы могут быть связаны с дефицитом определенных витаминов.

Проблемы со зрением: Недостаток некоторых витаминов может повлиять на зрение и здоровье глаз.

Проблемы с зубами и деснами: Дефицит витамина C, например, может привести к кровоточивости десен и другим проблемам с полостью рта.

Изменения в волосах и ногтях: Хрупкость ногтей, потеря волос и другие проблемы могут быть связаны с дефицитом витаминов.

Анемия: Недостаток витаминов, таких как витамин B12 и железо, может привести к развитию анемии.

Проблемы с пищеварением: Дефицит витаминов может вызвать нарушения в пищеварительной системе, что может проявиться в форме диареи, запоров и др.

Витамин D:

Витамин D является важным витамином, который играет ключевую роль в кальциевом обмене и здоровье костей. Он может быть синтезирован организмом при воздействии ультрафиолетовых лучей солнца, а также поступает с пищей и добавками.

Признаки дефицита витамина D:

Остеопороз и остеомалиция: Дефицит витамина D может привести к ухудшению костной структуры и мягкости костей.

Мышечная слабость: Недостаток витамина D может сопровождаться слабостью мышц и болями в суставах.

Проблемы с зубами: Дефицит витамина D может повлиять на формирование и здоровье зубов.

Снижение иммунитета: Витамин D также влияет на иммунную систему, и его дефицит может сделать организм более уязвимым к инфекциям.

Нарушения психического состояния: Некоторые исследования связывают дефицит витамина D с нарушениями психического здоровья, такими как депрессия.

Проблемы с сосудами и сердцем: Некоторые исследования показывают, что недостаток витамина D может повлиять на здоровье сосудов и сердца.

Важно подчеркнуть, что самолечение и прием витаминов без медицинского назначения могут быть вредными. При подозрении на дефицит витаминов следует обратиться к врачу для профессиональной консультации и лечения.

2. Значение почек. Понятие «выделение». Механизмы образования мочи.

Почки - это парные органы мочеобразования в организме человека. Они выполняют ряд важных функций, играя ключевую роль в поддержании внутренней среды организма. Некоторые из основных функций почек включают:

Фильтрация крови: Почки фильтруют кровь, удаляя из нее отходы, лишнюю воду и электролиты.

Образование мочи: Почки участвуют в формировании мочи, конечного продукта фильтрации крови.

Регуляция объема жидкости: Почки контролируют объем жидкости в организме, регулируя количество воды, которая выводится в моче.

Регуляция электролитов: Почки помогают поддерживать баланс электролитов в организме, таких как натрий, калий и кальций.

Управление кровяным давлением: Почки участвуют в регуляции кровяного давления путем контроля объема крови и выделения веществ, которые влияют на сосудистый тонус.

Образование эритропоэтина: Почки вырабатывают эритропоэтин, который стимулирует образование красных кровяных клеток в костном мозге.

Выделение - это процесс удаления избыточных и ненужных веществ из организма через мочу. Это важная часть функции почек, где отфильтрованные из крови вещества, такие как мочевины, креатинин, соли и другие отходы, выводятся из организма вместе с мочой.

Механизмы образования мочи:

Фильтрация: Кровь проходит через гломерулы почечных капсул, где происходит первичная фильтрация. В результате этого процесса в капсуле образуется первичная моча, содержащая вещества, которые нужно вывести из организма.

Реабсорбция: По мере прохождения первичной мочи через почечные каналы, происходит реабсорбция (возвращение) важных веществ, таких как глюкоза, натрий и вода. Это происходит для сохранения необходимых компонентов организма.

Секреция: Некоторые вещества, такие как лишняя мочеви́на и калий, могут быть активно выделены (секретированы) из крови в почечные канальцы, чтобы предотвратить их накопление в организме.

Формирование окончательной мочи: После прохождения всех этапов обработки в почках, окончательная моча собирается в почечных лоханках и выходит из почек в мочеточники. Отсюда моча поступает в мочевой пузырь и, в конечном итоге, выводится из организма через уретру.

Механизмы образования мочи позволяют почкам поддерживать внутреннюю среду организма, удалять лишние вещества и поддерживать важные балансы в организме.

3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел зависит от того, где и какое именно инородное тело застряло. Вот общий алгоритм действий:

Спокойствие:

Важно сохранять спокойствие, как при пострадавшем, так и у самого помощника.

Оценка ситуации:

Оцените, находится ли пострадавший в состоянии опасности, и убедитесь, что вы сами в безопасности.

Позыв за помощью:

Если возможно, вызовите скорую медицинскую помощь.

Проверка сознания:

Проверьте сознание пострадавшего. Если он без сознания, начните оказывать реанимационные мероприятия (искусственное дыхание и массаж сердца).

Проверка дыхания:

Если пострадавший дышит, убедитесь, что дыхательные пути свободны.

Проверка дыхательных путей:

Осмотрите полость рта и горла на наличие инородных тел. Если видно инородное тело, попробуйте его удалить.

Искусственное дыхание:

Если пострадавший не дышит, начните проводить искусственное дыхание. Проверьте, нет ли преграды при вдохе.

Позаботьтесь о проглотивших инородные тела:

Если инородное тело попало в дыхательные пути, и пострадавший кашляет, позвольте ему кашлять, чтобы самостоятельно избавиться от инородного тела.

Следите за симптомами и вызовите помощь:

Несмотря на проведенные мероприятия, вызовите скорую медицинскую помощь, чтобы пострадавшего осмотрели специалисты.

Не пытайтесь извлекать инородные тела:

Не пытайтесь извлекать инородные тела из горла, если они не видны, так как это может привести к дополнительному повреждению.

Важно помнить, что в случае попадания инородных тел в глаза, уши, нос, или другие части тела, следует избегать дополнительных травм и обратиться за медицинской помощью как можно скорее.

Билет №22**1. Физиология: понятие, задачи, методы исследования.**

Физиология - это наука, изучающая нормальные функции живых организмов и их органов. Она занимается изучением механизмов и процессов, лежащих в основе жизни, роста, развития, функционирования и взаимодействия организмов с окружающей средой.

Задачи физиологии:

Изучение функций органов и систем организма: Физиология стремится понять, как работают различные органы и системы, включая нервную, кардиоваскулярную, дыхательную, пищеварительную системы и др.

Исследование механизмов регуляции: Физиология изучает механизмы, с помощью которых организм поддерживает стабильность внутренней среды (гомеостаз) и реагирует на изменения внешней среды.

Анализ адаптации к условиям окружающей среды: Физиология интересуется тем, как организмы приспосабливаются к различным условиям среды, включая изменения температуры, высоты, наличие пищи и воды и другие факторы.

Изучение взаимодействия между клетками и органами: Физиология исследует взаимодействие на уровне клеток, тканей и органов для понимания общей координации и функционирования организма.

Понимание механизмов болезней: Изучение физиологии позволяет лучше понимать механизмы различных заболеваний и разрабатывать методы их лечения и профилактики.

Методы исследования в физиологии:

Электрофизиологические методы: Измерение электрической активности клеток и тканей с использованием электродов.

Гормональные методы: Изучение роли гормонов в регуляции различных функций организма.

Иммунологические методы: Анализ взаимодействия иммунной системы с инфекциями и другими внешними воздействиями.

Биохимические методы: Исследование химических процессов, происходящих в клетках и тканях.

Методы изображения: Использование технологий, таких как магнитно-резонансная томография (МРТ) и компьютерная томография (КТ), для визуализации внутренних органов и структур.

Физические методы: Измерение физических параметров, таких как температура, давление, объем и др.

Генетические методы: Исследование роли генов в физиологических процессах.

Использование разнообразных методов позволяет физиологам получать глубокие исследования о функциональных аспектах живых систем.

2. Витамины, гиповитаминозы: понятие. Гиповитаминоз витамина А.

Витамины - это органические соединения, необходимые для нормального функционирования организма. Они выполняют ключевые функции в регуляции метаболических процессов и поддержании здоровья. Витамины не синтезируются в достаточных количествах организмом и должны поступать с пищей.

Гиповитаминоз - это состояние, характеризующееся недостаточным поступлением витаминов в организм, что приводит к различным нарушениям в работе органов и систем.

Гиповитаминоз витамина А:

Витамин А (ретинол) является важным витамином, необходимым для нормального функционирования зрения, роста, развития, иммунной системы и репродуктивной системы.

Признаки гиповитаминоза витамина А могут включать:

Нарушения зрения: Ночная слепота или ухудшение темновой адаптации.

Сухость и раздражение глаз: Могут возникнуть сухость конъюнктивы и повышенная чувствительность к свету.

Проблемы с кожей: Сухость кожи, шелушение.

Снижение иммунитета: Повышенная восприимчивость к инфекциям.

Проблемы с ростом и развитием: Возможны у детей.

Снижение аппетита: Возможна потеря аппетита.

Проблемы с репродуктивной системой: могут возникнуть у женщин в виде нарушений менструального цикла.

Продукты, богатые витамином А:

- Желтки яиц
- Печень (особенно морских рыб)
- Морковь
- Сладкий картофель
- Шпинат
- Манго
- Кабачки

В случае подозрения на гиповитаминоз, важно проконсультироваться с врачом для диагностики и принятия соответствующих мер, включая коррекцию питания или прием витаминных добавок.

3. Понятие, признаки перелома. Первая помощь при переломах.

Перелом - это нарушение целостности костей, вызванное механическим воздействием, травмой или перегибом. Переломы могут быть открытыми (когда кость проникает через кожу) или закрытыми (когда кожа не повреждена).

Признаки перелома:

Боль:

Острая, интенсивная боль в области перелома.

Отек и синяк:

Покраснение, отек и синяк вокруг места перелома.

Неправильная форма конечности или сустава:

Поврежденная конечность или сустав может выглядеть иначе, чем здоровая.

Ограниченная подвижность:

Затрудненное или невозможное движение в области перелома.

Хруст или шум:

Иногда при переломе слышен звук хруста или треска.

Первая помощь при переломах:

Вызов скорой помощи:

Перед предоставлением первой помощи вызовите скорую помощь.

Оценка ситуации:

Оцените степень травмы и обеспечьте безопасность для пострадавшего и окружающих.

Иммобилизация:

Не пытайтесь вправлять кость.

Зафиксируйте конечность в том положении, в котором она была при обнаружении перелома.

Используйте подручные средства (доски, подушки) для фиксации конечности.

Применение холода:

Если есть отек, наложите лед в течение 15-20 минут с перерывами.

Повышение конечности:

Если это возможно, поддерживайте поврежденную конечность в поднятом положении.

Предоставление поддержки:

Поддержите пострадавшего, предоставив ему возможность сидеть или лежать, при необходимости предоставьте поддержку головы.

Контроль за состоянием:

Следите за общим состоянием пострадавшего, предоставляйте ему успокаивающую поддержку до прибытия скорой помощи.

Важно помнить, что оказание первой помощи при переломах требует осторожности, и важно не нанести дополнительный вред. Основная цель - обеспечить безопасность пострадавшего и предоставить ему необходимую медицинскую помощь.

Билет №23**1. Гомеостаз: понятие, основные показатели гомеостаза.**

Гомеостаз - это способность организма поддерживать относительную стабильность внутренней среды в условиях меняющихся внешних и внутренних условий. Гомеостаз важен для обеспечения оптимальных условий для функционирования клеток и органов. Это достигается посредством различных регуляторных механизмов и обратных связей.

Основные показатели гомеостаза:

Температура тела: Организм стремится поддерживать постоянную температуру, что важно для оптимальной активности ферментов и клеточных процессов. Терморегуляция осуществляется системой потоотделения, расширением или сужением сосудов и механизмами теплообразования.

Уровень глюкозы в крови: Гомеостаз уровня глюкозы поддерживается с помощью инсулина и глюкагона, которые регулируют уровень сахара в крови.

Уровень электролитов: Натрий, калий, хлор и другие электролиты поддерживаются на определенном уровне, что важно для функционирования нервной и мускульной систем, а также для поддержания водно-электролитного баланса.

Кислотно-щелочной баланс: РН крови поддерживается в определенных пределах, что необходимо для нормального функционирования ферментов и других биологических молекул.

Давление крови: Сердечно-сосудистая система поддерживает стабильное давление крови, что важно для обеспечения доставки кислорода и питательных веществ к клеткам.

Осмотическое давление: Осмотическое давление в крови поддерживается за счет баланса между растворенными веществами и водой, что влияет на обмен веществ в клетках.

Уровень гормонов: Гормональный баланс поддерживается для регуляции различных функций в организме, таких как метаболизм, рост и размножение.

Гомеостатические механизмы обеспечивают поддержание определенных параметров внутренней среды в нормальных пределах, что позволяет организму эффективно функционировать в различных условиях.

2. Кровь: понятие, состав, функции. Группы крови. Понятие «агглютинация».

Кровь - это специализированная ткань, циркулирующая по сосудам организма. Она выполняет множество важных функций, включая транспорт кислорода и питательных веществ, регуляцию температуры, поддержание иммунной системы и участие в процессах свертывания.

Состав крови:

Плазма: Жидкая часть крови, состоящая из воды, электролитов, белков (альбумин, глобулины, фибриноген), гормонов и других веществ.

Форменные элементы (кроветворение):

Эритроциты: Красные кровяные клетки, несущие кислород и участвующие в транспорте газов.

Лейкоциты: Белые кровяные клетки, отвечающие за иммунитет и защиту организма от инфекций.

Тромбоциты: Кровяные пластинки, участвующие в процессах свертывания крови.

Функции крови:

Транспорт: Перенос кислорода от легких к тканям, а также перенос углекислого газа и продуктов обмена веществ.

Регуляция температуры: Кровь участвует в терморегуляции, передавая тепло от активных к обогреваемым участкам тела.

Иммунитет: Белые кровяные клетки (лейкоциты) играют роль в защите организма от инфекций и других внешних угроз.

Коагуляция: Процесс свертывания крови для предотвращения потери крови при повреждениях сосудов.

Группы крови:

Система групп крови основана на наличии или отсутствии определенных антигенов и антител в крови. Основные группы крови: А, В, АВ и О. Кроме того, кровь может быть Rh-положительной (+) или Rh-отрицательной (-).

Агглютинация:

Агглютинация - это процесс слипания эритроцитов в результате взаимодействия антител с антигенами. Например, при переливании крови важно учитывать совместимость группы и Rh-фактора, чтобы избежать агглютинации, что может привести к серьезным осложнениям.

3. Коллапс: понятие, симптомы, первая помощь.

Коллапс представляет собой острое состояние, при котором происходит снижение кровяного давления, что приводит к серьезному нарушению кровоснабжения органов и тканей. Это состояние может возникнуть из-за различных причин, таких как потеря крови, сердечная недостаточность, аллергическая реакция, инфекция и др.

Симптомы коллапса могут включать:

Снижение артериального давления: обычно сопровождается ощущением слабости, головокружения и потери сознания.

Бледность кожи: из-за снижения кровоснабжения.

Холодный и липкий пот: также связан с нарушением кровообращения.

Быстрое и слабое сердечное сокращение: Тахикардия может быть симптомом коллапса.

Ощущение тяжести в груди: может быть вызвано снижением кровоснабжения сердца.

Первая помощь при коллапсе:

Вызов скорой помощи: это критически важно в случае коллапса. Немедленное обращение за медицинской помощью необходимо для выявления причины и оказания профессиональной помощи.

Укладывание пострадавшего: если это возможно, уложите пострадавшего на спину, поднимите ноги немного выше уровня головы, чтобы улучшить кровоток к мозгу.

Обеспечение доступа к свежему воздуху: Расслабьте тугую одежду, обеспечьте доступ к свежему воздуху. Это может помочь в случае потери сознания.

Контроль дыхания и сердечной деятельности: если пострадавший потерял сознание и не дышит, начните проведение реанимационных мероприятий (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца).

Важно помнить, что коллапс может быть следствием различных состояний, поэтому важно получить профессиональную медицинскую помощь для точного определения причины и эффективного лечения.

Билет №24

1. Метаболизм: понятие, этапы. Анаболизм. Катаболизм.

Метаболизм - это совокупность всех химических реакций, происходящих в организме для поддержания жизнедеятельности. Эти реакции включают в себя разложение и синтез молекул, обеспечивающих энергию и строительные блоки для клеток.

Этапы метаболизма:

Фаза пищеварения (поступление питательных веществ): начинается с приема пищи и включает процессы переваривания в желудке и кишечнике, в результате чего образуются молекулы, которые могут быть использованы клетками.

Фаза анаболизма (синтез молекул): В этой фазе происходит синтез новых молекул, таких как белки, нуклеиновые кислоты, углеводы и липиды. Энергия затрачивается на создание этих молекул.

Фаза катаболизма (расщепление молекул для получения энергии): В этой фазе происходит разложение молекул, освобождение энергии и образование молекул, которые могут быть использованы клетками для синтеза АТФ (аденозинтрифосфата), основного энергетического носителя в клетках.

Анаболизм:

Анаболизм - это процесс синтеза сложных молекул из более простых молекул. Это включает в себя строительство клеточных компонентов, таких как белки, нуклеиновые кислоты, углеводы и липиды. Энергия затрачивается в этом процессе.

Примеры анаболических процессов:

- Синтез белков из аминокислот.
- Синтез ДНК и РНК из нуклеотидов.
- Образование гликогена из молекул глюкозы.

Катаболизм:

Катаболизм - это процесс расщепления сложных молекул для получения энергии и простых молекул. В ходе катаболических реакций происходит освобождение энергии, которая может быть использована клетками.

Примеры катаболических процессов:

- Гликолиз - разложение глюкозы до пирувата с выделением энергии.
- Бета-окисление - разложение жирных кислот для производства энергии.
- Гликогенолиз - разрушение гликогена в печени и мышцах для выделения глюкозы.

2. Физиология дыхания: понятие, значение.

Физиология дыхания изучает процессы, связанные с вдохом и выдохом, а также обменом газов в организме. Этот процесс является важной частью общей физиологии, поскольку дыхание обеспечивает поступление кислорода в органы и ткани, а также удаление углекислого газа, продукта обмена веществ.

Значение физиологии дыхания:

Поступление кислорода: Дыхание является механизмом, с помощью которого организм получает кислород из внешней среды. Кислород необходим для аэробного метаболизма, происходящего в клетках, и обеспечивает выработку энергии.

Удаление углекислого газа: Дыхание также служит для удаления углекислого газа, продукта обмена веществ, образующегося в результате метаболических процессов в клетках. Углекислота может оказывать токсическое воздействие, поэтому ее удаление важно для поддержания кислотно-щелочного баланса в организме.

Регуляция pH: Дыхание влияет на уровень углекислого газа и, следовательно, регулирует pH внутренней среды организма. Это важно для поддержания оптимального функционирования ферментов и других биологических процессов.

Адаптация к физической активности: при физической активности потребность в кислороде увеличивается. Физиология дыхания позволяет организму адаптироваться к увеличенной потребности в кислороде и удалении углекислого газа.

Участие в регуляции системы кровообращения: Дыхание взаимодействует с системой кровообращения, влияя на обмен газов в легких и транспорт кислорода в ткани.

Общее значение физиологии дыхания заключается в обеспечении необходимых условий для жизнедеятельности клеток и органов, поддержании газового обмена и адаптации к различным условиям.

3. Шок: понятие, виды, первая помощь.

Шок - это состояние острой циркуляторной недостаточности, при котором кровообращение организма снижается до такой степени, что не обеспечивается достаточное количество кислорода и питательных веществ для нормального функционирования органов и тканей.

Виды шока:

Гиповолемический шок: Связан с сокращением объема циркулирующей крови, например, из-за кровопотери при травмах, ожогах или кровотечениях.

Кардиогенный шок: Обусловлен снижением сократимости сердечной мышцы, что может произойти из-за инфаркта миокарда или сердечной недостаточности.

Обструктивный шок: возникает при затруднении оттока крови из сердца, например, из-за закрытой травмы груди или тромбоза легочной артерии.

Расширительный (септический) шок: Вызван инфекцией, которая приводит к расширению сосудов и снижению сосудистого сопротивления.

Анафилактический шок: Возникает при быстром развитии аллергической реакции, которая приводит к сосудистому расширению и снижению артериального давления.

Первая помощь при шоке:

Вызов скорой помощи: немедленно вызывайте медицинскую помощь.

Обеспечение доступа кислорода: поддержите дыхание пострадавшего, обеспечив ему доступ к свежему воздуху.

Положение пострадавшего: если возможно, уложите пострадавшего на спину с поднятыми ногами, чтобы улучшить кровообращение в мозг.

Остановка кровотечения: если есть кровотечение, остановите его при помощи давящих повязок, но не поднимайте поврежденные конечности выше уровня сердца.

Тепло: Постарайтесь сохранить пострадавшего в тепле, покрыв его одеждой или пледом.

Успокоение: спокойно общайтесь с пострадавшим, предоставляйте ему поддержку и утешение.

Не давайте пострадавшему пить: Воздействие на животные инстинкты может ухудшить положение.

Помните, что шок - серьезное состояние, требующее немедленной медицинской помощи. Все действия по первой помощи должны быть выполнены осторожно, без лишнего напряжения и паники.

Билет №25**1. Минеральный обмен: понятие. Функции минеральных веществ.**

Минеральный обмен - это комплекс биохимических процессов, связанных с поступлением, обменом и выведением минеральных веществ в организме. Минеральные вещества включают элементы, такие как кальций, фосфор, калий, натрий, железо и другие, которые играют важную роль в различных физиологических функциях.

Функции минеральных веществ:

Строительная функция: Минеральные вещества являются важными строительными материалами для формирования костей и зубов. Например, кальций и фосфор участвуют в образовании костной ткани.

Участие в обмене веществ: Многие минералы участвуют в регуляции обмена веществ в организме. Например, натрий и калий поддерживают водно-солевой баланс, а железо участвует в транспорте кислорода.

Регуляция кислотно-щелочного баланса: Некоторые минералы, такие как кальций, участвуют в регуляции уровня кислотности внутренней среды организма.

Участие в деятельности нервной и мышечной систем: Минеральные вещества, в том числе натрий, калий и кальций, необходимы для передачи нервных импульсов и сокращения мышц.

Формирование крови: Железо является неотъемлемой частью гемоглобина, который несет кислород и участвует в образовании крови.

Участие в процессах свертывания крови: Кальций необходим для нормального функционирования системы свертывания крови.

Регуляция работы различных ферментов: Минералы могут быть катализаторами ряда биохимических реакций, влияя на активность ферментов.

Поддержание электролитного баланса: Натрий, калий, кальций и другие минералы играют важную роль в регуляции электролитного баланса в клетках и внеклеточной жидкости.

Обеспечение баланса и адекватного поступления минеральных веществ в организме имеет ключевое значение для поддержания здоровья и нормального функционирования физиологических процессов.

2. Протеолитические ферменты: пепсин, трипсин, реннин, панкреатин.

Протеолитические ферменты являются ферментами, специализированными на расщеплении белков и полипептидов на более короткие полипептиды, пептиды и аминокислоты. Вот краткое описание нескольких протеолитических ферментов:

1. Пепсин:

- Происхождение: вырабатывается железой желудка.
- Действие: Расщепление белков до полипептидов и пептидов.
- Оптимальная среда: Кислая среда желудочного сока.

2. Трипсин:

- Происхождение: вырабатывается поджелудочной железой.
- Действие: Расщепление белков, особенно на сайтах с аминокислотами аргинин и лизин.
- Оптимальная среда: Нейтральная или слабощелочная среда.

3. Реннин (Химозин):

- Происхождение: преимущественно у новорожденных, в желудке.
- Действие: Коагуляция белка казеина в молоке для образования сгустка (половый сгусток).
- Оптимальная среда: Кислая среда.

4. Панкреатин:

- Происхождение: вырабатывается поджелудочной железой.
- Действие: Расщепление белков, жиров и углеводов в двенадцатиперстной кишке.
- Оптимальная среда: Нейтральная среда.

Эти ферменты играют важную роль в пищеварительном процессе, обеспечивая разложение белков на более простые компоненты, которые могут быть легко усвоены организмом.

3. Пневмоторакс: понятие, виды. Первая помощь.

Пневмоторакс - это состояние, при котором воздух попадает в плевральную полость (пространство между легкими и внутренней поверхностью грудной клетки), что приводит к утрате давления в этом пространстве. Это может вызвать коллапс легкого и создать проблемы с дыханием.

Виды пневмоторакса:

Закрытый пневмоторакс:

Воздух попадает в плевральную полость, но не имеет прямого контакта с внешней средой. Это может произойти, например, при переломе ребра, который проникает в легкое и вызывает утечку воздуха в плевральную полость.

Открытый пневмоторакс:

Внешняя среда имеет доступ к плевральной полости через открытое ранение в грудной клетке, что приводит к потере давления и коллапсу легкого.

Напряженный пневмоторакс:

Это серьезное состояние, при котором воздух накапливается в плевральной полости, но не может выходить. Это может создать давление на органы грудной полости и вену возврата к сердцу, что затрудняет кровообращение.

Первая помощь при пневмотораксе:

Вызовите медицинскую помощь:

Немедленно вызывайте скорую помощь.

Обеспечьте поддержку для пострадавшего:

Помогите пострадавшему сесть в удобное положение, поддерживая его, чтобы облегчить дыхание.

Помощь в дыхании:

Если пострадавший затрудняется дышать, попробуйте обеспечить искусственную вентиляцию (метод "рот в рот" или использование маски для искусственного дыхания).

Не удаляйте имеющиеся внутри тела предметы:

Не пытайтесь извлекать предметы, находящиеся в ране, чтобы избежать усиления утечки воздуха.

Накройте рану:

Если есть открытая рана, попробуйте наложить на нее стерильный материал и фиксировать, чтобы уменьшить поступление воздуха.

Поддержка шокирующего состояния:

Поддерживайте пострадавшего, предотвращая возможное шоковое состояние.

Не давайте пострадавшему курить или принимать глубокие вдохи:

Это может усугубить ситуацию, увеличивая утечку воздуха.

Важно помнить, что пневмоторакс требует срочной медицинской помощи, и первая помощь направлена на поддержание пострадавшего до прибытия скорой помощи.

Критерии оценки ответов

Оценка «отлично» выставляется студенту, если продемонстрирован высокий уровень знаний и умений по всем трём вопросам билета, выполнен и продемонстрирован в верной последовательности алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи;

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если продемонстрировано понимание основного содержания всех трёх вопросов билета, выполнен и/или продемонстрирован в верной последовательности алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи, допущены при выполнении незначительные ошибки;

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если продемонстрировано владение основным содержанием по двум вопросам билета, частично выполнен и/или продемонстрирован алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи, допущены при выполнении незначительные ошибки;

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если не продемонстрировано владение знаниями и умениями по вопросам билета, не выполнен и/или не продемонстрирован алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи, допущены при выполнении грубые ошибки

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ЦИКЛА**

ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа

для специальности

49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) программы дисциплины ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа.

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Скиба Н.Г. – преподаватель КГА ПОУ «ДИТК»

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № 1

от «30» августа 2023 г.

Председатель Яковцева О.А.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Распределение оценивания результатов обучения по видам контроля
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения дисциплины ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура (углубленной подготовки) следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

- З 1 основы гигиены детей и подростков;
- З 2 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- З 3 понятие медицинской группы;
- З 4 гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;
- З 5 вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
- З 6 основы профилактики инфекционных заболеваний;
- З 7 основы гигиены питания детей, подростков и молодежи;
- З 8 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий;
- З 9 гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодежи;
- З 10 основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
- З 11 гигиенические основы закаливания;
- З 12 гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы;
- З 13 физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании.

Обучающийся должен уметь:

- У1. использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);
- У2. составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
- У3. определять суточный расход энергии, составлять меню;
- У4. обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях школы при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-воспитательного процесса.

Личностные результаты учебной дисциплины

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному	ЛР 3

народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формируемые ОК:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Планировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 1.2. Проводить воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.

ПК 1.3. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по выполнению инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

ПК 1.4. Организовывать деятельность волонтеров при проведении мероприятий и занятий по адаптивной физической культуре.

ПК 1.5. Анализировать физкультурно-спортивную работу с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре.

ПК 2.2. Систематизировать педагогический опыт на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области адаптивной физической культуры.

ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов и другие.

ПК 2.4. Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивной физической культуры.

ПК 3.1. Планировать тренировочные занятия с занимающимися по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.2. Проводить тренировочные занятия с занимающимися адаптивным спортом по основным разделам спортивной подготовки.

ПК 3.3. Осуществлять контроль и учет, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

ПК 3.4. Формировать у занимающихся навыки соревновательной деятельности по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).

Формами промежуточной аттестации по учебной дисциплине являются дифференцированный зачет, экзамен.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих); ОК 1-4 ПК 1.2-1.7	использует знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);
У2. составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок; ОК 4-6 ПК 2.1-2.6	составляет режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
У3. определять суточный расход энергии, составлять меню; ОК 6-9 ПК 3.1-3.4	определяет суточный расход энергии, составлять меню;
У4. обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях школы при занятиях физическими упражнениями,	Понимает необходимость и значимость мероприятий по профилактике заболеваний детей; Готов проводить разъяснительную работу среди детей и родителей по профилактике заболеваний детей;

организации учебно-воспитательного процесса; ОК 1-3	Готов организовывать детей для проведения профилактических мероприятий
Знать:	
3 1 основы гигиены детей и подростков; 3 2 гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; 3 3 понятие медицинской группы; 3 4 гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; 3 5 вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; 3 6 основы профилактики инфекционных заболеваний; 3 7 основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; 3 8 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; 3 9 гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодежи; 3 10 основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; 3 11 гигиенические основы закаливания; 3 12 гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы; 3 13 физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании.	Оперирует основными положениями и терминологией врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа; Понимает принципы врачебного контроля в зависимости от возрастных особенностей, пола, характера дефекта или патологии обучающихся; Учитывает характер дефекта или патологии при проведении врачебного контроля; Оперирует и объясняет назначение и методику проведения простейших функциональных проб; Понимание гетерохронности, непрерывности и гармоничности развития; Понимание возрастно-половых особенностей развития; Понимание значения и необходимости проведения простейших функциональных проб. Знает клиническую картину, симптомы, методику лечебной физической культуры при травмах; -Объясняет механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах; Понимание назначения форм и методов занятий ЛФК; Оперирует знаниями классификации физических упражнений; Формирование понимания необходимости этих знаний для сознательного участия в работе по охране здоровья детей и созданию оптимальных условий для их всестороннего развития; Обосновывает дозирование и критерии величины физических нагрузок в ЛФК; Использование этих знаний для рациональной организации занятий лечебной физической культурой; Объясняет влияние лечебной физической культуры и массажа на организм; Знает показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК; Понимание сущности методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;

	Знает клиническую картину заболеваний органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; Называет и характеризует периоды лечебной физической культуры; Прогнозирует механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа; Объясняет особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе; Знает классификацию специальной медицинской группы; Объясняет физиологические механизмы влияния массажа на организм; Прогнозирует применение массажа при различных заболеваниях; Определяет особенности клиентов, для которых массаж может быть особенно полезен в рамках адаптивной физической культуры. Знает показания к массажу, связанных с конкретными адаптивными потребностями. Обосновывает эффективность, целесообразность применения видов и приемов массажа; Знает основные виды и приемы массажа;

2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ

2.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Тема 1. Цели, задачи врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20 У 1-4 З 1-13	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 ПК 1.1 У 1-4 З 1-13	5 семестр – дифференцированный зачет 6 семестр - экзамен
Тема 2. Исследование и оценка физического развития спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой и спортом				

Элемент учебной дисциплины(предмета)	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Тема 3. Факторы, влияющие на физическую работоспособность и состояние здоровья спортсменов	ОК 01 - 09 ПК 1.1 - 3.8 ЛР 3, 5, 7, 9, 10, 12-20 У 1-4 З 1-13	Устный опрос Практическая работа Тестирование Контрольная работа	ОК 01 ПК 1.1 У 1-4 З 1-13	
Тема 4. Врачебный контроль за лицами различного возраста и пола, занимающимися физкультурой и спортом				
Тема 5. Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика				
Тема 6. Средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой				
Тема 7. Средства, формы и методы массажа				

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» - правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Дифференцированный зачёт

1. Форма проведения: письменная работа - тестирование

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся:

Уважаемые студенты! Вашему вниманию представляется тест для проведения дифференцированного зачета.

На его выполнение отводится 120 минут.

Вы должны выполнить предложенные Вам тестовые задания. Задания рекомендуется выполнять по порядку. Если задание не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему. Если остается время, вернитесь к пропущенным заданиям.

В заданиях, где предлагаются варианты ответов, может быть только один правильный ответ. Также есть задания, где Вам следует самостоятельно дать ответ.

Прежде чем приступить к выполнению тестового задания, внимательно прочитайте вопросы

2. Время выполнения: 120 минут

3. Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

4. Технические средства обучения: не требуется.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене:

- инструкция проведения теста;
- тест;
- бланк для ответов.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет экзаменатора:

1. Перечень тем, выносимых на дифференцированный зачет:

Тема 1. Цели, задачи врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой

Тема 2. Исследование и оценка физического развития спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой и спортом

Тема 3. Факторы, влияющие на физическую работоспособность и состояние здоровья спортсменов

Тема 4. Врачебный контроль за лицами различного возраста и пола, занимающимися физкультурой и спортом

Тема 5. Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика

Тема 6. Средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой

Тема 7. Средства, формы и методы массажа

2. Перечень вопросов, выносимых на дифференцированный зачет

Вариант теста №1:

1. Что включает в себя анамнез, используемый врачебным контролем?
 - А) Физическое состояние пациента на текущий момент
 - Б) История болезни и ранее перенесенных заболеваний
 - В) Генетическая предрасположенность к заболеваниям
 - Г) Результаты последних анализов мочи

2. Что представляет собой осмотр, один из методов врачебного контроля?
 - А) Исследование функций внутренних органов с использованием аппаратуры
 - Б) Визуальное исследование телосложения и кожных покровов
 - В) Оценка психического состояния пациента
 - Г) Медицинская интервенция для лечения заболеваний

3. Какой метод исследования используется для измерения дыхательной функции?
 - А) Электрокардиография (ЭКГ)
 - Б) Рентгенография легких
 - В) Спирометрия
 - Г) Аускультация сердца

4. Что представляет собой ЛФК (лечебная физическая культура)?
 - А) Специальные упражнения для развития спортивных навыков
 - Б) Медицинский комплекс физических упражнений, направленных на восстановление и укрепление здоровья
 - В) Танцевальные занятия для улучшения координации движений
 - Г) Программа физической активности для профилактики остеопороза

5. Какова основная цель ЛФК?
 - А) Повышение физической активности и спортивных достижений
 - Б) Профилактика простудных заболеваний
 - В) Улучшение общей физической формы и эффективности тренировок

Г) Восстановление и улучшение функций организма, нарушенных заболеваниями или травмами

6. Какие упражнения рекомендуется включать в комплексы лечебной физкультуры при сколиозе у детей?

- А) Упражнения с акцентом на подтягивание на перекладине
- Б) Упражнения, направленные на укрепление мышц спины и коррекцию осанки
- В) Упражнения, требующие глубокого наклона и крутых поворотов
- Г) Упражнения, связанные с интенсивными прыжками

7. Что является целью лечебной физкультуры при нарушениях осанки у детей и подростков?

- А) Увеличение общей физической активности
- Б) Кардиотренировка для улучшения сердечно-сосудистой системы
- В) Укрепление мышц и коррекция осанки
- Г) Стимуляция роста

8. Какие упражнения рекомендуется включать в комплексы ЛФК для детей с плоскостопием?

- А) Упражнения, направленные на развитие мышц голени
- Б) Упражнения, способствующие укреплению свода стопы
- В) Упражнения, направленные на улучшение координации движений
- Г) Все вышеперечисленные варианты

9. Какие задачи решаются с использованием лечебной физической культуры в травматологии?

- А) Уменьшение боли и воспаления в месте травмы
- Б) Восстановление подвижности суставов и мышц
- В) Повышение общей физической активности пациента
- Г) Все вышеперечисленные варианты

10. Какие дыхательные упражнения рекомендуются для улучшения функции легких?

- А) Глубокие вдохи через нос и медленные выдохи через рот
- Б) Поверхностное дыхание без изменения ритма
- В) Задержка дыхания на долю секунды после каждого вдоха
- Г) Все вышеперечисленные варианты

Часть В

Напишите ответ на вопрос.

1. Что такое освидетельствование при врачебном контроле и какие основные этапы этого процесса?
2. Какова роль лечебной физической культуры в реабилитации пациентов с хроническими заболеваниями опорно-двигательной системы?

Часть С

Ответьте развернуто на вопрос.

1. Какие факторы следует учитывать при выборе методов лечебной физической культуры для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата? Как эти факторы могут повлиять на результаты лечения?

Вариант теста №2:

1. Для чего используется метод пальпации при врачебном контроле?
 - А) Измерение объема легких
 - Б) Оценка степени напряжения мышц
 - В) Определение пульса
 - Г) Изучение суставов
2. Какой метод измерения используется для оценки уровня холестерина в крови?
 - А) Электроэнцефалография (ЭЭГ)
 - Б) Компьютерная томография (КТ)
 - В) Лабораторный анализ крови
 - Г) Электрокардиография (ЭКГ)
3. Каким методом врачебного контроля можно изучить функциональное состояние сердечно-сосудистой системы?
 - А) Электроэнцефалография (ЭЭГ)
 - Б) Ультразвуковое исследование сердца (УЗИ)
 - В) Аускультация легких
 - Г) Офтальмоскопия
4. Какие упражнения рекомендуется использовать при лечении детей с нарушениями осанки и сколиозами?
 - А) Упражнения с акцентом на статические положения
 - Б) Упражнения с использованием гантелей и штанги
 - В) Упражнения, направленные на растяжение спинных мышц
 - Г) Упражнения, требующие быстрых и резких движений
5. Почему важна регулярность занятий лечебной физкультурой при сколиозе у детей?
 - А) Для ускоренного роста
 - Б) Для улучшения силы и выносливости
 - В) Для поддержания корректной осанки и предотвращения прогрессирования сколиоза
 - Г) Для повышения координации движений
6. Какие обувные характеристики могут способствовать ухудшению состояния стопы у детей с плоскостопием?
 - А) Обувь с низким каблуком и широким носком

- Б) Обувь с высоким каблуком и узким носком
- В) Обувь с жесткой подошвой и низким бортом
- Г) Обувь с мягкой подошвой и устойчивым бортом

7. Какие методы лечебной физической культуры могут применяться для улучшения подвижности после перелома?

- А) Упражнения для развития гибкости и силы мышц
- Б) Применение физиотерапевтических процедур
- В) Использование массажа для улучшения кровообращения
- Г) Все вышеперечисленные варианты

8. Почему лечебная физическая культура является важным компонентом реабилитации после травмы?

- А) Помогает предотвратить повторные травмы
- Б) Способствует быстрому восстановлению подвижности
- В) Улучшает психологическое состояние пациента
- Г) Все вышеперечисленные варианты

9. Какие упражнения направлены на укрепление дыхательных мышц?

- А) Приседания и отжимания
- Б) Упражнения с использованием гантелей
- В) Диафрагмальное дыхание и тренировка области ребер
- Г) Все вышеперечисленные варианты

10. Какие принципы следует учитывать при проведении лечебной физической культуры для пациентов с бронхиальной астмой?

- А) Избегать физических нагрузок
- Б) Использовать упражнения средней интенсивности
- В) Соблюдать индивидуальный подход к выбору упражнений
- Г) Все вышеперечисленные варианты

Часть В

Напишите ответ на вопрос.

1. Какие принципы следует учесть при разработке индивидуальной программы лечебной физической культурой?
2. Какие параметры и показатели следует учитывать при оценке эффективности лечебных мероприятий?

Часть С

Ответьте развернуто на вопрос.

1. Проанализируйте, почему индивидуализация врачебного контроля является важным аспектом в адаптивной физической культуре. Оцените, какие преимущества она приносит в процессе лечения.

4. Зачетная ведомость

2. Экзамен

1. Форма проведения: экзамен (*письменная работа - билеты*)

2. Условия выполнения:

1. Инструкция для обучающихся:

Билет содержит 3 вопроса: 2 устных и 1 практический.

На подготовку ответа дается 15 минут.

2. Время выполнения практического задания: до 15 минут

3. Оборудование учебного кабинета:

- комплект обучения оказания первой медицинской помощи;
- тренажеры оказания первой медицинской помощи;
- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

4. Технические средства обучения: не требуется.

5. Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене:

- билеты;
- бланк для ответов.

6. Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет экзаменатора:

1. Перечень тем, выносимых на экзамен:

Тема 1. Цели, задачи врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой

Тема 2. Исследование и оценка физического развития спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой и спортом

Тема 3. Факторы, влияющие на физическую работоспособность и состояние здоровья спортсменов

Тема 4. Врачебный контроль за лицами различного возраста и пола, занимающимися физкультурой и спортом

Тема 5. Заболевания и травматизм, перетренированность и перенапряжение, их причины и профилактика

Тема 6. Средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой

Тема 7. Средства, формы и методы массажа

2. Перечень вопросов, выносимых на экзамен

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение**

«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 1 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: понятие, классификация. Проба Мартинэ-Кушелевского.
2. Спортивный массаж: виды, характеристики.
3. Понятие, виды кровотоков. Оказание первой помощи при кровотоке.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 2 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: понятие, показания и противопоказания.
2. Массаж предплечья. Показания, методика выполнения.
3. Понятие, признаки перелома. Первая помощь при переломах.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

краевое государственное автономное

**профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 3 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: Показания. Проба Летунова.
2. Массаж спины: методика выполнения, особенности.
3. Ушиб: понятие, первая помощь.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 4 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: понятие. Проба Штанге.
2. Массаж шеи: показания, методика выполнения.
3. Обморок: понятие, причины, оказание первой помощи.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР	Экзаменационный билет № 5 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель
_____		_____
(Ф.И.О.)		(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая культура</u>	«___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: Проба Генчи. Показания и противопоказания.
2. Массаж. Воздействие массажа на сердечно-сосудистую и лимфатическую системы. Противопоказания.
3. Эпилептический приступ: понятие, оказание первой помощи.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР	Экзаменационный билет № 6 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель
_____		_____
(Ф.И.О.)		(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая культура</u>	«___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: понятие, требования. Проба Руфье.
2. Массаж. Основные группы массажных приемов. Классификация массажных приемов по физиологическому воздействию: кожа; мышцы; суставы, связки, сухожилия.

3. Первая помощь при нарушениях дыхания и кровообращения. Алгоритм действий.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 7 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: 49.02.02 Адаптивная физическая культура	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: понятие, классификация. Проба Ромберга.
 2. Массаж. Прием «поглаживание». Физиологическое воздействие приема на организм.
 3. Ушиб: понятие, первая помощь.
-

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 8 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: 49.02.02 Адаптивная физическая	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

культура

1. Функциональные пробы: показания и противопоказания. Проба Яроцкого.
2. Массаж нижних конечностей. Показания. Методика массажа. Основные приемы.
3. Обморок: понятие, причины, оказание первой помощи.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 9 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: 49.02.02 Адаптивная физическая культура	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) «___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: понятие, классификация. Проба Летунова.
2. Массаж плечевого сустава. Методика выполнения. Показания.
3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____	Экзаменационный билет № 10 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____

(подпись) _____ Специальность: _____ (подпись) _____
 « ____ » _____ 202_ г. 49.02.02 Адаптивная физическая « ____ » _____ 202_ г.
культура

1. Функциональные пробы: требования. Проба Генчи – методика выполнения.
2. Массаж: прием «растирание». Физиологическое воздействие приема растирание на организм. Особенности выполнения приема «растирание».
3. Ожог: понятие, степени ожога. Оказание первой помощи при ожогах.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.	Экзаменационный билет № 11 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: <u>49.02.02 Адаптивная физическая</u> <u>культура</u>	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: понятие. Проба Руфье.
2. Классификация массажа. Воздействие массажа на мышечную системы.
3. Вывих: понятие, симптомы. Первая помощь при вывихе.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по	Экзаменационный билет № 12 по ОП.07 Основы врачебного	Рассмотрено на заседании цикловой методической

УМР	контроля, лечебной физической культуры и массажа	комиссии
_____		Председатель _____
(Ф.И.О.)		(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая культура</u>	«___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: Классификация. Проба Котова-Дешина.
2. Массаж: прием «разминание». Физиологическое воздействие приема разминание на организм. Массаж плеча. Методика выполнения.
3. Растяжение: понятие, симптомы. Первая помощь при растяжении.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 13	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая культура</u>	«___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: показания и абсолютные и относительные противопоказания. Проба Штанге.
2. ЛФК при заболеваниях нервной системы. Основные правила.
3. Первая помощь при укусах насекомых.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 14	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	«___» _____ 202_ г.
	<u>культура</u>	

1. Функциональные пробы: понятие. Проба Мартинэ-Кушелевского.
2. Массаж: понятие, ударно-вибрационный прием. Физиологическое воздействие ударно-вибрационных приемов на организм.
3. Понятие, виды кровотоков. Оказание первой помощи при кровотечении.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 15	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	«___» _____ 202_ г.
	<u>культура</u>	

1. Функциональные пробы: понятие. Проба Котова-Дешина.
2. ЛФК при заболеваниях внутренних органов: органов дыхания. Противопоказания. Методика.
3. Ожог: понятие, степени ожога. Оказание первой помощи при ожогах.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение**

«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

Утверждаю	Экзаменационный билет № 16	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	«___» _____ 202_ г.
	<u>культура</u>	

1. Функциональные пробы: классификация. Проба Яроцкого.
2. ЛФК при заболеваниях нервной системы. Неврит. Основные правила.
3. Понятие, виды кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечении.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 17	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	«___» _____ 202_ г.
	<u>культура</u>	

1. Классификация гипоксических проб. Методики выполнения.
2. Массаж лица. Методика выполнения.
3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 18	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	«___» _____ 202_ г.
	<u>культура</u>	

1. Функциональные пробы: требования. Пробы для оценки дыхательной системы.
2. ЛФК: понятие, закаливание.
3. Ожог: понятие, степени ожога. Оказание первой помощи при ожогах.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 19	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	«___» _____ 202_ г.
	<u>культура</u>	

1. Функциональные пробы: пробы для сердечно-сосудистой системы (ЧСС, АД, ЭКГ), методики.
 2. ЛФК: Неврит локтевого сустава (причины, методика проведения ЛФК).
 3. Симптомы нарушения кровообращения и остановки дыхания. Оказание первой помощи при остановки кровообращения и дыхания.
-

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 20	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	«___» _____ 202_ г.
	<u>культура</u>	

1. Функциональные пробы: показания, абсолютные и относительные противопоказания. Проба Ромберга.
2. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Показания и противопоказания к назначению. ЛФК. Методика проведения.
3. Первая помощь при травмах в области позвоночника и таза.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 21	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая</u>	«___» _____ 202_ г.
	<u>культура</u>	

1. Вегетативно-сосудистые пробы: классификация, методика выполнения.
2. ЛФК при нарушении обмена веществ: противопоказания. ЛФК при сахарном диабете.
3. Растяжение: понятие, симптомы. Первая помощь при растяжении.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись)	Экзаменационный билет № 22 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа Группа (ы) _____ Специальность: 49.02.02 Адаптивная физическая культура	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись)
«___» _____ 202_ г.	«___» _____ 202_ г.	«___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: основные требования (по Егоровой М.А.), показания для немедленного прекращения тестирования (по Егоровой М.А.).
2. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Основные симптомы сердечно-сосудистых заболеваний. Упражнения ЛФК при хронической сердечной недостаточности.
3. Первая помощь при внутреннем кровотечении.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю Заместитель директора по УМР _____ (Ф.И.О.)	Экзаменационный билет № 23 по ОП.07 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.)

_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая культура</u>	«___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: показания, классификация. Проба Руфье.
2. ЛФК: режим двигательной активности (виды и средства ЛФК).
3. Перелом: понятие признаки открытого и закрытого перелома. Первая помощь. Особенности наложения шины.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 24	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической
УМР	контроля, лечебной	комиссии
_____	физической культуры и	Председатель _____
(Ф.И.О.)	массажа	(Ф.И.О.)
_____	Группа (ы) _____	_____
(подпись)	Специальность:	(подпись)
«___» _____ 202_ г.	<u>49.02.02 Адаптивная физическая культура</u>	«___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: показания, абсолютные и относительные противопоказания. Проба Яроцкого.
2. ЛФК, понятие. Средство ЛФК: физические упражнения (классификация).
3. Эпилептический приступ: понятие, оказание первой помощи.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**

**краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»**

Утверждаю	Экзаменационный билет № 25	Рассмотрено на заседании
Заместитель директора по	по ОП.07 Основы врачебного	цикловой методической

УМР _____ (Ф.И.О.)	контроля, лечебной физической культуры и массажа	комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.)
_____ (подпись)	Группа (ы) _____ Специальность: 49.02.02 Адаптивная физическая культура	_____ (подпись)
«___» _____ 202_ г.	49.02.02 Адаптивная физическая культура	«___» _____ 202_ г.

1. Функциональные пробы: Понятие. Гипоксические пробы. Методики проведения.
2. ЛФК: произвольная экономизация дыхания (понятие, методики).
3. Обморок: понятие, причины, оказание первой помощи.

4. Экзаменационная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1. взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;	Называет методы врачебно-педагогических наблюдений; Обсуждает результаты врачебно-педагогических наблюдений;
У2. проводить простейшие функциональные пробы;	Оперирует основными понятиями; Понимает необходимость этих знаний при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;
У3. под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (далее - ЛФК);	Знает особенности построения занятий лечебной физической культурой; Определяет задачи занятий лечебной физической культурой; Указывает механизмы лечебного действия физических упражнений; Демонстрирует готовность использовать положительные факторы с целью улучшения развития человека в детском и подростковом возрасте, использовать здоровьесберегающие технологии;
У4. использовать основные приемы массажа и самомассажа;	Понимает необходимость и значимость мероприятий по профилактике заболеваний детей; Готов проводить разъяснительную работу среди детей и родителей по профилактике заболеваний детей; Готов организовывать детей для проведения

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
	профилактических мероприятий
Знать:	
31. цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися адаптивной физической культурой;	Оперирует основными положениями и терминологией врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа;
32. особенности врачебного контроля, связанные с возрастом, полом, характером дефекта или патологии обучающихся;	Понимает принципы врачебного контроля в зависимости от возрастных особенностей, пола, характера дефекта или патологии обучающихся; Учитывает характер дефекта или патологии при проведении врачебного контроля;
33. назначение и методику проведения простейших функциональных проб;	Оперирует и объясняет назначение и методику проведения простейших функциональных проб; Понимание гетерохронности, непрерывности и гармоничности развития; Понимание возрастно-половых особенностей развития; Понимание значения и необходимости проведения простейших функциональных проб.
34. значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;	Знает клиническую картину, симптомы, методику лечебной физической культуры при травмах; -Объясняет механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах;
35. средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;	Понимание назначения форм и методов занятий ЛФК; Оперирует знаниями классификации физических упражнений; Формирование понимания необходимости этих знаний для сознательного участия в работе по охране здоровья детей и созданию оптимальных условий для их всестороннего развития;
36. дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;	Обосновывает дозирование и критерии величины физических нагрузок в ЛФК; Использование этих знаний для рациональной организации занятий лечебной физической культурой;
37. показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;	Объясняет влияние лечебной физической культуры и массажа на организм; Знает показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
38. основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы,	Понимание сущности методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервнoй системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;	аппарата; Знает клиническую картину заболеваний органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
39. методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;	Называет и характеризует периоды лечебной физической культуры; Прогнозирует механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа;
310. особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;	Объясняет особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе; Знает классификацию специальной медицинской группы;
311. понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;	Объясняет физиологические механизмы влияния массажа на организм; Прогнозирует применение массажа при различных заболеваниях;
312. показания и противопоказания к проведению массажа;	Определяет особенности клиентов, для которых массаж может быть особенно полезен в рамках адаптивной физической культуры. Знает показания к массажу, связанных с конкретными адаптивными потребностями.
313. основные виды и приемы массажа;	Обосновывает эффективность, целесообразность применения видов и приемов массажа; Знает основные виды и приемы массажа;

3. Эталоны ответов.

Билет №1.

1. Функциональные пробы: понятие, классификация. Проба Мартинэ-Кушелевского.

Функциональные пробы – это методы исследования, используемые в медицине для оценки функционального состояния органов и систем организма. Эти пробы позволяют выявить различные нарушения функций органов при различных заболеваниях.

Классификация функциональных проб включает различные критерии, такие как цель проведения, орган или систему, которые они исследуют, и методологические особенности. Пробы могут быть направлены на оценку сердечной активности, дыхательной функции, работы желудочно-кишечного тракта, и многих других систем.

Проба Мартинэ-Кушелевского является одной из функциональных проб, направленной на оценку функции желудка и поджелудочной железы. Эта проба основана на изучении выделения соляной кислоты желудком при раздражении его стенок. В процессе пробы пациенту предлагается принять 0,1% раствор атропина и затем собирают желудочный сок для анализа. Проба Мартинэ-Кушелевского позволяет выявить функциональные расстройства желудочно-кишечного тракта.

Таким образом, функциональные пробы представляют собой важный инструмент для диагностики и оценки функции органов и систем организма, а Проба Мартинэ-Кушелевского является примером такой пробы, применяемой для исследования желудочно-кишечного тракта.

2. Спортивный массаж: виды, характеристики

Спортивный массаж представляет собой особую разновидность массажа, направленную на улучшение физической подготовки спортсменов, снятие утомления, ускорение восстановления после тренировок и профилактики спортивных травм. Виды спортивного массажа разнообразны и зависят от целей, которые ставит перед собой спортсмен или тренер.

Подготовительный спортивный массаж:

Характеристики: Осуществляется перед тренировкой или соревнованием для улучшения кровообращения, увеличения гибкости мышц, активизации нервной системы и повышения общего тонуса.

Спортивный массаж во время соревнований:

Характеристики: Применяется для предотвращения мышечных судорог, снижения утомляемости и поддержания оптимального состояния спортсмена во время выступления.

Восстановительный спортивный массаж:

Характеристики: Осуществляется после тренировок или соревнований с целью ускорения восстановления, снятия мышечной усталости, улучшения эластичности тканей и предотвращения травм.

Лечебный спортивный массаж:

Характеристики: Применяется при травмах или заболеваниях опорно-двигательной системы с целью улучшения кровообращения, снятия отеков, восстановления подвижности суставов и уменьшения болевых ощущений.

Антицеллюлитный спортивный массаж:

Характеристики: Направлен на борьбу с целлюлитом, улучшение кожного рельефа и стимуляцию обменных процессов в тканях.

Спортивный массаж является важным компонентом спортивной подготовки, способствуя улучшению физической формы, профилактике травм и повышению общего благополучия спортсменов.

3. Понятие, виды кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечении.

Кровотечение — это нежелательное выпадение крови из кровеносных сосудов, нарушение целостности сосудистой стенки. Кровотечения могут быть внутренними и внешними, а также классифицируются по типу сосудов, из которых происходят: артериальные, венозные и капиллярные.

Виды кровотечений:

Артериальные кровотечения:

Характеристики: характеризуются пульсирующим потоком яркокрасной крови, так как артерии переносят кровь под высоким давлением.

Оказание помощи: необходимо немедленно наложить давящий бинт или жгут выше уровня кровотечения, чтобы снизить давление в артерии.

Венозные кровотечения:

Характеристики: Венозная кровь темного цвета, поток постоянный, но менее интенсивный.

Оказание помощи: Используйте прямое давление на место кровотечения и приподнимите конечность.

Капиллярные кровотечения:

Характеристики: происходят из мелких сосудов (капилляров), кровь течет медленно, обычно имеет ярко-красный цвет.

Оказание помощи: Промойте рану водой, используйте стерильный бинт или перевязочный материал.

Оказание первой помощи при кровотечении:

Вызовите скорую помощь:

Немедленно вызовите медицинскую помощь, даже если кровотечение кажется небольшим.

Остановите кровотечение:

Наложите давящий бинт, используйте стерильный материал, повязку или даже вашу руку, если ничего другого нет под рукой.

Приподнимите конечность:

Если кровотечение из конечности, приподнимите ее, чтобы уменьшить кровоток.

Помощь по шоку:

Покройте пострадавшего теплым одеялом, поддерживайте его в положении, облегчающем дыхание, и следите за признаками шока.

Знание и умение оказывать первую помощь при кровотечениях является важным навыком, способным спасти жизни, поэтому рекомендуется ознакомиться с этой информацией и обучиться основам первой помощи.

Билет №2.

1. Функциональные пробы: понятие, показания и противопоказания.

Функциональные пробы — это специальные методы исследования, направленные на оценку функциональных возможностей органов и систем организма. Они часто

используются в медицинской практике для выявления нарушений и диагностики различных заболеваний. Пробы могут включать в себя различные тесты, манипуляции или анализы, проводимые в условиях, максимально приближенных к физиологическим.

Показания для проведения функциональных проб:

Диагностика заболеваний: Пробы могут использоваться для подтверждения или исключения наличия конкретных заболеваний.

Оценка функционального состояния органов и систем: Пробы позволяют оценить, насколько эффективно функционируют определенные органы и системы.

Изучение реакции организма на физическую или химическую нагрузку: Пробы могут применяться для анализа реакции организма при различных физических или химических воздействиях.

Противопоказания для проведения функциональных проб:

Тяжелое состояние пациента: если состояние пациента не позволяет провести пробу безопасно.

Острые воспалительные процессы: Пробы не проводятся при наличии острых воспалительных заболеваний, так как они могут исказить результаты.

Психические расстройства: у пациентов с тяжелыми психическими расстройствами может быть затруднено проведение функциональных проб.

Сердечная недостаточность: Некоторые пробы могут быть опасными для пациентов с сердечной недостаточностью.

Проведение функциональных проб требует внимательной подготовки и оценки состояния пациента. Медицинский специалист должен учитывать показания и противопоказания, чтобы обеспечить безопасность и достоверность результатов исследования.

2. Массаж предплечья. Показания, методика выполнения.

Массаж предплечья представляет собой эффективную процедуру, направленную на улучшение состояния мышц и суставов в области предплечья. Этот вид массажа может быть применен в различных медицинских, реабилитационных и спортивных контекстах. Рассмотрим показания для проведения массажа предплечья и основные принципы его методики.

Показания для массажа предплечья:

Мышечные напряжения и спазмы: Массаж помогает расслабить напряженные мышцы, уменьшая дискомфорт и повышая общее благополучие.

Травмы и переломы руки: Массаж способствует ускоренному восстановлению после травм и переломов, улучшая кровоток и уменьшая отечность.

Синдром карпального канала: Массаж может облегчить симптомы этого распространенного состояния, связанного с компрессией срединного нерва в запястье.

Профилактика и реабилитация спортивных травм: Массаж предплечья используется для подготовки мышц к физической активности или восстановления после тренировок.

Методика выполнения массажа предплечья:

Разогрев: Начинайте массаж с легких разогревающих движений, таких как глажение и потряхивание, для улучшения кровотока и подготовки тканей к более интенсивным приемам.

Общие приемы массажа: Применяйте приемы kneading, растирания и вибрации для расслабления мышц, улучшения их тонуса и увеличения подвижности в суставах.

Работа по мышцам и суставам: Особое внимание уделяйте каждой из мышц предплечья, включая разгибатели и сгибатели, а также суставы запястья и локтя.

Техники растяжения: включите в массаж техники растяжения, чтобы улучшить гибкость мышц и суставов.

Завершение массажа: постепенно снижайте интенсивность приемов, предлагая пациенту время для расслабления. После завершения массажа предлагайте выполнить легкие упражнения для укрепления эффекта процедуры.

Массаж предплечья не только обеспечивает физическое облегчение, но и способствует психологическому расслаблению. Этот вид массажа эффективен в различных ситуациях, начиная от медицинского вмешательства до поддержания общего физического и эмоционального благополучия.

3. Понятие, признаки перелома. Первая помощь при переломах.

Перелом - это нарушение целостности костей, при котором происходит их разрыв или излом. Переломы могут быть вызваны травмами, ударом, падением или другими факторами, и могут варьировать по степени тяжести, от небольших трещин до полного разрушения костей.

Признаки перелома:

Боль: очень сильная боль в месте повреждения, усиливающаяся при движении или при пальпации.

Отек и синяк: возможно, отек и синяк в области повреждения из-за кровоизлияния и повреждения окружающих тканей.

Деформация: Изменение формы конечности, которое может быть видимым или ощутимым при ощупывании.

Невозможность двигаться: Потеря функции в поврежденной конечности, невозможность выполнения нормальных движений.

Хруст или шипение: иногда слышится или ощущается хрустящий звук в момент травмы, что может быть признаком перелома.

Первая помощь при переломах:

Вызов скорой помощи: сразу вызовите медицинскую помощь для квалифицированной медицинской помощи.

Обездвиживание: Постарайтесь обездвижить поврежденную конечность. Это можно сделать, например, с помощью поддерживающих подушек, одежды или других имеющихся подручных средств.

Холод: если есть отек или сильная боль, нанесите холод (например, лед в мешке) на место повреждения. Это поможет уменьшить отечность и облегчить боль.

Непосредственная фиксация: если это возможно, осторожно и аккуратно фиксируйте поврежденную конечность при помощи нескольких биндажей или поддерживающих элементов.

Утешение и поддержка: Оказывайте пострадавшему эмоциональную поддержку, утешая и убеждая его в том, что медицинская помощь уже в пути.

Важно помнить, что медицинская помощь должна быть предоставлена как можно скорее. В случае переломов самолечение может усугубить состояние, поэтому важно обращаться за квалифицированной помощью.

1. Функциональные пробы: Показания. Проба Летунова.

Показания для проведения функциональных проб:

Функциональные пробы используются в медицинской практике для диагностики и оценки функционального состояния органов и систем организма. Они могут применяться при следующих показаниях:

Диагностика заболеваний: Пробы помогают выявить нарушения функций органов и систем, такие как сердечно-сосудистые, дыхательные, нервные и другие.

Оценка эффективности лечения: Функциональные пробы могут использоваться для контроля за ходом лечения и оценки реакции организма на терапевтические мероприятия.

Выявление скрытых нарушений: Некоторые заболевания могут проявляться только при физической нагрузке, поэтому функциональные пробы позволяют выявить скрытые или начальные стадии заболеваний.

Проба Летунова:

Проба Летунова — это функциональная проба, которая используется для оценки функции почек. Применяется она, например, при подозрении на нарушения мочеобразования. Проба основана на изменении цвета мочи после введения в организм красящего вещества.

Методика пробы Летунова:

Подготовка: Пациенту предлагают пить 1-2 литра воды за 2 часа до исследования.

Введение красящего вещества: после этого вводится определенное количество красящего вещества (например, фенилсалицилат натрия).

Сбор мочи: собирается моча после введения красящего вещества.

Оценка цвета мочи: Изменение цвета мочи свидетельствует о нормальной работе почек. Если цвет мочи остается неизменным, это может указывать на нарушения функции почек.

Показания для пробы Летунова:

Подозрение на нарушения мочеобразования: применяется при подозрении на заболевания почек, такие как гломерулонефрит, нефрозы, хроническая почечная недостаточность.

Контроль за лечением: может использоваться для оценки эффективности лечения и динамики заболевания.

Диагностика причин изменения цвета мочи: Проба Летунова может помочь выявить причины изменения цвета мочи, такие как гематурия или поражение почечных канальцев.

2. Массаж спины: методика выполнения, особенности.

Массаж спины является эффективным методом воздействия на мышцы и ткани верхней части тела, направленным на улучшение кровообращения, снятие мышечного напряжения, улучшение подвижности суставов и общего состояния пациента. Рассмотрим основные этапы методики выполнения массажа спины и некоторые особенности данной процедуры.

Методика выполнения массажа спины:

Подготовка:

Обеспечьте комфортное положение пациента на массажном столе или стуле.

Запросите пациента о наличии болевых ощущений, проблемных зон и его общем самочувствии.

Разогрев:

Начинайте массаж с легких разогревающих движений, таких как глажение и потряхивание, для улучшения кровообращения и подготовки тканей к более интенсивным приемам.

Общие приемы массажа:

Используйте приемы кнетения, растирания и вибрации для расслабления мышц и улучшения их тонуса.

Уделите особое внимание областям шейного, грудного и поясничного отделов позвоночника.

Работа по мышцам и суставам:

Выполняйте массаж мышц, проходящих вдоль позвоночника, а также работайте с мышцами, соединяющими лопатки и поясничную область.

Техники растяжения:

Включите в массаж техники растяжения, чтобы улучшить гибкость мышц и суставов.

Работа с триггерными точками:

В случае наличия болевых точек (триггерных точек), уделите им особое внимание, используя техники давления и расслабления.

Завершение массажа:

Постепенно снижайте интенсивность приемов, предлагая пациенту время для расслабления.

Предложите выполнять легкие упражнения для укрепления эффекта массажа.

Особенности массажа спины:

Учет анатомических особенностей: Массаж спины требует знания анатомии позвоночника, мышц и суставов, чтобы избежать травм и обеспечить максимальную пользу для пациента.

Индивидуализация подхода: Каждый пациент уникален, и массаж должен быть адаптирован под его потребности, учитывая наличие болевых точек, состояние кожи и общее состояние здоровья.

Осторожность при работе с позвоночником: необходимо проявлять осторожность при массаже в области позвоночника, избегая сильного давления и особенностей в области шейного и поясничного отделов.

Контроль давления: Контролируйте давление в соответствии с желаниями и ощущениями клиента, избегая излишней силы.

Профессионализм и этика: Соблюдайте профессионализм и этические стандарты во время проведения массажа, обеспечивая комфорт и безопасность пациента.

Массаж спины – это важная процедура, способствующая расслаблению мышц, улучшению кровообращения и общему благополучию. Важно помнить, что выполнение массажа требует обширных знаний и навыков, поэтому его проведение рекомендуется доверить опытному специалисту.

3. Ушиб: понятие, первая помощь.

Ушиб - это повреждение мягких тканей, таких как кожа, мышцы или сосуды, вызванное механическим воздействием. Ушибы могут быть вызваны ударом, сдавливанием, или другими травматическими воздействиями, которые не приводят к наружному разрыву кожи.

Признаки ушиба:

Боль: от средней до сильной, в зависимости от степени травмы.

Отек: Образование отека в области повреждения.

Покраснение: Место ушиба может быть гиперемизированным (покрасневшим).

Температурные изменения: Возможны повышение температуры и горячее кожное покрытие.

Первая помощь при ушибе:

Оценка обстановки:

Убедитесь, что обстановка безопасна для оказания помощи.

Покой и фиксация:

Предложите пострадавшему принять удобное положение и предоставьте покой для поврежденного участка.

При необходимости, фиксируйте сустав или конечность с помощью бинта или поддерживающей повязки.

Холод:

Нанесите холод на место ушиба, используя холодный компресс, мешок с льдом или что-то холодное, обернутое в ткань.

Холод поможет уменьшить отек и облегчит боль.

Анальгетики:

При необходимости предоставьте пострадавшему анальгетики, такие как парацетамол или ибупрофен, согласно инструкции и при соблюдении возможных противопоказаний.

Покой и охлаждение:

Предложите пострадавшему покой и избегание нагрузок на поврежденную область в течение первых дней после ушиба.

Продолжайте применение холода в течение первых 24 часов.

Наблюдение за состоянием:

Внимательно следите за состоянием пострадавшего и обращайтесь за медицинской помощью, если возникают сильные боли, ухудшение отека или другие тревожные симптомы.

Важно помнить, что при подозрении на перелом или если симптомы ухудшаются, необходимо вызвать скорую медицинскую помощь. При оказании первой помощи учитывайте индивидуальные особенности пострадавшего и применяйте методы в соответствии с обстоятельствами.

Билет № 4

1. Функциональные пробы: понятие. Проба Штанге.

Функциональные пробы – это специальные методы медицинского исследования, направленные на оценку функций органов и систем организма при различных условиях нагрузки или стимуляции. Они часто используются для выявления нарушений, оценки реакции организма на физическую активность или другие воздействия. Функциональные пробы могут быть важным инструментом для диагностики, мониторинга и оценки эффективности лечения.

Проба Штанге - это функциональная проба, используемая в неврологии для оценки функции верхних конечностей и обнаружения нервных или мышечных нарушений. Применяется она при подозрении на радикулопатию (повреждение корешков спинного мозга) или другие неврологические состояния.

Методика пробы Штанге:

Подготовка пациента: Пациент стоит или сидит с выпрямленным позвоночником.

Выполнение движения: Пациент выпрямляет руку в локтевом суставе и поднимает ее вверх, а затем поднимает вверх пальцы.

Оценка реакции: Врач наблюдает за симптомами, такими как боли или слабость в руке, а также за наличием изменений в положении пальцев.

Интерпретация результатов:

Положительный результат: Боль или слабость в руке, возможно, указывает на наличие проблем в области шейного отдела позвоночника, таких как компрессия нервных корешков.

Отрицательный результат: Отсутствие боли и слабости считается нормальным результатом.

Проба Штанге является одним из методов для диагностики функциональных состояний верхних конечностей и может быть важной частью неврологического обследования. Однако, как и в случае других функциональных проб, она должна применяться с учетом широкого клинического контекста и в соответствии с медицинской экспертизой.

2. Массаж шеи: показания, методика выполнения.

Показания для массажа шеи:

Мышечные напряжения и спазмы: Массаж шеи эффективен при напряжении и спазмах в мышцах шеи, вызванных стрессом, плохой осанкой, или длительным пребыванием в неудобном положении.

Головные боли: Массаж шеи может помочь при головных болях, связанных с напряжением мышц шеи и верхней части спины.

Остеохондроз шейного отдела позвоночника: Массаж может быть частью комплексного лечения остеохондроза, помогая улучшить кровообращение и расслабить мышцы.

Стресс и тревога: Массаж шеи может снизить уровень стресса и тревоги, так как в этой области часто скапливается мышечное напряжение.

Гипертония и цереброваскулярные нарушения: при некоторых состояниях, связанных с нарушением кровообращения, массаж шеи может быть рекомендован врачом.

Методика выполнения массажа шеи:

Разогрев:

Легкими, поглаживающими движениями разогревайте мышцы шеи и верхней части спины.

Общие приемы массажа:

Применяйте различные приемы, такие как кнетение, растирание и вибрация, чтобы улучшить кровообращение и расслабить мышцы.

Акцент на проблемные зоны:

Уделите особое внимание областям с мышечным напряжением или болями.

Массаж зон шейного позвоночника:

Будьте осторожны при массаже шейного позвоночника, используя легкие и безболезненные движения.

Техники растяжения:

Интегрируйте техники растяжения для улучшения подвижности суставов и расслабления мышц.

Завершение массажа:

Плавно переходите к более легким приемам, предлагая пациенту время для расслабления.

Предложите выполнить легкие упражнения для шеи после массажа.

При выполнении массажа шеи важно учитывать индивидуальные особенности пациента и избегать чрезмерного давления на шейный отдел позвоночника. Консультация с врачом перед проведением массажа рекомендуется, особенно если есть какие-либо медицинские противопоказания.

3. Обморок: понятие, причины, оказание первой помощи.

Обморок — это кратковременная утрата сознания, сопровождающаяся потерей мышечного тонуса и падением. Это состояние обычно проходит само по себе и редко представляет серьезную угрозу, но может быть признаком различных медицинских проблем.

Причины обморока:

Ортостатическая гипотензия: Резкое изменение положения тела, например, вставание сидя или лежа, может вызвать падение кровяного давления и привести к обмороку.

Синкопальные состояния: Различные виды синкопальных состояний, таких как вазовагальная синкопа или синусовая аритмия, могут привести к обмороку.

Истощение и дегидратация: Недостаток жидкости и электролитов может вызвать обморок.

Сердечные проблемы: например, аритмии или другие сердечные нарушения.

Психогенные факторы: Сильные эмоции, стресс, страх или перенапряжение могут быть причиной обморока.

Оказание первой помощи при обмороке:

Обеспечьте доступ к свежему воздуху: переместите пострадавшего в место с чистым воздухом. Разгрузите область вокруг человека.

Положите пострадавшего в горизонтальное положение: положите его на спину и поднимите ноги на уровень головы. Это поможет улучшить кровоток к голове.

Проверьте дыхание: убедитесь, что пострадавший дышит свободно. Если нет дыхания, начните оказание реанимации.

Проверьте пульс: убедитесь, что у пострадавшего есть пульс. Если его нет, начните проводить сердечно-легочную реанимацию (СЛР).

Расслабление пострадавшего: после того как пострадавший приходит в себя, помогите ему медленно встать, поддерживая за руку. Избегайте резких движений.

Предоставьте воду и утешение: Пострадавшему может потребоваться питье, особенно если обморок был вызван дегидратацией. Утешьте его и дайте время для восстановления.

Важно помнить, что если обморок происходит регулярно, имеются серьезные симптомы или есть предположение о медицинских проблемах, необходимо обратиться к врачу для дальнейшего обследования и лечения.

Билет №5

1. Функциональные пробы: Проба Генчи. Показания и противопоказания.

Проба Генчи — это функциональная проба, используемая в неврологии для оценки функции верхних конечностей и обнаружения нервных или мышечных нарушений. Применяется при подозрении на поражение корешков шейного отдела позвоночника.

Методика пробы Генчи:

Подготовка пациента:

Пациент сидит или стоит с выпрямленной спиной.

Руки опущены вниз по туловищу.

Выполнение движения:

Пациент должен поднять и развести пальцы рук вверх.

Оценка реакции:

Врач наблюдает за симптомами, такими как боли или слабость в руках, а также за наличием изменений в положении пальцев.

Показания для пробы Генчи:

Подозрение на радикулопатию: применяется для выявления нарушений в шейном отделе позвоночника, таких как сдавливание нервных корешков.

Боли и слабость в руках: если пациент испытывает боли или слабость в руках, проба Генчи может помочь выявить возможные неврологические проблемы.

Медицинское обследование: Врач может использовать пробу Генчи как часть неврологического обследования при подозрении на поражение позвоночника.

Противопоказания для пробы Генчи:

Острые травмы или повреждения шеи: если есть подозрение на острые травмы, проведение пробы Генчи может быть опасным и нежелательным.

Серьезные болевые симптомы: если у пациента существуют серьезные боли, выполнение пробы может быть болезненным и неприятным.

Обострение хронических заболеваний: В период обострения хронических заболеваний шейного отдела позвоночника, проведение пробы может вызвать дополнительные болевые ощущения и осложнить состояние пациента.

Проба Генчи является одним из инструментов в неврологии для диагностики неврологических нарушений и требует проведения квалифицированным медицинским персоналом с учетом обстоятельств и индивидуальных особенностей пациента.

2. Массаж. Воздействие массажа на сердечно-сосудистую и лимфатическую системы.

Противопоказания.

Воздействие массажа на сердечно-сосудистую и лимфатическую системы:

Сердечно-сосудистая система:

Улучшение кровообращения: Массаж способствует улучшению кровообращения, стимулируя работу сердца и улучшая приток кислорода и питательных веществ к тканям.

Снижение артериального давления: Некоторые приемы массажа могут способствовать снижению артериального давления, что полезно при гипертонии.

Лимфатическая система:

Стимуляция лимфообращения: Массаж помогает стимулировать лимфообращение, что способствует удалению отходов и токсинов из организма.

Уменьшение отечности: Легкие и ритмичные движения массажа способствуют уменьшению отечности, связанной с задержкой жидкости в тканях.

Противопоказания для массажа:

Острые воспалительные процессы: Массаж не рекомендуется при острых воспалительных заболеваниях, таких как флегмона, остеомиелит.

Заболевания кожи: Наличие инфекций, грибковых поражений, сыпи, сильных синяков или ссадин может быть противопоказанием к массажу.

Болезни сердечно-сосудистой системы: при наличии серьезных сердечно-сосудистых заболеваний, таких как инфаркт, тромбозы, аневризмы, массаж требует особого внимания и может быть противопоказан.

Онкологические заболевания: В случае онкологических заболеваний, особенно в период обострения, массаж может быть противопоказан.

Нарушения кровоснабжения и тромбофлебиты: Массаж не рекомендуется при тромбозах, тромбофлебитах и других нарушениях кровоснабжения.

Высокая температура и лихорадка: В случае повышенной температуры или лихорадки, массаж может усилить общее состояние и быть противопоказан.

Беременность: В первый триместр беременности и при наличии осложнений, массаж требует особого внимания и консультации с врачом.

Боль в области спины или шеи: если у пациента есть острая боль в области спины или шеи, массаж может быть нежелателен и даже усилить боль.

Перед началом массажа важно проконсультироваться с врачом, особенно если есть какие-либо медицинские проблемы или заболевания. Врач может дать рекомендации и определить, является ли массаж безопасным и эффективным методом для конкретного пациента.

3. Эпилептический приступ: понятие, оказание первой помощи.

Эпилептический приступ представляет собой временное нарушение функции мозга, вызванное чрезмерной и синхронной активностью нервных клеток. Проявляется пароксизмальными симптомами, такими как непроизвольные движения, потеря сознания и изменения в восприятии.

Оказание первой помощи при эпилептическом приступе:

Создание безопасной среды:

Убедитесь, что вокруг пострадавшего нет острых предметов, которые могут причинить травму.

Положите его на плоскую поверхность, чтобы избежать ушибов.

Освобождение дыхательных путей:

Пострадавший может зажать язык, поэтому аккуратно поверните его голову в бок, чтобы обеспечить свободный проход воздуха.

Не стоит пытаться вставлять что-либо в рот пострадавшего.

Подушка или мягкий подкладывание:

Положите под голову пострадавшего мягкую подушку или другую поддерживающую подкладку, чтобы предотвратить ушибы.

Наблюдение и отслеживание времени:

Наблюдайте за характером приступа и отслеживайте время начала.

Продолжительность эпилептического приступа обычно не превышает нескольких минут.

Не пытайтесь остановить приступ:

Не пытайтесь остановить движения пострадавшего.

Не вставляйте пальцы или что-либо еще в рот, чтобы предотвратить "защипывание" языка.

Зафиксируйте время:

Зафиксируйте время, когда начался приступ. Это важная информация для медицинской помощи.

Помощь после приступа:

После окончания приступа убедитесь, что пострадавший дышит нормально.

Обеспечьте ему покой и защитите от возможных травм.

Если приступ длится более 5 минут, вызовите скорую медицинскую помощь.

Помощь при задыхании или остановке дыхания:

Если пострадавший задыхается или прекратил дышать, начните оказание искусственной вентиляции легких до прибытия медицинской помощи.

Важно помнить, что каждый эпилептический приступ уникален, и оказание первой помощи может варьироваться в зависимости от ситуации. Основной принцип - обеспечить безопасность пострадавшего и вызвать медицинскую помощь, если приступ длится долго или повторяется.

Билет №6

1. Функциональные пробы: понятие, требования. Проба Руфье.

Функциональные пробы представляют собой методы медицинского исследования, которые используются для оценки функционального состояния органов и систем организма при различных условиях нагрузки или стимуляции. Они помогают выявить нарушения функций организма, оценить его реакцию на физическую активность и другие воздействия.

Требования к функциональным пробам:

Безопасность: Пробы должны быть безопасными для пациента. Они не должны вызывать серьезных осложнений или ухудшения состояния здоровья.

Стандартизация: Пробы должны иметь четкие и стандартизированные методики проведения, чтобы результаты были объективными и сопоставимыми.

Универсальность: Пробы должны быть применимы к различным категориям пациентов и различным возрастным группам.

Эффективность: Пробы должны быть эффективными в выявлении нарушений функций организма и давать информацию, полезную для диагностики и планирования лечения.

Клиническая значимость: Результаты проб должны иметь клиническую значимость и помогать врачу в принятии обоснованных решений относительно дальнейших шагов в диагностике и лечении.

Проба Руфье:

Проба Руфье - это одна из функциональных проб, используемых для оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Ее особенностью является использование простого и быстрого метода оценки пульса до и после физической активности.

Методика пробы Руфье:

Пациент покоится 5 минут.

За 15 секунд измеряется пульс в покое (при этом рекомендуется измерять пульс на лучезапястной артерии).

Пациент выполняет 30 приседаний за 45 секунд.

Сразу после завершения физической активности измеряется пульс вновь за 15 секунд.

Интерпретация результатов:

Нормальный результат: Разница между покоем и после-физическим пульсом должна быть не более 12 ударов в минуту.

Положительный результат: если разница превышает 12 ударов, это может свидетельствовать о нарушениях в сердечно-сосудистой системе.

Проба Руфье широко используется для оценки адаптации сердечно-сосудистой системы к физической нагрузке, и ее простота позволяет применять ее в различных клинических ситуациях. Важно отметить, что интерпретация результатов требует медицинской экспертизы и контекста общего клинического состояния пациента.

2. Массаж. Основные группы массажных приемов. Классификация массажных приемов по физиологическому воздействию: кожа; мышцы; суставы, связки, сухожилия.

Основные группы массажных приемов:

Поглаживание (эфлераж):

Легкие, плавные движения, направленные вдоль массируемой поверхности. Используется для начала или завершения массажа, а также для создания общего расслабления.

Растирание (фрикции):

Круговые или линейные движения с использованием ладоней, пальцев или кулаков. Этот метод способствует улучшению кровообращения и разогреву тканей.

Мяте (кнедение):

Работа с мышцами, при которой используются ролирующие или сжимающие движения для улучшения их эластичности и расслабления.

Вибрация:

Трясущие или вибрирующие движения, применяемые для стимуляции нервных окончаний и расслабления мышц.

Трение:

Интенсивное трение, направленное на улучшение прогрева и увеличение кровотока. Может использоваться в определенных областях для разогрева.

Классификация массажных приемов по физиологическому воздействию:

Кожа:

Поглаживание (эфлераж): улучшает кровообращение в коже, стимулирует работу сальных желез.

Трение: удаляет ороговевшие клетки, повышает тургор кожи.

Мышцы:

Растирание (фрикции): улучшает кровоснабжение мышц, помогает в расслаблении и разогреве.

Мяте (кнедение): усиливает кровоток, улучшает эластичность мышц.

Суставы, связки, сухожилия:

Растирание (фрикции): может применяться в области суставов для улучшения подвижности и расслабления связок.

Трение: может использоваться для согрева суставов и улучшения их функции.

Каждый массажный прием выполняется с учетом физиологических особенностей тканей и того, какие результаты необходимы для пациента. Важно учитывать индивидуальные особенности клиента, его здоровье и предварительный анамнез при выборе и применении конкретных методов массажа.

3. Первая помощь при нарушениях дыхания и кровообращения. Алгоритм действий.

Алгоритм первой помощи при нарушениях дыхания и кровообращения:

Оценка ситуации:

Проверьте безопасность места происшествия. Убедитесь, что нет опасности для вас и пострадавшего.

Вызовите скорую медицинскую помощь, сообщив о необходимости оказания первой помощи при нарушениях дыхания и кровообращения.

Проверка наличия сознания:

Осторожно позвоните, прикоснитесь, громко спросите: "Вы в порядке?".

Вызов помощи:

Если пострадавший без сознания, вызовите скорую медицинскую помощь.

Проверка дыхания:

Опуститесь рядом с пострадавшим.

Поставьте руку на лоб, другую на подбородок и наклонитесь вперед.

Освободите дыхательные пути, поднимите голову и подтяните подбородок.

Оцените наличие дыхания в течение 10 секунд.

Если дыхание отсутствует:

Начните искусственное дыхание (ИВЛ) в соотношении 30 компрессий груди и 2 вдоха. Продолжайте до прибытия медицинской помощи или до возобновления самостоятельного дыхания.

Массаж сердца:

Если отсутствует пульс на сонной артерии, начните проведение массажа сердца.

Расположите руки на нижней трети грудины и нажимайте на грудь на глубину 5-6 см. С частотой 100-120 нажатий в минуту.

Оказание первой помощи при кровотечениях:

При наличии кровотечения используйте средства для его остановки (повязка, стерильная ткань).

Поднимите конечности пострадавшего, если это безопасно, чтобы уменьшить кровоток.

Обеспечение устойчивости шейного отдела позвоночника:

Если есть подозрение на травму шейного отдела позвоночника, не перемещайте голову пострадавшего. Обеспечьте ей неподвижность до прибытия медицинской помощи.

Следите за состоянием пострадавшего:

Постоянно оценивайте состояние пострадавшего и продолжайте предоставление помощи до прибытия медицинских специалистов.

Важно помнить, что оказание первой помощи требует обучения и практики, поэтому регулярное прохождение курсов по первой помощи рекомендуется для поддержания навыков и знаний.

1. Функциональные пробы: понятие, классификация. Проба Ромберга.

Функциональные пробы представляют собой специальные методы исследования, направленные на оценку функционального состояния органов и систем организма при различных условиях и стимуляции. Эти пробы используются для выявления нарушений функций, диагностики неврологических состояний, а также для оценки общего состояния пациента.

Классификация функциональных проб:

Пробы для оценки двигательных функций:

Включают в себя тесты на координацию, равновесие, силу и ловкость.

Пробы для оценки нервной системы:

Используются для выявления нарушений чувствительности, рефлексов и других функций нервной системы.

Пробы для оценки когнитивных функций:

Направлены на оценку памяти, внимания, абстрактного мышления и других когнитивных процессов.

Пробы для оценки систем кровообращения и дыхания:

Включают тесты на выносливость, реакцию на физическую нагрузку и другие аспекты сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Проба Ромберга:

Проба Ромберга - это функциональная проба, направленная на оценку координации и равновесия, а также на выявление нарушений позиционной чувствительности и проприоцепции.

Методика пробы Ромберга:

Пациент стоит на ровной поверхности с ногами вместе и руками вдоль тела.

Врач или проводящий пробу предупреждает пациента, что будет проведено закрытие глаз.

Пациент закрывает глаза и старается удержать равновесие в течение определенного времени.

Интерпретация результатов:

Нормальный результат: Пациент удерживает равновесие без заметных колебаний, даже с закрытыми глазами.

Позитивный результат: если при закрытии глаз пациент начинает испытывать трудности с равновесием, это может свидетельствовать о нарушениях координации и проприоцепции.

Проба Ромберга широко используется в неврологии для выявления дефицитов в функции вестибулярно-коркового аппарата и позволяет врачу оценить состояние нервной системы пациента.

2. Массаж. Прием «поглаживание». Физиологическое воздействие приема на организм.

Поглаживание - это один из основных приемов массажа, представляющий собой легкое и плавное движение ладоней по поверхности тела. Этот прием обычно применяется в начале и завершении массажной процедуры и является важным элементом воздействия на организм.

Физиологическое воздействие приема "поглаживание" на организм:

Улучшение кровообращения:

Легкие и ритмичные движения при приеме "поглаживание" способствуют улучшению кровообращения в массируемой области. Это способствует лучшему поступлению кислорода и питательных веществ к тканям.

Расслабление мышц:

Движения поглаживания выполняются с небольшим давлением и способствуют расслаблению поверхностных и глубоких мышц. Этот эффект особенно ценен в начале массажа, когда цель - уменьшение мышечного напряжения.

Улучшение лимфатического дренажа:

Поглаживание помогает стимулировать лимфатическую систему, улучшая отток лишней жидкости и токсинов из тканей. Это важно для поддержания здоровья и уменьшения отечности.

Повышение тонуса кожи:

Движения при приеме "поглаживание" способствуют улучшению тонуса кожи, активируя работу сальных желез и стимулируя естественные масляные секреты.

Улучшение нервно-мышечного взаимодействия:

Легкое воздействие на нервные окончания помогает улучшить нервно-мышечное взаимодействие, что способствует лучшему контролю за мышечными движениями.

Психологическое расслабление:

Поглаживание имеет приятное и успокаивающее воздействие, способствуя психологическому расслаблению. Это особенно важно для создания благоприятной атмосферы и улучшения общего состояния пациента.

Важно отметить, что прием "поглаживание" является лишь одной частью комплекса массажных техник, и его эффективность зависит от сочетания с другими приемами в рамках общего массажного сеанса.

3. Ушиб: понятие, первая помощь.

Ушиб - это повреждение мягких тканей, таких как кожа, подкожная клетчатка, мышцы или кровеносные сосуды, вызванное воздействием механической силы, но без повреждения кожи. Основной причиной ушибов являются удары, сдавливания, растяжения или другие травматические воздействия.

Признаки ушиба:

Отечность и покраснение в месте повреждения.

Боль и нежность при прикосновении.

Возможное образование гематомы (синяка) из-за разрыва кровеносных сосудов.

Первая помощь при ушибе:

Оцените обстановку:

Убедитесь в безопасности места происшествия и исключите возможность дополнительных травм.

Покой и охлаждение:

Пострадавший должен предоставить пораженной области покой, избегать движений, которые могут усугубить ушиб.

Наложите холодный компресс (лед в полотенце) на поврежденную область. Это поможет сократить отечность и облегчить боль.

Иммобилизация:

При необходимости, ограничьте движение поврежденной части тела с помощью биндажа или шины. Это может быть важным шагом при подозрении на перелом или другие повреждения.

Поднятие конечности:

Если ушиб произошел в конечности, поднимите ее, чтобы уменьшить отечность. Это особенно полезно при ушибах ног.

Больничный осмотр:

Если боли сильные или симптомы не улучшаются, потребуется медицинская консультация.

Обратитесь к врачу, если есть подозрение на перелом или другие серьезные повреждения.

Анальгетики:

Для облегчения боли можно использовать противовоспалительные препараты (например, ибупрофен) по совету врача.

Важно помнить, что при появлении сильных болей, синюшности, онемения или других необычных симптомов следует обратиться к врачу для более детального обследования и лечения.

Билет №8

1. Функциональные пробы: показания и противопоказания. Проба Яроцкого.

Функциональные пробы представляют собой специальные тесты и техники, используемые для оценки функций различных органов и систем организма в условиях физической нагрузки или других стимуляций. Они являются важным инструментом для выявления нарушений и установления диагноза.

Показания для проведения функциональных проб:

Диагностика заболеваний: Пробы часто применяются для выявления нарушений в работе органов и систем.

Оценка функциональных возможностей: Пробы могут использоваться для оценки физической выносливости и общего состояния пациента.

Контроль эффективности лечения: Некоторые функциональные пробы могут применяться для оценки эффективности лечения и реабилитации.

Противопоказания для проведения функциональных проб:

Сердечные проблемы: Противопоказаны пробы, которые могут вызвать нагрузку на сердечно-сосудистую систему у пациентов с сердечной недостаточностью, стенокардией и другими сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Проблемы с суставами и костями: при наличии травм, переломов или других состояний, которые могут усугубиться физической активностью, пробы следует избегать.

Неврологические нарушения: Некоторые пробы могут быть нежелательными для пациентов с неврологическими проблемами, такими как эпилепсия или нарушения координации.

Проба Яроцкого:

Проба Яроцкого - это функциональная проба, используемая для оценки состояния суставов и связок. Применяется, например, для выявления наличия или отсутствия боли при движении суставов, а также для оценки степени их подвижности.

Методика пробы Яроцкого:

Пациент должен сидеть на столе или на другой поверхности.

Отведение ноги в стороны в положении сидя.

Врач оценивает подвижность суставов и реакцию пациента на движение.

Интерпретация результатов:

Нормальный результат: Пациент может выполнять движение без боли и ограничений.

Положительный результат: Появление боли, ограничение подвижности или другие негативные реакции могут свидетельствовать о проблемах в области суставов и связок.

Важно отметить, что интерпретацию результатов функциональных проб должен проводить квалифицированный медицинский специалист, учитывая общее состояние пациента и особенности его заболевания.

2. Массаж нижних конечностей. Показания. Методика массажа. Основные приемы.

Показания для массажа нижних конечностей:

Снижение мышечного тонуса: Массаж может помочь в улучшении мышечного тонуса у людей с гипотонией.

Улучшение кровообращения: Массаж способствует увеличению кровотока, что полезно при нарушениях кровообращения и венозной недостаточности.

Лечение и профилактика варикозного расширения вен: Массаж может помочь в укреплении стенок сосудов и снижении стаза крови.

Реабилитация после травм и операций: Массаж помогает в восстановлении подвижности и функциональности нижних конечностей после травм, операций или периодов ограниченной активности.

Снятие мышечных спазмов: Массаж эффективен при снятии мышечных спазмов, например, при спастической диплегии или после физического напряжения.

Профилактика и лечение отеков: Массаж способствует лимфодренажу, что полезно при отеках нижних конечностей.

Методика массажа нижних конечностей:

Подготовка: Обеспечьте комфортное положение для пациента. Проинформируйте его о процедуре. Начните с общего обследования.

Поглаживание (эфлераж):

Начинайте массаж с легких, плавных движений вверх по ногам для улучшения кровообращения и расслабления мышц.

Растирание (фрикции):

Применяйте круговые и линейные движения для улучшения эластичности и расслабления мышц.

Мяте (кнедение):

Осуществляйте кнедение мышц, начиная от верхней части бедра и опускаясь к голени и стопе. Это помогает в расслаблении и улучшении тонуса мышц.

Вибрация:

Применяйте легкие вибрационные движения для стимуляции нервных окончаний и улучшения кровообращения.

Трение:

Используйте трение в области суставов для улучшения подвижности и снятия напряжения.

Основные приемы массажа нижних конечностей:

Спиралевидное мятье: применяется для расслабления мышц и улучшения кровообращения.

Рабочее мятье: используется для работы с конкретными мышцами и их группами.

Строгань (роlikовое трение): применяется для улучшения кожного тургора и стимуляции кровообращения.

Интенсивное мятье и растирание: применяется для снятия мышечных спазмов и напряжения.

Важно: при выполнении массажа необходимо учитывать индивидуальные особенности пациента, его заболевания и противопоказания, чтобы избежать возможных осложнений. Перед проведением массажа рекомендуется проконсультироваться с врачом.

3. Обморок: понятие, причины, оказание первой помощи.

Обморок – это кратковременная утрата сознания, которая происходит из-за временного нарушения поступления крови в мозг. Обмороки могут быть вызваны различными факторами, и часто они не представляют серьезной угрозы для здоровья. Тем не менее, они могут быть признаком основного заболевания или состояния.

Причины обморока:

Острый дефицит кислорода: например, из-за переутомления, недостатка воздуха или удушья.

Снижение уровня сахара в крови: Гипогликемия может вызвать обморок, особенно у людей с диабетом.

Сердечные проблемы: например, аритмии, обструкция кровеносных сосудов или другие сердечно-сосудистые нарушения.

Стойкая ортостатическая гипотензия: Снижение давления после резкого изменения положения тела (например, подъема с постели).

Стресс или страх: Эмоциональные факторы могут вызвать рефлексивное сокращение сосудов и привести к обмороку.

Тепловой удар: Продолжительное воздействие высоких температур.

Другие факторы: Избыточная физическая активность, гипервентиляция, некоторые лекарства, аллергическая реакция и др.

Оказание первой помощи при обмороке:

Обеспечьте доступ к свежему воздуху: если возможно, переместите пострадавшего в место с более свежим воздухом.

Положите пострадавшего на спину: это поможет обеспечить нормальное кровообращение к мозгу.

Поднимите ноги: если нет подозрения на травмы, поднимите ноги пострадавшего выше уровня головы для улучшения кровотока к мозгу.

Осторожно откройте глаза и разговаривайте: это может помочь восстановлению сознания.

При необходимости оказывайте искусственное дыхание и сердечно-легочную реанимацию: если пострадавший не дышит и не имеет пульса, приступайте к оказанию неотложной медицинской помощи.

Важно помнить, что в случае обморока рекомендуется обратиться за медицинской помощью для выяснения причины и предотвращения возможных рецидивов.

1. Функциональные пробы: понятие, классификация. Проба Летунова.

Функциональные пробы представляют собой специальные методы исследования, направленные на оценку функционального состояния органов и систем организма при различных условиях и стимуляциях. Они используются для диагностики нарушений и оценки общего состояния пациента.

Классификация функциональных проб:

Пробы для оценки двигательных функций: включают тесты на координацию, равновесие, силу и ловкость.

Пробы для оценки нервной системы: используются для выявления нарушений чувствительности, рефлексов и других функций нервной системы.

Пробы для оценки когнитивных функций: Направлены на оценку памяти, внимания, абстрактного мышления и других когнитивных процессов.

Пробы для оценки систем кровообращения и дыхания: включают тесты на выносливость, реакцию на физическую нагрузку и другие аспекты сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Проба Летунова:

Проба Летунова - это функциональная проба, используемая в неврологии для оценки нервно-мышечной системы. Применяется для выявления наличия или отсутствия неврологических симптомов при движении конечностей.

Методика пробы Летунова:

Пациент должен сесть на кушетку или стул.

Врач поднимает ногу пациента, согнутую в колене, и просит его сохранять положение.

Пациенту предлагают делать движения стопой, как будто он педалирует, сохраняя положение ноги.

Интерпретация результатов:

Нормальный результат: Пациент может выполнять движения стопой без нарушений.

Положительный результат: если при выполнении пробы Летунова возникают боли, слабость или другие неврологические симптомы, это может свидетельствовать о наличии проблем в нервно-мышечной системе.

Проба Летунова может использоваться в комплексе с другими функциональными пробами для более полного анализа состояния нервно-мышечной системы и выявления возможных патологий.

2. Массаж плечевого сустава. Методика выполнения. Показания.

Массаж плечевого сустава представляет собой процедуру, направленную на улучшение функционального состояния сустава, расслабление мышц и уменьшение боли. Эта процедура может быть эффективным средством в реабилитации после травм, а также при заболеваниях, сопровождающихся ограничением подвижности в плечевом суставе.

Методика выполнения массажа плечевого сустава:

Подготовка пациента:

Пациент должен сидеть или лежать в удобном положении. Раскройте полную картину его состояния, включая историю травм и проблем с плечевым суставом.

Поглаживание и разогрев:

Начните с легких, плавных движений поглаживания по спине, шее и плечу для улучшения кровообращения и расслабления мышц.

Рабочие движения:

Производите kneдение и растирание в области шейно-плечевого пояса, обращая особое внимание на мышцы, окружающие плечевой сустав.

Массаж самого сустава:

Легкими и плавными движениями производите массаж плечевого сустава, обращая внимание на его структуры и область вокруг.

Работа с мышцами плеча:

Осуществите тщательное массажное воздействие на мышцы, соединяющиеся с плечевым суставом, включая дельтовидные, верхние и нижние части трапеции.

Работа с лимфатической системой:

Примените легкие вибрационные движения для стимуляции лимфодренажа и улучшения оттока лишней жидкости.

Работа с подвижностью:

Проводите пассивные движения в плечевом суставе, поощряя его естественные амплитуды движения.

Окончание сеанса:

Завершите массаж легкими движениями поглаживания для создания приятного завершения процедуры.

Показания для массажа плечевого сустава:

Посттравматическая реабилитация: после переломов, вывихов или других травм плечевого сустава.

Остеоартроз и артрит: для улучшения подвижности и снижения боли при заболеваниях суставов.

Мышечные напряжения: при наличии мышечных напряжений и спазмов в области плечевого сустава.

Синдром "замороженного" плеча: для улучшения подвижности в случаях, когда сустав становится жестким и болезненным.

Профилактика и расслабление: для предотвращения напряжения и поддержания здоровья плечевого сустава.

Важно проводить массаж плечевого сустава с учетом индивидуальных особенностей пациента и при наличии каких-либо противопоказаний проконсультироваться с врачом.

3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

Попадание инородных тел в организм может вызвать различные проблемы, от поверхностных порезов до серьезных угроз жизни. Оказание первой помощи в таких случаях требует быстрых и решительных действий.

Шаги оказания первой помощи при попадании инородных тел:

Спокойствие:

Важно сохранять спокойствие, как для пострадавшего, так и для окружающих. Это поможет более эффективно оказать помощь.

Оценка ситуации:

Оцените степень травмы и опасности. При необходимости обеспечьте безопасность для себя и пострадавшего.

Вызов экстренной медицинской помощи:

Если травма серьезная, вызовите скорую помощь. Не откладывайте вызов, если имеется подозрение на серьезные повреждения.

Не пытайтесь удалить инородное тело:

Если инородное тело не выглядит серьезной угрозой и не затрагивает дыхательные пути, не пытайтесь его удалять самостоятельно.

Поддержание дыхания:

Если инородное тело затрагивает дыхательные пути и вызывает задыхание, примените приемы искусственной вентиляции легких. При этом, возможно, вам придется попробовать удалить инородное тело, если оно видно и доступно.

Повышение головы и оказание поддержки:

Если инородное тело находится в шее, оказывайте поддержку шеи, предотвращая движение, чтобы избежать дополнительных повреждений.

Остановка кровотечения:

Если инородное тело вызвало кровотечение, старайтесь остановить его, применяя давление на место кровотечения, используя стерильные материалы.

Транспортировка пострадавшего:

Транспортируйте пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение, особенно при серьезных повреждениях или если инородное тело не может быть безопасно удалено на месте.

Важно:

Не пытайтесь извлекать инородное тело, если:

- пострадавший кашляет или может кашлять;
- он говорит или производит звуки;
- его кожа становится синей или серой, что может быть признаком недостатка кислорода.

Обратитесь за медицинской помощью как можно скорее, даже если инородное тело удалено успешно. Пострадавший может нуждаться в дополнительном обследовании и лечении.

Билет №10

1. Функциональные пробы: требования. Проба Генчи – методика выполнения.

Требования к функциональным пробам:

Безопасность: Пробы должны быть безопасными для пациента. Они не должны вызывать серьезные физические или психологические повреждения.

Надежность: Пробы должны быть достоверными и повторяемыми. Это позволяет врачу получать консистентные результаты при повторных тестированиях.

Стандартизация: Пробы требуют стандартизированной методики выполнения. Это обеспечивает сопоставимость результатов при различных исследованиях.

Простота: Пробы должны быть простыми в выполнении, чтобы облегчить работу врачей и обеспечить их широкое использование.

Валидность: Пробы должны измерять тот параметр или функцию, для которой они предназначены. Иметь высокую валидность означает, что результаты пробы действительно отражают состояние организма.

Проба Генчи:

Проба Генчи является функциональной пробой, используемой в офтальмологии для оценки состояния зрительных функций. Проба проводится с целью выявления недостатков зрения, таких как близорукость.

Методика выполнения:

Подготовка:

Пациент должен быть удобно размещен на расстоянии 5 метров от таблицы с буквами.

Использование таблицы:

На стандартной таблице для пробы Генчи имеются буквы различного размера, расположенные в нескольких рядах.

Одно глазное исследование:

Закрывайте один глаз пациента (например, правый) и попросите его прочесть последовательность букв начиная сверху. Затем перекройте другой глаз (левый) и проведите тот же тест.

Оба глаза:

После одно глазного тестирования, попросите пациента прочесть те же буквы, используя оба глаза.

Регистрация результатов:

Записывайте результаты пробы, фиксируя максимальный размер шрифта, который пациент может прочесть на определенном расстоянии.

Интерпретация результатов:

Если пациент может читать маленькие буквы на значительном расстоянии, его зрение считается хорошим.

Если пациенту трудно читать даже крупные буквы, это может свидетельствовать о наличии проблем с зрением.

Проба Генчи является одним из методов скрининга зрительных функций и может быть использована для раннего выявления дефектов зрения у пациентов. В случае выявления проблем, рекомендуется дополнительное обследование офтальмологом.

2. Массаж: прием «растирание». Физиологическое воздействие приема растирание на организм. Особенности выполнения приема «растирание».

Прием "растирание" в массаже представляет собой один из основных массажных приемов, направленных на улучшение кровообращения, разогревание мышц и улучшение их эластичности. Этот прием также способствует расслаблению мышц, снятию напряжения и общему улучшению тонуса тканей.

Физиологическое воздействие приема "растирание" на организм:

Улучшение кровообращения: Растирание способствует расширению капилляров и увеличению кровотока в массируемой области. Это повышает поступление кислорода и питательных веществ к тканям.

Ускорение метаболизма: Улучшенное кровообращение способствует активации обменных процессов в тканях, что в свою очередь способствует ускорению обмена веществ.

Расслабление мышц: При выполнении растирания массажист создает эффект расслабления мышечных волокон, что полезно при наличии напряжения и спазмов.

Снижение боли: Растирание может помочь снизить болевые ощущения, особенно в области мышц и суставов. Это связано с улучшением кровообращения и расслаблением мышц.

Улучшение подвижности суставов: Массаж "растирание" способствует увеличению гибкости и подвижности суставов, особенно в сочетании с другими массажными методами.

Особенности выполнения приема "растирание":

Начало с легких прикосновений: Процедуру начинают с легких прикосновений и поглаживания для разогрева и подготовки к более интенсивным движениям.

Использование массажного масла: для уменьшения трения и более эффективного скольжения рук по коже рекомендуется использовать массажное масло.

Интенсивность движений: Давление и интенсивность движений во время растирания могут варьироваться в зависимости от целей массажа и индивидуальных предпочтений пациента.

Ориентация движений: Движения во время растирания выполняются вдоль мышц и суставов, следуя их естественному направлению.

Плавность и ритмичность: Движения должны быть плавными, ритмичными и проникающими, чтобы создать эффективное воздействие на ткани.

Важно помнить, что прием "растирание" должен выполняться с учетом индивидуальных особенностей пациента и рекомендаций врача, особенно если у пациента есть какие-либо медицинские противопоказания к массажу.

3. Ожог: понятие, степени ожога. Оказание первой помощи при ожогах.

Ожог – это повреждение тканей, вызванное воздействием тепла, химических веществ, электричества или радиации. Ожоги могут привести к серьезным осложнениям, поэтому оказание первой помощи играет важную роль в начале лечения.

Степени ожога:

I степень: Повреждены только верхние слои кожи (эпидермис). Характеризуется покраснением, отеком и болью. Пример – солнечный ожог.

II степень:

IIa степень: Повреждены эпидермис и верхние слои дермы. Появляются пузыри, кожа горячая, красная, болезненная.

IIb степень: повреждаются глубокие слои дермы. Кожа может быть белой или пятнистой. Больше формируются пузыри.

III степень: Повреждены все слои кожи и возможно подлежащие ткани. Образуется черная корка, кожа может быть белой или угольно-черной.

IV степень: Повреждение затрагивает не только кожу, но и все подлежащие ткани, включая мышцы и кости.

Оказание первой помощи при ожогах:

Безопасность:

Обеспечьте безопасность себе и пострадавшему. Отстраните его от источника ожога.

Вызов скорой помощи:

Вызовите медицинскую помощь, особенно при ожогах II и более степеней, а также при ожогах лица, шеи, рук, ног, паховой области.

Охлаждение ожога:

Охладите ожог холодной водой (не льдом) в течение 10–20 минут. Это поможет снизить болевые ощущения и уменьшить тепловое воздействие.

Удаление одежды:

Удалите одежду, если это безопасно, но не трогайте прилипшие к коже ткани.

Нанесение стерильной повязки:

Нанесите стерильную повязку на охлажденный ожог, чтобы предотвратить заражение.

Поддержание тепла:

После охлаждения ожога, покройте пострадавшего чистым теплым материалом, чтобы предотвратить переохлаждение.

Не используйте мази:

Не используйте мази, кремы или льдины на ожог, так как они могут спровоцировать инфекцию.

Важно помнить, что при ожогах III и IV степени первая помощь не должна включать охлаждение ожога водой, а пострадавшего следует как можно скорее доставить в медицинское учреждение.

Билет №11

1. Функциональные пробы: понятие. Проба Руфье.

Функциональные пробы - это специальные медицинские тесты, предназначенные для оценки различных функций организма при физической нагрузке. Они широко применяются в медицинской диагностике и физической реабилитации.

Проба Руфье - одна из функциональных проб, разработанная французским врачом Альбером Руфье. Эта проба предназначена для оценки общей физической работоспособности и функции сердечно-сосудистой системы пациента.

Методика выполнения пробы Руфье:

Подготовка:

Пациент должен находиться в покое в течение 5 минут перед началом пробы.

Исходная поза:

Пациент стоит спокойно в вертикальном положении.

Пульс в покое:

Измеряется пульс в покое, обычно на сонной артерии, за 15 секунд. Результат умножается на 4 для получения числа ударов в минуту.

Физическая нагрузка:

Пациент выполняет 30 подъемов тела вверх сидя за 45 секунд.

Измерение пульса после физической нагрузки:

Сразу после окончания нагрузки измеряется пульс в течение 15 секунд и также умножается на 4.

Интерпретация результатов:

Если пульс в покое и после нагрузки не превышает 120 ударов в минуту, проба Руфье считается нормальной.

Пульс в покое от 120 до 140 ударов в минуту указывает на некоторое нарушение адаптации к физической нагрузке.

Если пульс в покое превышает 140 ударов в минуту, проба Руфье оценивается как положительная и может свидетельствовать о наличии сердечно-сосудистых проблем.

Проба Руфье несмотря на свою простоту, может быть полезным инструментом для оценки общей физической подготовки и выявления потенциальных проблем со здоровьем, связанных с сердечно-сосудистой системой. Однако оценку следует проводить с учетом других клинических данных и под руководством квалифицированного медицинского специалиста.

2. Классификация массажа. Воздействие массажа на мышечную систему.

Массаж – это комплекс приемов воздействия на ткани и органы организма руками или специальными приспособлениями с целью улучшения их функций. Классификация массажа может быть различной, но основные виды включают:

Классификация массажа:

Медицинский массаж:

Применяется для лечения различных заболеваний и нарушений в организме. Включает в себя разнообразные техники воздействия на ткани, направленные на восстановление здоровья.

Косметический массаж:

Основной целью является улучшение состояния кожи и поддержание ее молодости. Часто применяется в эстетических процедурах.

Спортивный массаж:

Применяется для улучшения физической подготовки спортсменов, снятия усталости и травматического напряжения.

Детский массаж:

Применяется для улучшения физического и эмоционального развития детей.

Реабилитационный массаж:

Направлен на восстановление функций тканей и органов после травм, операций или болезней.

Воздействие массажа на мышечную систему:

Расслабление мышц:

Массаж способствует расслаблению напряженных мышц, уменьшению мышечного спазма и снятию усталости.

Улучшение кровообращения:

Массаж стимулирует кровообращение в мышцах, что повышает поступление кислорода и питательных веществ, а также ускоряет удаление продуктов обмена из тканей.

Улучшение тонуса мышц:

Регулярные массажные процедуры могут способствовать улучшению мышечного тонуса и формированию правильного мышечного напряжения.

Увеличение подвижности суставов:

Массаж способствует улучшению подвижности суставов, растяжению мышц и связок, что особенно важно при лечении или предотвращении заболеваний опорно-двигательной системы.

Снятие боли:

Массаж может помочь уменьшить интенсивность болевых ощущений, особенно при мышечных болях и напряжении.

Улучшение метаболизма:

Регулярные массажи могут способствовать улучшению общего метаболизма организма и выведению токсинов.

Улучшение нервно-мышечной связи:

Массаж может помочь в улучшении нервно-мышечной координации и восстановлении нормального функционирования мышц.

Применение массажа требует определенных навыков и знаний, поэтому важно, чтобы массаж проводился опытным специалистом, знакомым с особенностями различных видов массажа и их воздействием на организм.

3. Вывих: понятие, симптомы. Первая помощь при вывихе.

Вывих – это соскакивание суставных поверхностей костей из их нормального положения. Вывихи могут произойти в результате травмы, несчастного случая или других воздействий на сустав.

Симптомы вывиха:

Боль: Пациент испытывает острую боль в области вывихнутого сустава.

Изменение формы: Сустав может выглядеть неестественно и измененной формы из-за выхода костей из своего обычного положения.

Отек и синяк: В месте вывиха может развиваться отек (отек тканей) и синяк (в результате повреждения сосудов).

Недвижимость: Пострадавший может испытывать затруднения или полную невозможность двигать вывихнутой конечностью.

Слабость или онемение: может возникнуть слабость или онемение в области, прилегающей к вывихнутому суставу.

Первая помощь при вывихе:

Вызов скорой помощи:

Немедленно вызывайте скорую помощь, так как вывихи требуют профессионального вмешательства.

Неподвижность:

Не пытайтесь восстановить вывих самостоятельно. Пострадавшего следует уберечь от движений и транспортировать врачам.

Холод на месте вывиха:

Наложите холод (например, лед в ткань) на место вывиха, чтобы уменьшить отек и облегчить боль.

Фиксация сустава:

Если вы не обладаете медицинскими навыками, не пытайтесь устранять вывих. Попытки самостоятельной репозиции (восстановления) могут привести к усугублению травмы.

Удобное положение:

Помогите пострадавшему занять удобное положение, обеспечив ему поддержку и комфорт до прибытия медицинской помощи.

Вывихи требуют профессионального вмешательства для правильного восстановления. При подозрении на вывих важно предоставить пострадавшему необходимую медицинскую помощь и ожидать прибытия скорой помощи.

Билет №12

1. Функциональные пробы: Классификация. Проба Котова-Дешина.

Функциональные пробы представляют собой специальные медицинские тесты, направленные на оценку функций организма при различных нагрузках или условиях. Они используются для диагностики, контроля состояния здоровья и оценки физической работоспособности. Классификация функциональных проб может быть разнообразной в зависимости от области медицины, но они обычно делятся на:

Классификация функциональных проб:

Кардиологические пробы: оценивают работу сердечно-сосудистой системы под воздействием физической нагрузки. Примеры включают пробу Штанге, пробу Брюша, пробу на велоэргометре.

Неврологические пробы: используются для оценки функций нервной системы. Примеры включают пробу Ромберга, пробу Ласега, пробу Лериша.

Ортопедические пробы: применяются для выявления дефектов в опорно-двигательной системе. Примеры включают пробу Томпсона, пробу Алленби, пробу Мюллера.

Физиотерапевтические пробы: оценивают состояние пациента при физической нагрузке и используются для подбора лечебных упражнений. Примеры включают пробу Бергона, пробу Руфье.

Проба Котова-Дешина:

Проба Котова-Дешина – это кардиологическая функциональная проба, предназначенная для оценки работы сердечно-сосудистой системы. Эта проба часто используется для выявления скрытых форм ишемической болезни сердца.

Методика выполнения пробы Котова-Дешина:

Начальные измерения:

Замеряют пульс и артериальное давление в состоянии покоя.

Физическая активность:

Пациенту предлагают быстро подняться, сидя на 30-40 см в течение 2 минут.

Повторные измерения:

Сразу после подъема и через 1 и 3 минуты измеряют пульс и артериальное давление.

Оценка результатов:

Положительный результат:

Если пульс увеличивается более чем на 20 ударов в минуту, а давление снижается, это может свидетельствовать о наличии скрытой ишемии сердца.

Отрицательный результат:

Если изменения пульса и давления не превышают указанные значения, результат считается отрицательным.

Проба Котова-Дешина может быть полезной в диагностике и мониторинге ишемической болезни сердца, особенно у пациентов с асимптоматической формой заболевания. Однако, как и в случае других функциональных проб, интерпретацию результатов лучше доверить квалифицированным специалистам.

2. Массаж: прием «разминание». Физиологическое воздействие приема разминание на организм. Массаж плеча. Методика выполнения.

"Разминание" – это массажный прием, который включает в себя мягкие, поверхностные движения по коже и мышцам, направленные на подготовку тканей к более интенсивным манипуляциям. Этот прием часто применяется в начале сеанса массажа для улучшения кровообращения, расслабления мышц и создания общего ощущения комфорта.

Физиологическое воздействие приема "Разминание" на организм:

Улучшение кровообращения: Мягкие касания и поверхностные движения стимулируют кровеносные сосуды, улучшая циркуляцию крови и обеспечивая ткани кислородом и питательными веществами.

Расслабление мышц: Прием "Разминание" помогает устранить мышечное напряжение, создавая условия для более глубоких массажных воздействий.

Повышение температуры тканей: Мягкие движения способствуют увеличению температуры кожи и мышц, что улучшает их гибкость и подготавливает к следующим этапам массажа.

Улучшение эластичности тканей: Разминание помогает растягивать и разглаживать соединительные ткани, улучшая их эластичность.

Массаж плеча. Методика выполнения:

Шаги выполнения:

Подготовка клиента:

Обеспечьте комфортное положение клиента на массажном столе или кресле.

Прогревание тканей:

Нанесите массажное масло или крем на область плеча и обратитесь к приему "Разминание", чтобы прогреть ткани.

Работа с верхней частью плеча:

Начните мягкими, круговыми движениями в области верхней части плеча. Используйте легкий натиск, избегайте сильного давления на костные выступы.

Манипуляции с мышцами шеи и плеча:

Переходите к массажу мышц шеи и верхней части спины, используя различные приемы, такие как растирание, легкие потягивания и качающие движения.

Внимание к ключице и лопатке:

Освободите напряжение в области ключицы и лопатки, продолжая использовать разнообразные приемы разминания.

Завершение массажа:

Закончите сеанс массажа постепенно, переходя к более медленным движениям и завершая массаж приемами, направленными на расслабление.

Массаж плеча с приемом "Разминание" не только создает приятное ощущение, но и способствует улучшению состояния тканей, повышению подвижности суставов и общему расслаблению клиента.

3. Растяжение: понятие, симптомы. Первая помощь при растяжении.

Растяжение – это повреждение мягких тканей, таких как мышцы или сухожилия, вызванное избыточным физическим напряжением или перегибом. Растяжение может иметь различную степень тяжести, от легкого до тяжелого.

Симптомы растяжения:

Боль: Острая боль в месте повреждения.

Отек: Возможен отек в области повреждения.

Ограниченная подвижность: Затрудненное или болезненное движение в зоне растяжения.

Покраснение: Воспаление и покраснение вокруг поврежденной области.

Трепетание или появление гематом: Возможно появление трепетания в мышцах или образование гематомы.

Первая помощь при растяжении:

Покой и охлаждение:

При первых признаках растяжения остановите любую физическую активность в пораженной области. Наложите лед (завернутый в ткань) на место растяжения для снижения отека и боли.

Иммобилизация:

При необходимости ограничьте движение поврежденной части тела. Используйте бандаж или жгут для создания дополнительной поддержки.

Поднятие конечности:

Если растяжение затрагивает конечность, поддерживайте ее в приподнятом положении для уменьшения отека.

Анальгетики:

По необходимости применяйте лекарства, такие как парацетамол или ибупрофен, для снятия боли и воспаления. Однако, прежде чем использовать медикаменты, необходимо проконсультироваться с врачом.

Компрессия:

При необходимости используйте компрессионный бандаж для снижения отека.

Консультация врача:

Даже при легких растяжениях, если симптомы продолжаются или усугубляются, важно обратиться к врачу для оценки травмы и получения рекомендаций по дальнейшему лечению и восстановлению.

Важно помнить, что серьезные случаи растяжения могут требовать медицинской помощи и дополнительного обследования. Самолечение может увеличить риск осложнений, поэтому при наличии сомнений рекомендуется обратиться к специалисту.

Билет №13

1. Функциональные пробы: показания и абсолютные и относительные противопоказания. Проба Штанге.

Показания к проведению функциональных проб:

Диагностика заболеваний:

Используются для выявления или подтверждения наличия определенных заболеваний или патологий.

Оценка функционального состояния:

Пробы применяются для оценки функционального состояния различных систем организма в условиях физической нагрузки.

Мониторинг лечения:

Используются для отслеживания эффективности лечения и реабилитации пациентов.

Абсолютные противопоказания:

Острые заболевания:

Пробы не проводятся при острых заболеваниях, таких как инфаркт миокарда, инсульт и другие состояния, требующие немедленной медицинской помощи.

Тяжелые заболевания органов:

При наличии тяжелых поражений сердца, почек, печени и других органов, которые могут быть усугублены физической активностью.

Острые инфекционные заболевания:

В случае острых инфекционных состояний, таких как грипп, пробы могут быть противопоказаны.

Относительные противопоказания:

Хронические заболевания в обострении:

При обострении хронических заболеваний (например, хронического обструктивного бронхита) физическая активность может быть ограничена.

Состояние пациента:

Слабость, анемия, сильная утомляемость – это факторы, которые могут стать относительными противопоказаниями.

Проба Штанге:

Описание:

Проба Штанге — это функциональная проба, используемая для оценки состояния сосудистой системы. Она включает в себя поднятие туловища пациента из положения лежа на спине в положение сидя за счет поднимания ног.

Цель:

Оценка работоспособности сердечно-сосудистой системы и выявление нарушений периферического кровообращения.

Методика выполнения:

Пациент лежит на спине.

Поднимает прямые ноги под углом 45 градусов от горизонтали.

Оценивается время, которое пациент может удержать эту позу.

Интерпретация результатов:

Продление времени удержания ног в поднятом положении может свидетельствовать о нарушениях кровообращения или сердечной недостаточности.

Проба Штанге требует осторожности и проводится под контролем медицинского персонала. Перед проведением любой функциональной пробы важно оценить общее состояние пациента и наличие абсолютных и относительных противопоказаний.

2. ЛФК при заболеваниях нервной системы. Основные правила.

Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях нервной системы:

ЛФК представляет собой комплекс медицинских мероприятий, включающих физические упражнения, направленные на восстановление и поддержание здоровья. При заболеваниях нервной системы ЛФК выполняет важную роль в улучшении общего физического состояния, восстановлении двигательных функций и уменьшении симптомов.

Основные правила лечебной физической культуры при заболеваниях нервной системы:

Индивидуализация программы:

Программа ЛФК должна быть индивидуально подобрана в зависимости от диагноза, степени тяжести заболевания, физической подготовленности пациента и его возможностей.

Постепенное увеличение нагрузок:

Нагрузки следует вводить постепенно, учитывая физическую способность пациента. Это позволяет избежать переутомления и предотвратить возможные осложнения.

Регулярность тренировок:

Для достижения наилучших результатов ЛФК должна быть систематичной. Регулярные занятия способствуют стабильному улучшению физической формы и общего состояния.

Разнообразие упражнений:

Программа ЛФК должна включать разнообразные упражнения, ориентированные на разные группы мышц и аспекты физической активности.

Контроль за состоянием пациента:

Во время занятий следует тщательно контролировать состояние пациента. При появлении боли, дискомфорта или других негативных симптомов тренировку следует приостановить и проконсультироваться с врачом.

Включение аэробных упражнений:

Аэробные упражнения, такие как ходьба, плавание или велосипед, могут быть полезными для укрепления сердечно-сосудистой системы и общего улучшения физической формы.

Контроль за дыханием:

При выполнении упражнений следует обращать внимание на правильное дыхание, что является важным аспектом в реабилитационных мерах.

Соблюдение мер безопасности:

Важно соблюдать меры безопасности при выполнении упражнений, особенно при ограниченных физических возможностях пациента.

ЛФК при заболеваниях нервной системы требует подхода, адаптированного к индивидуальным особенностям пациента и характеру его заболевания. Перед началом занятий необходима консультация врача и разработка индивидуальной программы реабилитации.

3. Первая помощь при укусах насекомых.

Укусы насекомых могут вызывать различные реакции у людей, от незначительных симптомов до серьезных аллергических реакций. Первая помощь при укусах насекомых включает в себя следующие шаги:

Удаление жала:

Если насекомое оставило жало, его следует удалить, предпочтительно не используя пинцет или другие острые предметы, чтобы избежать дополнительного введения яда. Соскребите жало с кожи, двигаясь горизонтально.

Омывание места укуса:

Место укуса следует омыть водой и мылом, чтобы предотвратить возможное инфицирование.

Холодильное компрессирование:

Наложение холодильного компресса (лед в ткани) на место укуса поможет уменьшить отек, боль и зуд. Но не наносите лед напрямую на кожу, чтобы избежать обморожения.

Противозудные средства:

Использование антигистаминных кремов или мазей может помочь уменьшить зуд и воспаление. Локальные средства с гидрокортизоном также могут быть эффективны.

Противовоспалительные препараты:

При необходимости можно принимать противовоспалительные препараты, такие как ибупрофен или парацетамол, чтобы снизить боль и воспаление.

Ограничение физической активности:

Рекомендуется избегать интенсивной физической активности в течение нескольких часов после укуса, чтобы предотвратить распространение яда по организму.

Случаи аллергических реакций:

Отек дыхательных путей, слабость, головокружение:

В случае тяжелой аллергической реакции (анафилаксии) немедленно вызывайте скорую помощь. Поддерживайте пострадавшего в положении полусидя, обеспечивайте свободное дыхание.

Администрирование эпинефрина:

Если у пострадавшего есть анапен (инъекционный эпинефрин), следует внутримышечно ввести препарат согласно инструкции. Это может предотвратить развитие анафилактического шока.

Поддержка дыхания и кровообращения:

При потере сознания начинайте оказывать меры реанимации, включая искусственное дыхание и массаж сердца.

В случае укуса насекомого, особенно если есть риск аллергии, важно немедленно обратить внимание на симптомы и предпринять соответствующие меры первой помощи. Если в течение короткого времени состояние пострадавшего ухудшается, требуется вызвать скорую медицинскую помощь.

Билет №14

1. Функциональные пробы: понятие. Проба Мартинэ-Кушелевского.

Функциональные пробы – это специальные тесты или эксперименты, используемые в медицинской диагностике для оценки функциональных возможностей организма. Эти пробы обычно проводятся с целью выявления патологий, оценки работоспособности систем и органов, а также могут использоваться для мониторинга эффективности лечения.

Проба Мартинэ-Кушелевского – это функциональная проба, направленная на оценку функции верхних дыхательных путей и выявление возможных нарушений в их работе.

Методика выполнения:

Пациенту предлагается высоко поднять руку и удерживать ее в этом положении.

Врач закрывает носовые ходы пациента и попутно удерживает поднятую руку.

Пациент должен вдохнуть через открытый рот.

Оценка результатов:

Положительный результат пробы проявляется в том случае, если при вдохе через рот возникает снижение тонуса или симптомы афонии (потери голоса).

Показания для проведения пробы:

Подозрение на наличие патологий в области гортани и верхних дыхательных путей, таких как нарушения иннервации или функциональные нарушения.

Противопоказания:

Проба может быть нежелательной при наличии острых воспалительных процессов в области верхних дыхательных путей, а также при других состояниях, при которых такие манипуляции могут быть нежелательными или вызывать дополнительные осложнения.

Заключение:

Проба Мартинэ-Кушелевского является одним из методов функционального исследования верхних дыхательных путей, позволяющим выявить возможные нарушения и помочь врачу в установлении диагноза. Проведение таких функциональных проб требует соответствующей квалификации медицинского персонала и должно осуществляться в контролируемых условиях.

2. Массаж: понятие, ударно-вибрационный прием. Физиологическое воздействие ударно-вибрационных приемов на организм.

Массаж представляет собой систематическое механическое воздействие на ткани организма с целью улучшения их функций и общего состояния. Это традиционный метод физической терапии, включающий разнообразные техники, направленные на расслабление мышц, улучшение кровообращения, снятие боли и стимуляцию общего организма.

Ударно-вибрационный прием:

Ударно-вибрационный прием – это один из массажных приемов, включающий ритмические удары и вибрацию, которые могут выполняться различными методами, такими как толчки, легкие удары, кратковременные вибрации рукой или при помощи специальных массажных приборов.

Физиологическое воздействие ударно-вибрационных приемов на организм:

Мышцы и кожа:

Удары и вибрация способствуют расслаблению мышц, улучшению их эластичности и увеличению кровообращения в тканях. Это может помочь в снятии мышечного напряжения и боли.

Сосудистая система:

Массажные воздействия улучшают микроциркуляцию в сосудах, что способствует лучшему поступлению кислорода и питательных веществ в ткани. Это особенно полезно при зажатиях и спазмах.

Нервная система:

Массаж способствует стимуляции нервных рецепторов, что может привести к улучшению нервно-мышечной связи, снижению болевой чувствительности и общему расслаблению.

Общее расслабление и стрессоразгрузка:

Ударно-вибрационные приемы могут способствовать общему расслаблению организма, снижению стресса и улучшению психоэмоционального состояния.

Лимфатическая система:

Массажные движения стимулируют лимфатический дренаж, помогая улучшить отток лимфы и удаление токсинов из организма.

Общее физическое и психическое благополучие:

Ударно-вибрационные приемы могут оказывать общеукрепляющее воздействие, способствуя улучшению самочувствия и общего физического тонуса.

Важно отметить, что применение массажных методов, включая ударно-вибрационные приемы, требует профессиональных навыков и должно осуществляться под контролем обученного специалиста.

3. Понятие, виды кровотоков. Оказание первой помощи при кровотечении.

Кровотечение - это процесс непроизвольного выхода крови из сосудов, нарушение целостности сосудистой стенки. Кровотечение может возникнуть из артерий, вен, капилляров или смешанного типа.

Виды кровотечений:

Артериальные кровотечения:

Характеризуются пульсирующим потоком крови, поскольку артерии переносят кровь под высоким давлением. Артериальные кровотечения требуют более быстрой остановки, так как кровь выбрасывается с каждым сердечным сокращением.

Венозные кровотечения:

Кровь из вен течет более спокойно и обычно темного цвета. Эти кровотечения часто проявляются как непрерывный поток.

Капиллярные кровотечения:

Могут быть труднее заметить, так как кровь просто вытекает из поврежденной области.

Оказание первой помощи при кровотечении:

Позаботьтесь о своей безопасности:

Наденьте перчатки или другие средства защиты, чтобы предотвратить передачу инфекций.

Остановите кровотечение:

Наложите давящий повязочный бинт (желательно стерильный) на место кровотечения. Если кровотечение сильное, можно приложить давление рукой.

Поднимите конечность:

Если это конечность, поднимите ее выше уровня сердца, чтобы уменьшить кровоток.

Наложите жгут:

Если прямое нажатие не помогает, можно наложить жгут выше места кровотечения (между сердцем и местом кровотечения). Жгут следует налагать поверх одежды.

Осуществите давление на точку артерии:

Если известно место кровотечения из артерии, можно оказать давление на точку артерии непосредственно над местом повреждения.

Скорая помощь:

Вызовите скорую медицинскую помощь. Даже если кровотечение удалось остановить, потребуется медицинская оценка.

Важно помнить, что при первой помощи необходимо сохранять спокойствие. Быстрая и правильная реакция может спасти жизнь пострадавшего.

Билет №15

1. Функциональные пробы: понятие. Проба Котова-Дешина.

Функциональные пробы – это специальные тесты, направленные на выявление нарушений в функциональной активности различных систем организма. Они часто применяются в медицинской диагностике для определения состояния здоровья и выявления патологий.

Проба Котова-Дешина является функциональной пробой, используемой для оценки функционального состояния печени. Эта проба может быть использована в ходе медицинских обследований и диагностики.

Методика выполнения:

Подготовка:

Пациенту предлагается натощак собрать первую порцию утренней мочи.

Исследование:

Полученный материал анализируется на содержание уробилина (пигмента, образующегося при разрушении гемоглобина).

Оценка результата:

По результатам анализа уровня уробилина делают вывод о функциональном состоянии печени. Повышенное содержание уробилина может свидетельствовать о нарушениях в работе печени.

Показания для проведения пробы:

Подозрение на заболевания печени:

Проба может быть назначена в случае подозрения на различные патологии печени, такие как гепатит или цирроз.

Мониторинг состояния печени:

Проба Котова-Дешина может использоваться для мониторинга состояния печени при различных хронических заболеваниях.

Контроль лечения:

После начала лечения проба может быть проведена для оценки эффективности терапии и восстановления функции печени.

Противопоказания:

Проба Котова-Дешина не имеет прямых противопоказаний, однако она может быть неинформативной в случаях, когда другие методы диагностики более предпочтительны.

Проба Котова-Дешина является одним из методов, предоставляющих информацию о функциональном состоянии печени и используется в комплексной диагностике печеночных заболеваний. Как и любая диагностическая процедура, ее проведение должно осуществляться под контролем квалифицированных медицинских специалистов.

2. ЛФК при заболеваниях внутренних органов: органов дыхания. Противопоказания.

Методика.

Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях органов дыхания представляет собой комплекс упражнений, направленных на улучшение функционального состояния легких, бронхов и дыхательных мышц. Она может быть эффективным компонентом комплексного лечения различных дыхательных заболеваний.

Противопоказания к ЛФК при заболеваниях органов дыхания:

Острые фазы заболевания:

Лечебная физкультура не рекомендуется в острой стадии заболевания, когда организм находится в состоянии воспаления или обострения.

Тяжелое общее состояние:

При наличии тяжелого общего состояния пациента, сопровождающегося высокой температурой или другими серьезными симптомами, начинать ЛФК следует после стабилизации состояния.

Сердечная недостаточность:

ЛФК требует осторожности при сердечной недостаточности. Упражнения должны быть адаптированы к индивидуальным возможностям пациента.

Противопоказания к физической активности:

Любые противопоказания к физической активности также будут противопоказаниями к ЛФК.

Методика ЛФК при заболеваниях органов дыхания:

Дыхательные упражнения:

Включают в себя глубокие вдохи и выдохи, регулирование дыхания. Это помогает улучшить функцию легких и эффективность дыхательной системы.

Упражнения для расширения грудной клетки:

Например, медленные повороты туловища, расширение реберных дуг, упражнения с резиновой лентой.

Упражнения для укрепления дыхательных мышц:

Включают в себя использование специальных дыхательных устройств и тренировку мышц вдоха и выдоха.

Кардиотренировка:

Умеренные физические упражнения для улучшения общей физической формы.

Релаксация и медитация:

Упражнения для снятия стресса, улучшения психоэмоционального состояния.

Контроль за позой:

Занятия с учетом правильной осанки, что помогает улучшить дыхательную функцию.

Важно подчеркнуть, что лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания должна проводиться под руководством врача и поддерживаться врачебным контролем, чтобы адаптировать программу тренировок к индивидуальным особенностям и потребностям каждого пациента.

3. Ожог: понятие, степени ожога. Оказание первой помощи при ожогах.

Ожог – это повреждение тканей, вызванное воздействием тепла, химических веществ, электричества или других агентов. Ожоги могут быть различной степени тяжести, и оказание первой помощи играет ключевую роль в минимизации последствий.

Степени ожога:

I степень:

Повреждение ограничено до верхнего слоя кожи (эпидермис). Характеризуется покраснением, отеком и болями.

II степень:

Повреждение проникает глубже в кожу (эпидермис и дерма). Характеризуется пузырьками, болями, покраснением и отеком.

III степень:

Повреждены все слои кожи и иногда подлежащие ткани. Характеризуется образованием черной корки, потерей чувствительности, иногда безболезненностью из-за повреждения нервных окончаний.

IV степень:

Повреждены все слои кожи, подлежащие ткани, кости и иногда внутренние органы. Часто требуется хирургическое вмешательство.

Оказание первой помощи при ожогах:

Прекратить воздействие:

Уберите пострадавшего из источника огня, промывайте химические вещества водой или снимайте одежду, если она загорелась.

Охладить ожог:

Промывайте ожог холодной водой (не ледяной) в течение 10-20 минут. Это поможет снизить температуру тканей и предотвратить распространение повреждения.

Удалить одежду:

Если одежда не прилипла к коже, ее нужно удалить. Однако, если она прилипла, не пытайтесь ее отдирать, так как это может усугубить повреждения.

Покрыть чистым материалом:

После охлаждения ожог покройте чистой сухой повязкой или тканью, чтобы предотвратить инфекцию.

Поддерживать дыхание и циркуляцию:

Если пострадавший не дышит, начните искусственное дыхание и вызовите скорую помощь.

Боль:

Дайте пострадавшему анальгетики, если это необходимо и не противопоказано.

Не используйте лед:

Не наносите лед, так как это может усугубить повреждения тканей.

В случае ожогов важно немедленно вызвать медицинскую помощь. Оказание первой помощи помогает предотвратить ухудшение состояния пострадавшего и минимизировать последствия ожога.

Билет №16

1. Функциональные пробы: классификация. Проба Яроцкого.

Функциональные пробы представляют собой специальные тесты, направленные на оценку функционального состояния организма. Они широко используются в медицинской диагностике для выявления нарушений в работе различных систем органов.

Классификация функциональных проб:

Пробы физической нагрузки:

Оценивают функциональное состояние сердечно-сосудистой системы под воздействием физической активности, например, велоэргометрическая проба.

Пробы для оценки нервной системы:

Включают в себя тесты на координацию движений, равновесие, реакцию и другие.

Пробы для исследования дыхательной системы:

Позволяют оценить объемы и скорости дыхания, например, спирометрическая проба.

Пробы для оценки работы печени и почек:

Включают в себя различные тесты, например, пробу с мочевиной для оценки функции почек.

Пробы для исследования эндокринной системы:

Оценивают уровни гормонов в крови, такие как глюкоза, тиреоидные гормоны и другие.

Проба Яроцкого:

Проба Яроцкого - это функциональная проба, используемая для оценки состояния центральной нервной системы, в частности, для выявления симптомов нарушения центральной гемодинамики.

Методика выполнения:

Подготовка пациента:

Пациенту предлагают лечь на спину, расслабиться и закрыть глаза.

Поднятие ног:

Врач поднимает одну из ног пациента в вертикальное положение на 45 градусов, удерживая ее в этом положении в течение нескольких минут.

Оценка симптомов:

Врач следит за реакцией пациента, особенно за появлением головокружения, бледностью, потливостью и другими симптомами.

Повторение с другой ногой:

Процедура повторяется с другой ногой.

Оценка результатов:

Положительные симптомы:

Появление головокружения, бледности, потливости может свидетельствовать о нарушениях центральной гемодинамики.

Отрицательные симптомы:

Отсутствие вышеупомянутых симптомов.

Проба Яроцкого может использоваться в неврологии для выявления заболеваний центральной нервной системы и оценки состояния кровообращения в мозге. Важно, чтобы проведение таких проб осуществлялось квалифицированным медицинским персоналом, и результаты интерпретировались в контексте общей клинической картины.

2. ЛФК при заболеваниях нервной системы. Неврит. Основные правила.

Лечебная физическая культура (ЛФК) играет важную роль в комплексном лечении заболеваний нервной системы, таких как невриты, которые характеризуются воспалением периферических нервов. Основные принципы ЛФК при неврите включают в себя осторожность, индивидуализацию и последовательность.

Основные правила ЛФК при неврите:

Оценка состояния пациента:

Перед началом ЛФК врач должен оценить общее состояние пациента, степень выраженности неврита, наличие сопутствующих заболеваний.

Индивидуализация программы:

Программа ЛФК должна быть индивидуализирована под конкретного пациента, учитывая его возраст, физическую подготовку, степень тяжести заболевания и прочие факторы.

Учет стадии заболевания:

В начальной стадии неврита акцент может быть сделан на упражнениях для улучшения кровообращения и снятия отека. На более поздних этапах активизируют упражнения для восстановления двигательных функций.

Упражнения для улучшения координации и равновесия:

Поскольку неврит может влиять на чувствительность и двигательные функции, упражнения, направленные на улучшение координации и равновесия, могут быть включены в программу.

Упражнения для укрепления мышц:

Восстановление мышечного тонуса и силы является важной частью программы. Упражнения для укрепления мышц, близких к пораженным нервам, могут способствовать улучшению двигательных функций.

Упражнения для улучшения подвижности:

Развитие подвижности в пораженных суставах также может быть важным компонентом программы ЛФК.

Внимание к эргономике:

При проведении занятий следует уделять внимание правильной эргономике, чтобы избежать перегрузки и травм.

Постепенность и контроль:

Программа ЛФК должна быть введена постепенно, с контролем за реакцией пациента. В случае усиления болей или других негативных реакций требуется коррекция программы.

Важно отметить, что перед началом любой программы ЛФК при неврите необходимо получить согласие врача и проводить занятия под его контролем. Эффективность ЛФК при неврите может быть достигнута только при систематичном и правильном подходе к проведению занятий.

3. Понятие, виды кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечении.

Кровотечение — это процесс выхода крови из сосудов в окружающую среду вследствие повреждения сосудистой стенки. Кровотечения могут быть различными по характеру, степени опасности и причинам.

Виды кровотечений:

Артериальные кровотечения:

Характеризуются пульсирующим потоком крови, так как кровь выбрасывается из артерии под давлением с каждым сердечным сокращением.

Венозные кровотечения:

Кровь вытекает из вены более равномерно, чем из артерии, обычно темного цвета.

Капиллярные кровотечения:

Происходят из мельчайших капилляров, обычно медленные, но могут быть длительными.

Оказание первой помощи при кровотечении:

Вызов экстренной помощи:

Немедленно вызывайте скорую медицинскую помощь, если кровотечение значительное.

Остановка кровотечения:

Попробуйте остановить кровотечение, накладывая давление на поврежденное место с использованием стерильного материала, например, бинтов или тряпок.

Поднимите конечность:

Если кровотечение происходит из конечности, поднимите ее выше уровня сердца, чтобы снизить кровоток.

Используйте жгут:

Если кровотечение сильное и не удастся остановить его давлением, можно применить жгут выше поврежденного участка. Жгут необходимо накладывать так, чтобы между жгутом и поверхностью кожи был помещен стерильный материал.

Фиксация повязки:

Фиксируйте наложенную повязку так, чтобы она не соскальзывала, но не затягивайте ее слишком крепко, чтобы не нарушить кровоснабжение.

Ослабление жгута:

При использовании жгута, необходимо ослаблять его каждые 15-20 минут, чтобы избежать тканевых повреждений.

Успокаивание пострадавшего:

После остановки кровотечения успокаивайте пострадавшего, поддерживайте его в горизонтальном положении.

Важно помнить, что оказание первой помощи при кровотечении — это временная мера до прибытия медицинской помощи. Остановка кровотечения является приоритетом, и каждый шаг должен выполняться осторожно и с учетом возможных рисков для пострадавшего.

Билет №17

1. Классификация гипоксических проб. Методики выполнения.

Гипоксические пробы представляют собой методы медицинской диагностики, направленные на оценку адаптации организма к недостатку кислорода (гипоксии). Эти пробы могут использоваться для выявления различных нарушений в работе сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также оценки общей резервирующей способности организма.

Классификация гипоксических проб:

По характеру воздействия:

Статические пробы: оценивают состояние организма при фиксированном уровне физической активности.

Динамические пробы: связаны с изменением уровня физической активности в процессе выполнения пробы.

По методу проведения:

Велоэргометрические пробы: основаны на использовании велоэргометра, оценивают адаптацию сердечно-сосудистой системы к физической нагрузке.

Гипобарические пробы: проводятся в условиях измененного атмосферного давления, например, в гипобарической камере.

Имитационные пробы: оценивают реакцию организма на условия, имитирующие гипоксию.

Методики выполнения гипоксических проб:

Проба с физической нагрузкой (велоэргометрия):

Пациент выполняет физическую активность (велосипед, бег) под контролем медицинского персонала, который оценивает реакцию сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

Проба на гипоксию (гипобарическая камера):

Пациент находится в специальной камере, где создаются условия гипоксии. Мониторятся физиологические параметры и состояние пациента.

Проба с использованием имитационных условий:

Включает в себя различные тесты и обстоятельства, которые могут вызвать гипоксию. Например, проведение пробы в условиях низкого содержания кислорода.

Ингаляционные пробы:

Пациенты вдыхают смеси газов с уменьшенным содержанием кислорода, что создает условия гипоксии. Оценивается их реакция на изменения в составе вдыхаемого воздуха.

Важно отметить, что проведение гипоксических проб требует тщательной подготовки и контроля со стороны квалифицированных специалистов. Такие пробы могут быть использованы в клинической практике для выявления патологий, связанных с нарушением адаптации организма к гипоксии.

2. Массаж лица. Методика выполнения.

Массаж лица является эффективным методом для улучшения кровообращения, тонуса кожи, а также для расслабления мышц и снятия напряжения. Правильно выполненный массаж лица не только приносит удовольствие, но и способствует улучшению общего состояния кожи.

Методика выполнения массажа лица:

Подготовка:

Пациент должен находиться в удобном положении, снять макияж и очистить кожу лица от загрязнений.

Использование массажного масла:

Массажное масло может помочь уменьшить трение кожи и сделать движения более плавными. Масло также увлажняет кожу.

Легкие касания и разогревающие движения:

Начните массаж с легких касаний, которые разогревают кожу и готовят ее к более интенсивным приемам. Используйте круговые движения по всему лицу.

Массаж зоны лба:

Используя кончики пальцев, делайте мягкие круговые движения в зоне лба от центра к вискам.

Массаж области вокруг глаз:

Проводите легкий массаж вокруг глаз, используя мизинец. Двигайтесь по краю орбиты вверх и вниз.

Массаж верхней и нижней челюсти:

Массируйте мышцы верхней и нижней челюсти, делая круговые движения. Это помогает расслабить мышцы и снять напряжение.

Массаж щек:

Используя легкий прикосновения, массируйте щеки от центра к вискам.

Массаж подбородка и шеи:

Проводите массаж подбородка и шеи, двигаясь от центра к виску.

Массаж носа:

Легкими движениями массируйте носовую косточку и окружающие области.

Окончание массажа:

Завершите массаж лица легкими круговыми движениями по всему лицу. Это поможет улучшить микроциркуляцию.

Осторожность в области глаз и губ:

Будьте особенно осторожны при массаже области вокруг глаз и губ, используя легкие и мягкие движения.

Завершение:

Предложите пациенту немного посидеть и расслабиться после массажа. Помогите ему удалить остатки масла, если они есть.

Важно выполнять массаж лица осторожно, избегая сильного давления, особенно в области глаз. Методика массажа может варьироваться в зависимости от целей (расслабление, улучшение тонуса кожи и др.) и индивидуальных особенностей пациента.

3. Оказание первой помощи при попадании в организм инородных тел.

Оказание первой помощи при попадании инородных тел в организм — важный навык, способный предотвратить серьезные последствия. В зависимости от того, где и какое инородное тело попало, могут использоваться различные методы оказания помощи.

Шаги по оказанию первой помощи:

Спокойствие:

Важно сохранять спокойствие и успокоить пострадавшего. Паника может только усугубить ситуацию.

Позиция пострадавшего:

Если инородное тело попало в дыхательные пути, пострадавшего нужно посадить или уложить так, чтобы его голова была ниже туловища. Это может помочь инородному телу выйти из дыхательных путей.

Проверка дыхания:

Если пострадавший не может дышать, начните проводить искусственное дыхание.

Очистка рта:

Попытайтесь визуально обнаружить инородное тело в ротовой полости. Если оно видно, аккуратно удалите его, используя пальцы или поддержку челюсти.

Хлопки по спине:

Если пострадавший кашляет, попросите его кашлять. Если кашель не помогает, исходите к хлопкам по спине. Пострадавшего нужно наклонить вперед, поддерживая грудную клетку, и ударить ему между лопатками 5 раз. Если инородное тело не выходит, повторяйте хлопки до тех пор, пока пострадавший не начнет дышать или не придет медицинская помощь.

Обследование глаз:

При попадании инородного тела в глаза, пострадавшего следует усадить, попросить не моргать и попробовать промыть глаза чистой водой, наклонив его голову в сторону, чтобы вода стекала наружу. Не рекомендуется использовать хлорированную воду или воду с примесями.

Обследование уха:

При попадании инородного тела в ухо, не пытайтесь извлекать его самостоятельно. Закройте ухо стерильным бинтом или чистой салфеткой и обратитесь за медицинской помощью.

Вызов скорой помощи:

Если попытки оказания первой помощи не привели к положительному результату, следует немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.

Важно помнить, что при оказании первой помощи необходимо быть осторожным и избегать действий, которые могут усугубить ситуацию. Если возможно, оставьте извлечение инородного тела профессионалам.

Билет №18

1. Функциональные пробы: требования. Пробы для оценки дыхательной системы.

Требования к проведению функциональных проб:

Безопасность:

Пробы должны быть безопасными для пациента. Их проведение не должно вызывать серьезных негативных последствий для здоровья.

Точность и надежность результатов:

Пробы должны быть стандартизированными, чтобы обеспечить точность и надежность результатов. Это позволяет проводить сравнения между различными исследовательскими группами и оценивать динамику изменений у одного и того же пациента.

Учет возрастных и физиологических особенностей:

При проведении функциональных проб необходимо учитывать возрастные и физиологические особенности пациента, чтобы результаты были более объективными и репрезентативными.

Стандартизация условий проведения:

Пробы требуют стандартизации условий проведения, таких как температура окружающей среды, влажность, атмосферное давление и другие факторы, которые могут влиять на результаты.

Пробы для оценки дыхательной системы:

Спирометрия:

Одна из основных проб для оценки дыхательной системы. Спирометрия измеряет объемы и скорости вдоха и выдоха, такие как ЖЕЛ, ФЕВ₁, ФДД₁.

Максимальная вентиляция легких (MVV):

Оценивает максимальную скорость вентиляции легких в течение 1 минуты при максимальной стимуляции.

Телеэспираторные пробы:

Включают ЧЖЕЛ (чувствительность золота к дыхательным изменениям легких), пробы с метахолином для диагностики бронхиальной астмы.

Диффузионные тесты:

Оценивают способность легких передавать газы из альвеол в кровеносный росток, например, измерение диффузионной способности легких по углекислому газу (DLCO).

Пробы с использованием манометрии:

Оценивают изменения давления в грудной клетке во время дыхания, например, плечевая манометрия.

Бронходилатационные пробы:

Измеряют эффект от приема бронходилататоров на функцию дыхательной системы.

Пробы с использованием пульсоксиметрии:

Оценивают насыщение крови кислородом в периферических тканях.

Каждая из этих проб предоставляет информацию о различных аспектах функции дыхательной системы и используется в диагностике и мониторинге заболеваний легких.

2. ЛФК: понятие, закаливание.

Лечебная физическая культура – это комплекс специально подобранных физических упражнений, направленных на восстановление или улучшение функций организма, а также на предупреждение заболеваний. ЛФК является важной частью комплексного лечения различных заболеваний и травм.

Основные задачи ЛФК включают в себя укрепление мышц, улучшение суставной подвижности, коррекцию осанки, улучшение координации движений и общего физического состояния. Применение ЛФК особенно важно в реабилитационных программах для пациентов после травм, операций, а также при хронических заболеваниях.

Закаливание:

Закаливание – это метод физического воспитания и профилактики, направленный на укрепление организма путем постепенного привыкания к воздействию факторов окружающей среды, таких как холод, тепло, свет, воздух и вода.

Принципы закаливания включают в себя:

Постепенность:

Закаливание должно проходить постепенно, начиная с небольших нагрузок и постепенно увеличивая их. Это позволяет организму адаптироваться к новым условиям.

Систематичность:

Закаливание эффективно только при систематическом применении. Регулярные процедуры закаливания способствуют укреплению иммунитета и повышению устойчивости организма.

Разнообразие факторов:

Важно использовать различные факторы закаливания, такие как воздушные и водные процедуры, смена температурных условий, воздействие света и т.д.

Индивидуальный подход:

Процедуры закаливания должны быть адаптированы к индивидуальным особенностям каждого человека, учитывая его физическое состояние, возраст и здоровье.

Применение методов закаливания может помочь укрепить организм, улучшить кровообращение, повысить сопротивляемость к инфекциям и повысить общую работоспособность. Закаливание часто включается в программы ЛФК как важный компонент для поддержания здоровья и профилактики заболеваний.

3. Ожог: понятие, степени ожога. Оказание первой помощи при ожогах.

Ожог – это повреждение тканей, вызванное воздействием тепла, химических веществ, электричества или радиации. Ожоги могут иметь различные степени тяжести, и их лечение требует комплексного подхода.

Степени ожога:

1 степень:

Повреждение ограничено до поверхностного слоя кожи (эпидермис).

Характеризуется покраснением, отеком и болезненностью.

Обычно не требует специфического лечения и заживает самостоятельно.

2 степень:

Повреждаются как эпидермис, так и дерма.

Характеризуется образованием пузырей, красным отеком и болезненностью.

Требуется более серьезного лечения, возможно, консультации с врачом.

3 степень:

Повреждаются все слои кожи, включая подлежащие ткани.

Ожоги могут выглядеть белыми, черными или варьировать по цвету.

Часто требуется медицинская помощь, может потребоваться хирургическое вмешательство.

4 степень:

Повреждаются все слои кожи и проникают в подлежащие ткани, такие как мышцы и кости.

Требуется срочная медицинская помощь и хирургическое вмешательство.

Оказание первой помощи при ожогах:

Прекращение воздействия:

Остановите воздействие тепла, химических веществ, электричества или другого фактора, вызвавшего ожог.

Охлаждение ожоговой поверхности:

Охладите ожоговую поверхность, используя холодную воду (не ледяную) или холодные компрессы.

Не используйте льдины, так как это может усугубить повреждения.

Удаление одежды:

Аккуратно удаляйте одежду вокруг ожога, если она не прилипла к коже.

Не рвите прилипшую ткань.

Наложение чистого материала:

Накройте ожог чистым материалом (например, марлей) для предотвращения заражения.

Анальгетики:

По необходимости дайте больному анальгетики для облегчения боли (если не возникает аллергической реакции).

Не использовать мази и кремы:

Не наносите мази, кремы или другие средства без консультации с медицинским специалистом.

Вызов скорой помощи:

При ожогах 2 и 3 степени, а также при ожогах больших областей тела, вызовите скорую медицинскую помощь.

Помните, что оказание первой помощи при ожогах – это временная мера. Любой серьезный ожог требует профессионального медицинского вмешательства.

Билет №19

1. Функциональные пробы: пробы для сердечно-сосудистой системы (ЧСС, АД, ЭКГ), методики.

Функциональные пробы для оценки сердечно-сосудистой системы представляют собой специальные тесты, направленные на изучение реакции сердечно-сосудистой системы при физической или химической нагрузке. Они могут включать в себя измерение пульса (ЧСС), артериального давления (АД) и электрокардиограммы (ЭКГ). Результаты этих проб позволяют оценить функциональное состояние сердца и сосудов.

Пробы для сердечно-сосудистой системы:

Проба с физической нагрузкой (велоэргометрия):

Методика: Пациент выполняет физическую активность (например, велосипедное упражнение) под контролем сердечной активности, артериального давления и ЭКГ. Загрузка постепенно увеличивается до максимальных возможностей пациента.

Цель: Оценка реакции сердца на физическую активность, выявление скрытых сердечно-сосудистых заболеваний.

Проба с медикаментозной нагрузкой (проба с добутамином или аденозином):

Методика: Введение медикаментов, стимулирующих сердечную активность, с последующим контролем пульса, артериального давления и ЭКГ.

Цель: используется в случаях, когда физическая активность невозможна из-за состояния пациента. Позволяет оценить резервные возможности сердечно-сосудистой системы.

Проба с ортостатической нагрузкой (тест на наклонный стол):

Методика: Пациент наклоняется на специальном столе под углом с последующим контролем сердечной активности, артериального давления и ЭКГ.

Цель: Оценка реакции сердца на изменение положения тела, выявление скрытых нарушений регуляции кровообращения.

Суточное мониторирование артериального давления (СМАД):

Методика: Измерение артериального давления в течение суток с помощью автоматического манжетного тонометра, который программируется на измерение через определенные интервалы.

Цель: позволяет выявить суточные колебания давления, оценить эффективность лечения гипертонии.

Электрокардиография с нагрузкой (например, проба с Холтером):

Методика: Регистрация ЭКГ в течение длительного времени (обычно 24 часа) в обычных условиях жизни пациента, включая периоды физической активности.

Цель: Оценка электрической активности сердца в повседневных ситуациях, выявление аритмий.

Все эти пробы являются важными методами для оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы и могут быть использованы в диагностике, лечении и мониторинге сердечно-сосудистых заболеваний. Однако, применение и интерпретация таких проб требует высокой квалификации медицинского персонала.

2. ЛФК: Неврит локтевого сустава (причины, методика проведения ЛФК).

Неврит локтевого сустава представляет собой воспаление нерва, иннервирующего локтевой сустав. Это состояние может вызываться различными причинами, такими как травмы, компрессия нерва, воспалительные процессы и другие. Лечение, включая лечебную физическую культуру (ЛФК), направлено на улучшение функций сустава, снятие болевого синдрома и восстановление нормального объема движений.

Причины неврита локтевого сустава:

Травмы: Удары, переломы, вывихи могут повреждать нервы, вызывая их воспаление.

Компрессия нерва: Длительное сдавливание нерва может происходить при неудобном положении руки, например, при соне.

Воспалительные процессы: Различные воспалительные заболевания, такие как артрит или бурсит, могут затронуть локтевой сустав и вызвать неврит.

Инфекции: Инфекционные заболевания также могут быть причиной воспаления нерва в локтевом суставе.

Методика проведения ЛФК при неврите локтевого сустава:

Разработка общей подвижности сустава:

Простые упражнения для восстановления общей подвижности локтевого сустава, такие как плавные гибки и разгибания.

Укрепление мышц вокруг сустава:

Упражнения для укрепления мышц плеча, предплечья и руки помогут поддерживать сустав и предотвращать его деформацию.

Работа над ловкостью и координацией движений:

Специальные упражнения для улучшения ловкости и координации, например, использование мяча или других снарядов.

Растяжка мышц и связок:

Тщательная растяжка мышц и связок вокруг локтевого сустава может помочь уменьшить напряжение и болевые ощущения.

Тепловые процедуры:

Применение тепла перед выполнением упражнений может помочь расслабить мышцы и улучшить кровоток.

Массаж и физиотерапия:

Массаж и физиотерапевтические процедуры могут дополнительно помочь в восстановлении функций сустава и снятии болевого синдрома.

Важно отметить, что применение ЛФК должно быть индивидуализированным и проводиться под руководством квалифицированного специалиста, учитывая особенности каждого пациента и стадию заболевания. ЛФК при неврите локтевого сустава может быть частью комплексного лечения, включая медикаментозную терапию и другие методы физиотерапии.

3. Симптомы нарушения кровообращения и остановки дыхания. Оказание первой помощи при остановке кровообращения и дыхания.

Симптомы нарушения кровообращения:

Бледность кожных покровов: при недостаточной циркуляции крови кожа становится бледной.

Холодные конечности: Недостаток кровоснабжения приводит к похолоданию рук и ног.

Слабость и головокружение: Обусловлены недостаточным поступлением крови и кислорода к мозгу.

Одышка и учащенное сердцебиение: Попытки организма компенсировать недостаточность кислорода.

Потеря сознания: В тяжелых случаях может произойти потеря сознания из-за критического снижения кровотока к мозгу.

Симптомы остановки дыхания:

Отсутствие движения грудной клетки: Отсутствие видимых признаков дыхательных движений.

Отсутствие воздушных звуков: не слышно выдыхания или вдыхания.

Отсутствие пульсации на сонной артерии: Пульсация в области сонной артерии не ощущается.

Оказание первой помощи при остановке кровообращения и дыхания:

Вызов экстренной медицинской помощи: немедленно вызовите скорую помощь, сообщите о ситуации и следуйте их рекомендациям.

Начало кардиопульмональной реанимации (КПР):

Если человек не дышит и отсутствует пульс, начинайте меры по оживлению. Поставьте пострадавшего на твердую поверхность.

Начните массаж сердца: сделайте 30 надавливаний на грудную клетку (компрессии) на глубину 5-6 см, затем выполните 2 искусственных вдоха. Продолжайте в соотношении 30:2.

Использование автоматического внешнего дефибриллятора (АВД):

Если у вас есть доступ к АВД, следуйте его инструкциям по использованию.

Некоторые АВД автоматически анализируют ритм сердца и дают команды о продолжении КПР или о доставке ударов электрического тока.

Оказание первой помощи при нарушении кровообращения:

Положите пострадавшего на спину, поднимите его ноги выше уровня головы.

Убедитесь, что дыхательные пути свободны и не имеют препятствий.

Важно помнить, что оказание первой помощи при остановке кровообращения и дыхания требует профессиональных навыков, и по возможности, следует провести соответствующий курс обучения по оказанию первой помощи и реанимации.

Билет №20

1. Функциональные пробы: показания, абсолютные и относительные противопоказания.

Проба Ромберга.

Показания к проведению функциональных проб:

Диагностика баланса и координации: Пробы могут использоваться для оценки способности поддерживать равновесие и координацию движений.

Выявление неврологических нарушений: Пробы часто применяются для обнаружения симптомов неврологических заболеваний и оценки функции вестибулярного аппарата.

Абсолютные противопоказания к проведению функциональных проб:

Тяжелые сердечно-сосудистые заболевания: Пробы, связанные с физической активностью, могут быть опасными для пациентов с сердечными проблемами.

Острые инфекционные заболевания: В случае, если пробы включают физическую активность, они не рекомендуются при острой инфекции.

Острые состояния позвоночника: Пробы, требующие изменения положения тела, могут быть противопоказаны при острой боли в позвоночнике.

Относительные противопоказания к проведению функциональных проб:

Хронические заболевания: Некоторые пробы могут быть непригодны для пациентов с хроническими состояниями, такими как артрит или хроническая боль.

Проблемы с зрением или слухом: Некоторые пробы могут зависеть от нормального функционирования зрительной или слуховой системы.

Проба Ромберга:

Сущность пробы: Пациент стоит с закрытыми глазами и ноги слегка прижаты друг к другу. Врач наблюдает за стабильностью пациента.

Показания:

Диагностика нарушений равновесия.

Выявление проблем с вестибулярным аппаратом.

Методика:

Пациент стоит, ноги вместе, руки вдоль тела, глаза закрыты.

Врач оценивает, сохраняет ли пациент равновесие или проявляет ли наклонения в стороны.

Проба Ромберга особенно полезна при подозрении на нарушения вестибулярного аппарата, а также при оценке координации и баланса в неврологии. При проведении любых функциональных проб важно учитывать состояние пациента и возможные противопоказания, чтобы избежать нежелательных последствий.

2. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Показания и противопоказания к назначению. ЛФК. Методика проведения.

Показания к назначению ЛФК при заболеваниях ЖКТ:

Хронические заболевания желудка и кишечника: Лечение функциональных расстройств и поддержание тонуса желудочно-кишечного тракта.

Послеоперационное восстановление: Улучшение моторики, восстановление мышц и укрепление брюшной стенки после хирургических вмешательств.

Синдром раздраженного кишечника (СРК): Умеренные физические упражнения могут помочь улучшить перистальтику и облегчить симптомы.

Противопоказания к назначению ЛФК при заболеваниях ЖКТ:

Острые воспалительные процессы: ЛФК может быть противопоказана в период острого воспаления желудка или кишечника.

Перитонит: ЛФК может быть нежелательной при перитоните или других острых состояниях брюшной полости.

Кишечная непроходимость: Физические упражнения могут быть противопоказаны при полной кишечной непроходимости.

Острые кровотечения: ЛФК следует избегать в период острых кровотечений из ЖКТ.

Методика проведения ЛФК при заболеваниях ЖКТ:

Комплекс упражнений:

Включает умеренные физические упражнения, направленные на укрепление мышц брюшной стенки.

Дыхательные упражнения могут способствовать расслаблению и улучшению тонуса.

Физическая активность:

Индивидуально подбирается в зависимости от состояния пациента и стадии заболевания.

Регулируется интенсивность и продолжительность тренировок.

Массаж:

Применяется для улучшения кровообращения в области ЖКТ, расслабления мышц и улучшения перистальтики.

Гимнастика для брюшной полости:

Включает упражнения, направленные на активизацию работы кишечника и улучшение перистальтики.

Диета и режим:

Дополняется рекомендациями по правильному питанию и режиму дня, соответствующим состоянию пациента.

ЛФК при заболеваниях ЖКТ требует индивидуального подхода и назначения врача, учитывая характер заболевания и общее состояние пациента. Регулярные занятия под

контролем специалиста могут способствовать улучшению функции ЖКТ и повышению качества жизни.

3. Первая помощь при травмах в области позвоночника и таза.

Травмы в области позвоночника и таза могут быть серьезными и требуют осторожного и компетентного подхода при предоставлении первой помощи. Важно помнить, что неправильные действия могут усугубить повреждения и привести к серьезным последствиям. Вот несколько основных моментов по предоставлению первой помощи при таких травмах:

Травмы в области позвоночника:

Вызов скорой помощи: Первым шагом является немедленный вызов скорой помощи. Транспортировка пострадавшего с травмой позвоночника должна производиться специальными средствами с минимальным воздействием на позвоночник.

Не перемещать пострадавшего: важно избегать любого движения позвоночника. Перемещение может привести к дополнительным повреждениям.

Обеспечение стабильности головы и шеи: при наличии поддержки, убедитесь, что голова и шея пострадавшего надежно фиксированы, чтобы предотвратить дополнительные повреждения шейного отдела позвоночника.

Обеспечение дыхания: Проверьте, дышит ли пострадавший. Если он перестал дышать, проведите искусственное дыхание и сердечно-легочную реанимацию.

Травмы в области таза:

Вызов скорой помощи: немедленно вызовите медицинскую помощь.

Поддержание покоя: Пострадавшего следует уложить на твердую поверхность и обеспечить покой.

Наложение холода: при наличии отека и боли можно применить холод на область травмы, что поможет уменьшить отек и обезболить.

Не предпринимать попыток выправить костные элементы: это должно быть сделано только врачом.

Общие моменты:

Оценка общего состояния: всегда оценивайте общее состояние пострадавшего, обеспечивайте его комфортом и общей стабильностью.

Не оставлять пострадавшего в одиночестве: Постарайтесь поддерживать пострадавшего и оставаться с ним до прибытия медицинской помощи.

Важно помнить, что предоставление первой помощи при травмах в области позвоночника и таза требует знаний и опыта. Передвижение пострадавшего и вмешательство в механизм повреждения должны производиться только квалифицированными специалистами.

Билет №21

1. Вегетативно-сосудистые пробы: классификация, методика выполнения.

Вегетативно-сосудистые пробы представляют собой комплекс методов, направленных на оценку реакций вегетативной нервной системы и кровеносных сосудов организма в ответ на различные стимулы. Эти пробы используются для диагностики различных заболеваний, особенно в области кардиологии и неврологии. Вот классификация и методика выполнения вегетативно-сосудистых проб:

Классификация вегетативно-сосудистых проб:

Пробы с холодной водой:

Проба с холодной водой по Мизесу: Пострадавший опускает руку в емкость с холодной водой. Оценивается реакция сосудов и кожи на холод.

Пробы с гипервентиляцией:

Проба Чебышева: Пострадавший выполняет глубокие вдохи и выдохи в течение 3-5 минут. Оценивается реакция сердечной деятельности и сосудов.

Пробы с физической активностью:

Проба с 6-минутной ходьбой: Пострадавший ходит шагом в течение 6 минут. Оценивается выносливость и реакция сердечно-сосудистой системы.

Пробы с фармакологическими стимулами:

Проба с атропином: Введение атропина для стимуляции сердечной активности. Оценивается реакция на увеличение частоты сердечных сокращений.

Методика выполнения вегетативно-сосудистых проб:

Подготовка пострадавшего:

Оценка общего состояния, сбор анамнеза, объяснение процедуры.

Измерение базовых параметров:

Замер частоты сердечных сокращений, артериального давления, оценка дыхания.

Выполнение пробы:

Согласно выбранной пробе, пострадавший выполняет определенные действия (например, гипервентиляцию, ходьбу, погружение в холодную воду).

Оценка реакции:

Замер параметров во время и после выполнения пробы. Регистрация изменений в сердечной деятельности, артериальном давлении, дыхании, а также возможных симптомов (головокружение, потеря сознания).

Интерпретация результатов:

Анализ реакции организма на проведенную пробу и их соответствие норме.

Важно отметить, что выполнение вегетативно-сосудистых проб должно осуществляться под контролем квалифицированного медицинского персонала, который может быстро реагировать на возможные осложнения или нежелательные реакции пострадавшего.

2. ЛФК при нарушении обмена веществ: противопоказания. ЛФК при сахарном диабете.

ЛФК при нарушении обмена веществ: противопоказания:

Декомпенсированный сахарный диабет: если сахарный диабет плохо контролируется и существует риск острых осложнений, физическая активность может быть противопоказана.

Тяжелые формы ожирения: В случае выраженного ожирения, которое может создать дополнительную нагрузку на суставы и сердечно-сосудистую систему.

Острые воспалительные процессы: ЛФК может быть противопоказана при наличии острых воспалительных процессов в организме.

Тяжелые заболевания сердечно-сосудистой системы: В случае наличия серьезных нарушений в работе сердца и сосудов.

Острые и хронические заболевания легких: при остром течении заболеваний легких и их хроническом обострении.

ЛФК при сахарном диабете:

Индивидуализация программы занятий: Программа ЛФК должна быть адаптирована к индивидуальным особенностям пациента, учитывая возраст, физическую подготовку, наличие осложнений и общее состояние.

Контроль уровня глюкозы: важно регулярно контролировать уровень глюкозы в крови до, во время и после физической активности, чтобы избежать резкого изменения уровня сахара.

Умеренные нагрузки: Физическая активность должна быть умеренной и регулярной. Это может включать в себя ходьбу, плавание, йогу и другие упражнения.

Контроль дыхания: уделите внимание контролю дыхания во время занятий. Это поможет уменьшить стресс и поддерживать уровень кислорода в организме.

Обучение пациента: Пациенту важно быть обученным и информированным о том, как управлять своим состоянием при физической активности.

Избегание перегрева и переутомления: важно избегать перегрева и переутомления, особенно при наличии осложнений сосудов и нервов.

ЛФК при сахарном диабете следует проводить под наблюдением врача и специалиста по физической реабилитации, чтобы обеспечить безопасность и эффективность тренировок.

3. Растяжение: понятие, симптомы. Первая помощь при растяжении.

Понятие растяжения:

Растяжение представляет собой повреждение мягких тканей, таких как мышцы или сухожилия, вызванное излишним растяжением или натяжением в результате сильного физического воздействия. Это состояние может возникнуть при резком движении, поднятии тяжестей или других нагрузках на ткани.

Симптомы растяжения:

Боль: Основным симптомом является боль в зоне повреждения. Она может быть непосредственно после травмы или появиться через несколько часов.

Отек: Растяжение может сопровождаться отеком в области повреждения из-за воспаления тканей.

Ограничение подвижности: Пострадавший может испытывать затруднения в движении сустава или конечности из-за боли и ограничения подвижности.

Краснота или покраснение: возможно появление красноты в месте повреждения из-за расширения капилляров и увеличения кровотока.

Первая помощь при растяжении:

Остановка активности: Пострадавший должен прекратить любую активность, вызвавшую растяжение.

Покой и фиксация: Поврежденной области нужно предоставить покой и зафиксировать, чтобы предотвратить дополнительные повреждения.

Холод: Нанесение холода (ледяного компресса) на зону растяжения поможет уменьшить отек, воспаление и облегчит боль. Важно использовать холод в течение первых 24-48 часов после травмы.

Компрессия: Оберните поврежденную область эластичным бинтом, чтобы уменьшить отек.

Поднятие: поддержите конечность с растяжением, подняв ее над уровнем сердца, чтобы уменьшить отечность.

Принятие болеутоляющих препаратов: По рекомендации врача можно принять болеутоляющие препараты для облегчения боли и воспаления.

Консультация с врачом: если болезненность и отечность сохраняются или ухудшаются, важно обратиться к врачу для дальнейших рекомендаций и возможного лечения.

Важно помнить, что при подозрении на серьезные повреждения или если симптомы сохраняются, необходима консультация с врачом.

Билет №22

1. Функциональные пробы: основные требования (по Егоровой М.А.), показания для немедленного прекращения тестирования (по Егоровой М.А.).

Основные требования при проведении функциональных проб (по Егоровой М.А.):

Безопасность: Пробы должны быть безопасными для пациента, исключая возможность получения им травмы или негативного воздействия на здоровье.

Клиническая значимость: Пробы должны иметь клиническую значимость и отражать функциональные особенности организма.

Объективность: Результаты проб должны быть объективными и воспроизводимыми, то есть способными быть интерпретированными однозначно разными исполнителями.

Стандартизация: Пробы должны быть стандартизированными, что обеспечивает единый подход к их проведению и интерпретации результатов.

Простота проведения: Пробы должны быть легкими в выполнении, чтобы минимизировать возможные ошибки и обеспечить их широкое применение.

Показания для немедленного прекращения тестирования (по Егоровой М.А.):

Боли: Появление сильной боли у пациента в процессе выполнения пробы является четким сигналом для немедленного прекращения тестирования. Боль может указывать на травму или неспособность пациента продолжать.

Ограничения дыхания: если пациент испытывает трудности с дыханием или другие дыхательные проблемы, необходимо сразу остановить пробу.

Сердечные расстройства: Появление сердечных симптомов, таких как чрезмерное ускорение сердечного ритма, аритмии или боли в области сердца, требует тщательной оценки и прекращения тестирования.

Системные нарушения: Любые системные нарушения, такие как головокружение, тошнота, потеря сознания, являются показаниями для немедленного прекращения пробы.

Неудовлетворительный ответ на тестирование: если результаты тестирования неудовлетворительны или не соответствуют ожидаемым, проба также должна быть остановлена.

Эти показания обеспечивают безопасность пациента и позволяют избежать дополнительных травм или осложнений в результате функционального тестирования. Осмотр и оценка состояния пациента должны проводиться немедленно при появлении указанных признаков.

2. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Основные симптомы сердечно-сосудистых заболеваний. Упражнения ЛФК при хронической сердечной недостаточности.

ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы:

Основные симптомы сердечно-сосудистых заболеваний:

Боль или дискомфорт в области груди: это может включать в себя чувство давления, стеснения или жжения.

Одышка или затрудненное дыхание: Пациенты могут испытывать одышку даже при небольших физических нагрузках или в покое.

Учащенное или нестабильное сердцебиение: Нарушения ритма сердца могут быть симптомом сердечной проблемы.

Отеки: Накопление жидкости в тканях, особенно в ногах и нижних конечностях.

Усталость и слабость: Общая слабость и усталость могут быть следствием сниженной эффективности сердечной работы.

Синюшность кожи (цианоз): Недостаточная циркуляция кислорода в крови может привести к синюшности кожных покровов.

Спутанные мысли или сознание: Нарушения кровоснабжения мозга могут вызвать путаницу или даже потерю сознания.

Упражнения ЛФК при хронической сердечной недостаточности:

Ходьба: Постепенные и умеренные прогулки могут помочь улучшить общую физическую форму и уменьшить одышку.

Упражнения на велотренажере: это нежные упражнения, которые укрепляют ноги и улучшают выносливость.

Плавание: Водные упражнения снижают нагрузку на суставы и сердце, улучшая физическую форму.

Растяжка: улучшает гибкость и уменьшает напряжение в мышцах.

Дыхательные упражнения: Обучение правильному дыханию может помочь справляться с одышкой и улучшить кислородопотребление.

Упражнения на укрепление мышц верхней части тела: Поднимание легких весов или использование резиновых растяжек для укрепления мышц рук и плеч.

Важно, чтобы ЛФК проводилась под контролем врача и физиотерапевта, учитывая особенности состояния пациента и степень сердечной недостаточности. Тренировки должны быть адаптированы к физическим возможностям пациента и проводиться под регулярным медицинским контролем.

3. Первая помощь при внутреннем кровотечении.

Внутреннее кровотечение — это потеря крови, которая происходит внутри организма и не видна снаружи. Это может быть вызвано различными причинами, такими как травмы, язвы, повреждения органов.

Первая помощь при внутреннем кровотечении:

Вызов скорой помощи: незамедлительно вызывайте скорую помощь. Внутренние кровотечения могут быть серьезными и требовать профессиональной медицинской помощи.

Помощь пострадавшему принимать положение полусидя или сидя: Это может помочь улучшить кровообращение и уменьшить давление на органы.

Сдерживание тревожных симптомов: Спокойствие пострадавшего может снизить риск дополнительных осложнений.

Предоставление тепла: если пострадавший не замерзает, предоставьте ему теплую одежду или одеяло. Это может помочь улучшить кровообращение.

Не предоставлять еду и напитки: Воздерживайтесь от предоставления еды и напитков пострадавшему до прибытия медицинской помощи, поскольку это может быть необходимо при проведении хирургического вмешательства.

Не давать лекарств: не давайте пострадавшему лекарств без указания врача.

Отслеживание симптомов: внимательно отслеживайте состояние пострадавшего. Если у него появляются признаки остановки сердца или прекращения дыхания, приступайте к оказанию реанимационных мероприятий, если у вас есть соответствующая подготовка.

Важно помнить, что внутреннее кровотечение требует профессиональной медицинской помощи. Предоставьте скорую помощь как можно быстрее и не предпринимайте самостоятельных мероприятий, которые могут ухудшить ситуацию.

Билет №23

1. Функциональные пробы: показания, классификация. Проба Руфье.

Функциональные пробы представляют собой специальные тесты, направленные на оценку различных функциональных характеристик организма. Они могут использоваться в медицинских и физиотерапевтических целях для выявления состояния пациента.

Показания для проведения функциональных проб:

Диагностика заболеваний: Пробы могут использоваться для выявления наличия или степени развития определенных заболеваний или состояний.

Оценка функциональных возможностей: Пробы позволяют определить функциональные возможности систем организма, таких как сердечно-сосудистая или дыхательная системы.

Контроль эффективности лечения: Проведение функциональных проб может быть полезным для оценки эффективности лечебных мероприятий и восстановления пациента.

Скрининг здоровья: Некоторые функциональные пробы могут использоваться для общего скрининга здоровья и выявления предрасположенности к определенным заболеваниям.

Классификация функциональных проб:

Пробы для оценки сердечно-сосудистой системы: включают в себя тесты на выносливость, мониторинг сердечного ритма, измерение артериального давления.

Пробы для оценки дыхательной системы: включают в себя тесты на легочную вентиляцию, оценку объема легких.

Пробы для оценки нервной системы: включают в себя тесты на координацию, равновесие и рефлексы.

Пробы для оценки мышечной системы: включают в себя тесты на силу, гибкость и выносливость мышц.

Проба Руфье:

Проба Руфье — это одна из функциональных проб, используемая для оценки работоспособности сердечно-сосудистой системы. Применяется для определения уровня адаптации сердца к физической нагрузке.

Методика проведения пробы Руфье:

Исходное положение: Пациент находится в сидячем положении, отдыхая 5 минут.

Пульс: измеряется пульс за 15 секунд.

Физическая нагрузка: Пациент выполняет 30 приседаний за 45 секунд.

Пульс после нагрузки: сразу после выполнения приседаний измеряется пульс за 15 секунд.

Расчет результата:

$$\text{Индекс Руфье} = \left(\frac{\text{Пульс после нагрузки} - \text{Пульс в покое}}{\text{Пульс в покое}} \right) \times 100$$

Интерпретация:

Норма: Индекс Руфье менее 10%.

Удовлетворительное состояние: 10-15%.

Неудовлетворительное состояние: более 15%.

Проба Руфье является индикатором работоспособности сердца и его способности адаптироваться к физической активности.

2. ЛФК: режим двигательной активности (виды и средства ЛФК).

Лечебная физкультура (ЛФК) представляет собой систему физических упражнений, направленных на восстановление или улучшение функций организма при различных заболеваниях, травмах или состояниях.

Режим двигательной активности в ЛФК включает:

Упражнения общеразвивающие (гимнастика):

Цель: Развитие гибкости, силы, выносливости, улучшение координации движений.

Примеры: Упражнения на растяжку, повороты туловища, приседания.

Упражнения для корригирования осанки:

Цель: Коррекция деформаций позвоночника, укрепление мышц спины.

Примеры: Упражнения на укрепление мышц спины, правильное сидение и стояние.

Лечебная гимнастика для конечностей:

Цель: Укрепление мышц, улучшение суставной подвижности.

Примеры: Упражнения для рук и ног, укрепление мышц шеи и спины.

Дыхательная гимнастика:

Цель: Улучшение работы дыхательной системы, увеличение легочной вентиляции.

Примеры: Глубокие вдохи и выдохи, комплексы дыхательных упражнений.

Водные виды ЛФК (гидротерапия):

Цель: Уменьшение нагрузки на суставы, улучшение кровообращения, расслабление мышц.

Примеры: Плавание, упражнения в воде, гидромассаж.

Массаж и самомассаж:

Цель: Улучшение кровообращения, расслабление мышц, улучшение общего состояния.

Примеры: Классический массаж, точечный массаж, самомассаж.

Терапевтическая гимнастика с использованием приспособлений:

Цель: Усиление эффекта упражнений, коррекция деформаций.

Примеры: Гимнастический стол, мячи, эспандеры.

Электротерапия и физиотерапия:

Цель: Улучшение тонуса мышц, снятие болевого синдрома.

Примеры: Электрические процедуры, ультразвук, лазеротерапия.

Принципы проведения ЛФК:

Индивидуальный подход: Программа упражнений должна соответствовать индивидуальным особенностям пациента.

Постепенность: начинать с легких упражнений, постепенно увеличивая нагрузку.

Регулярность: Регулярные тренировки важны для достижения положительного эффекта.

ЛФК проводится под руководством врача или инструктора по ЛФК, учитывая диагноз, степень физической подготовки и общее состояние пациента.

3. Перелом: понятие признаки открытого и закрытого перелома. Первая помощь. Особенности наложения шины.

Перелом - это повреждение костей, при котором нарушается их целостность. Это состояние может возникнуть под воздействием травмы, ушиба или избыточной физической нагрузки.

Признаки перелома:

Боль: Острая, интенсивная боль в месте повреждения.

Отек и синяк: Опухание и появление синяка вокруг поврежденной области.

Деформация: Изменение формы конечности или сустава, отклонение костей от нормального положения.

Невозможность движения: Затрудненное или полное отсутствие движения в поврежденной области.

Хруст или шум: Издаваемые костями при переломе или их смещении звуки.

Открытый и закрытый перелом:

Открытый (с наружным повреждением): Кость проникает наружу через кожу, что создает открытый доступ к месту перелома. Возможно появление кровотечения. Требуется бережная обработка и защита от инфекций.

Закрытый (без наружного повреждения): Кожа над местом перелома остается целой. Может сопровождаться внутренними повреждениями, в том числе повреждением сосудов и мягких тканей.

Первая помощь при переломе:

Вызов скорой помощи: немедленно вызывайте скорую помощь.

Снятие нагрузки: Постарайтесь уменьшить движение в области перелома, избегайте нагрузок на поврежденную конечность.

Иммобилизация: Фиксация поврежденной области с помощью шины или другого иммобилизирующего средства.

Холод: Нанесите холод (лед в ткань) на место перелома, чтобы уменьшить отек и облегчить боль.

Особенности наложения шины:

Фиксация в суставе: Шина должна фиксировать сустав выше и ниже места перелома для предотвращения движения.

Не накладывайте прямо на место перелома: подложите мягкий материал (например, подушку, одежду) под шину для создания поддержки.

Надежная фиксация: Шина должна быть достаточно крепкой и широкой, чтобы обеспечить надежную фиксацию.

Постоянство: не переносят пациента, если это необходимо для предоставления медицинской помощи. Передвигайте с осторожностью, удерживая конечность в положении покоя.

Немедленная медицинская помощь обязательна для точного определения типа перелома и проведения необходимого лечения.

Билет №24

1. Функциональные пробы: показания, абсолютные и относительные противопоказания. Проба Яроцкого.

Функциональные пробы — это методы медицинского исследования, направленные на оценку функционального состояния органов и систем организма при изменении нагрузки. Пробы используются для диагностики различных заболеваний и оценки физической активности пациента.

Показания к проведению функциональных проб:

Диагностика заболеваний: используются для выявления патологий в различных системах организма.

Оценка физической подготовки: применяются в спортивной медицине для оценки физической активности и подготовки атлетов.

Мониторинг лечения: позволяют оценить эффективность лечебных мероприятий.

Абсолютные противопоказания:

Острые инфекционные заболевания: Пробы не проводятся при активных воспалительных процессах.

Острые сердечно-сосудистые события: например, инфаркт миокарда.

Серьезные нарушения дыхания: Такие, как обструкция дыхательных путей.

Относительные противопоказания:

Повышенное артериальное давление: требуется осторожность при проведении проб у пациентов с гипертонией.

Сердечная недостаточность: Пробы могут быть проведены с осторожностью и под контролем.

Травмы и хирургические вмешательства: В зависимости от характера травм или операций, некоторые пробы могут быть отложены.

Проба Яроцкого:

Проба Яроцкого используется для оценки функционального состояния органов дыхания. Пациенту предлагается выполнить глубокий вдох и задержать дыхание на выдохе. Проводится под контролем частоты и характера дыхания.

Показания к пробе Яроцкого:

Дыхательные расстройства: для выявления дыхательных нарушений, таких как обструкция дыхательных путей.

Оценка функционального состояния легких: при проведении медицинских обследований.

Патологии дыхательной системы: для выявления заболеваний, таких как бронхиальная астма.

Проведение пробы:

Пациент выполняет глубокий вдох.

Задерживает дыхание на выдохе.

Врач контролирует длительность и регулирует процедуру в зависимости от реакции пациента.

Пробы являются важным инструментом в медицинской диагностике, но их проведение должно быть врачебно обоснованным, учитывая состояние пациента и возможные риски.

2. ЛФК, понятие. Средство ЛФК: физические упражнения (классификация).

ЛФК (лечебная физическая культура) — это комплекс специально подобранных физических упражнений и процедур, направленных на укрепление и восстановление здоровья, а также предупреждение и лечение различных заболеваний. ЛФК может применяться как самостоятельный метод, так и в комбинации с другими методами лечения.

Средство ЛФК: физические упражнения (классификация):

Активные упражнения:

Активные движения: выполняются самим пациентом без посторонней помощи.

Активно-пассивные движения: Пациент активно участвует в движении, но получает дополнительную поддержку или сопротивление от врача или устройств.

Пассивные упражнения:

Пассивные движения: выполняются врачом или с использованием специальных устройств, пациент пассивен.

Активно-пассивные движения: Пациент активно участвует в движении, но получает дополнительное воздействие со стороны врача или устройства.

Резистивные упражнения:

Сопротивление: Применение силового сопротивления при выполнении движений для укрепления мышц.

Упражнения для развития гибкости:

Растяжка: Направлена на увеличение диапазона движения в суставах и улучшение гибкости мышц.

Упражнения для координации и равновесия:

Координационные упражнения: способствуют улучшению согласованности движений.

Упражнения для равновесия: Направлены на укрепление мышц и улучшение стабильности.

Дыхательная гимнастика:

Дыхательные упражнения: помогают улучшить функцию легких, контроль дыхания.

Комплексные упражнения:

Комбинированные упражнения: включают в себя элементы различных видов физической активности.

Упражнения на аппаратах и тренажерах:

Использование специализированных устройств: например, электрических тренажеров, которые могут улучшить мышечный тонус и силу.

ЛФК применяется в реабилитации после травм и операций, лечении заболеваний опорно-двигательной системы, а также для укрепления организма в целом. Программа ЛФК разрабатывается индивидуально под конкретные потребности и состояние пациента под контролем врача и специалистов по физической реабилитации.

3. Эпилептический приступ: понятие, оказание первой помощи.

Эпилептический приступ представляет собой временное нарушение функции мозга, проявляющееся внезапными и пароксизмальными (приступообразными) проявлениями, такими как судорожные движения, потеря сознания и изменения в восприятии. Происходит из-за необычной электрической активности в мозге.

Оказание первой помощи при эпилептическом приступе:

Создайте безопасную обстановку:

Постарайтесь окружить пациента мягкими предметами или подушками, чтобы избежать травм во время судорог.

Убедитесь, что рядом нет острых или тяжелых предметов.

Поддержите голову:

Если возможно, положите под голову мягкий предмет или руку, чтобы предотвратить травму.

Освободите пространство:

Удалите из окружения острые предметы, чтобы избежать травм.

Не вмешивайтесь в судороги:

Не пытайтесь останавливать судороги физически.

Не вставляйте ничего в рот, чтобы предотвратить укус языка.

Отслеживайте время:

Запомните время начала приступа. Эта информация будет полезна для врачей при оценке состояния.

Обеспечьте комфорт после приступа:

После судорожного припадка пациенту может потребоваться отдых и время для восстановления. Постарайтесь обеспечить тихую и спокойную обстановку.

Вызовите медицинскую помощь:

Если приступ длится более 5 минут, или если их несколько подряд, вызовите скорую помощь.

Помощь при удлинённых судорогах:

Если приступ длится долго, или пациент перестает дышать, начните оказывать меры реанимации по указаниям диспетчера.

Следите за дыханием:

После приступа обеспечьте свободное дыхание, убедитесь, что дыхание нормализовалось.

Важно помнить, что обращение за медицинской помощью после эпилептического приступа обязательно, особенно если это первый приступ или если такие приступы происходят регулярно. Эпилепсия — это медицинское состояние, требующее внимания специалистов.

Билет №25

1. Функциональные пробы: Понятие. Гипоксические пробы. Методики проведения.

Функциональные пробы — это методы медицинского исследования, направленные на оценку функционального состояния органов и систем организма при изменении нагрузки или воздействия определенных факторов.

Гипоксические пробы — это функциональные пробы, направленные на оценку адаптации организма к недостатку кислорода. Они позволяют выявить возможные нарушения в системах кровообращения и дыхания.

Примеры гипоксических проб:

Проба с физической нагрузкой: Пациент выполняет физическую активность (например, ходьбу или велосипедную езду) в условиях ограниченного поступления кислорода. Это может быть выполнено в специальной гипобарической камере или на высокогорной местности.

Проба с гипоксической смесью: Пациент дышит воздухом с уменьшенным содержанием кислорода. Это может быть достигнуто с использованием специальных баллонов с газами, моделирующими условия гипоксии.

Методика проведения гипоксической пробы:

Подготовка пациента: предварительно измеряют базовые показатели, такие как артериальное давление, пульс, уровень кислорода в крови.

Выбор метода гипоксии: В зависимости от целей пробы выбирается метод: физическая нагрузка или использование гипоксической смеси.

Контроль показателей во время пробы: во время пробы мониторятся показатели пульса, артериального давления и насыщения кислорода в крови.

Оценка реакции организма: Врач оценивает, как организм реагирует на условия гипоксии, например, на изменения пульса, дыхательной активности, общего самочувствия.

Завершение пробы и наблюдение после нее: после окончания пробы важно следить за пациентом, особенно если были отмечены какие-либо аномалии в показателях.

Гипоксические пробы помогают выявить резервы адаптации организма к условиям недостатка кислорода, что может быть важно при оценке физической подготовки, а также в клинической диагностике и исследованиях по физиологии. Все манипуляции проводятся под контролем опытного специалиста и с соблюдением необходимых медицинских стандартов.

2. ЛФК: произвольная экономизация дыхания (понятие, методики).

Произвольная экономизация дыхания в рамках ЛФК (лечебной физической культуры) представляет собой комплекс упражнений, направленных на улучшение контроля и координации дыхания. Эта методика используется для тренировки дыхательных мышц, улучшения объема легких и повышения общей эффективности дыхания.

Методики произвольной экономизации дыхания могут включать в себя следующие упражнения:

Глубокое дыхание: Пациент выполняет медленное и глубокое вдохновение через нос, стараясь наполнить легкие воздухом от дна до верха. Затем следует медленное и полное выдохновение через рот.

Дыхание с задержкой вдоха и выдоха: после полного вдоха пациент задерживает дыхание на несколько секунд, а затем медленно и контролируемо выдыхает воздух.

Работа с резистивными устройствами: Использование специальных устройств, предоставляющих сопротивление при дыхании, что способствует укреплению дыхательных мышц.

Контрольный счет дыхания: Пациент выполняет вдох и выдох в соответствии с определенным ритмом или счетом. Это помогает установить регулярность дыхания.

Диафрагмальное дыхание: Упражнения, направленные на активацию диафрагмы, основного дыхательного мышца, чтобы сделать дыхание более глубоким и эффективным.

Комбинированные упражнения: Сочетание различных техник дыхания в рамках комплекса упражнений для максимальной эффективности.

Преимущества произвольной экономизации дыхания в рамках ЛФК:

Улучшение вентиляции легких: Увеличение объема дыхательных движений способствует лучшей вентиляции легких.

Укрепление дыхательных мышц: Упражнения направлены на укрепление диафрагмы и других мышц, участвующих в дыхании.

Повышение эффективности дыхания: Контроль над дыханием помогает снизить частоту дыхания, делая его более эффективным.

Важно, чтобы ЛФК с произвольной экономизацией дыхания проводилась под контролем квалифицированного инструктора или физиотерапевта, который сможет подобрать оптимальный набор упражнений и следить за правильностью их выполнения.

3. Обморок: понятие, причины, оказание первой помощи.

Обморок — это кратковременная утрата сознания, которая обычно сопровождается потерей мышечного тонуса и падением человека. Это состояние вызвано временным снижением кровотока к мозгу, что приводит к кратковременному отсутствию кислорода и питательных веществ в головном мозге.

Причины обморока могут быть разнообразными:

Острая гипоксия (недостаток кислорода): Вызвана, например, недостатком воздуха, удушьем, астмой, сердечными приступами и т.д.

Сильный эмоциональный стресс: Сильные переживания, страх, стресс могут вызвать рефлекторный ответ организма в виде обморока.

Постуральная гипотензия: Острая потеря кровяного давления при резком изменении положения тела, например, при вставании после долгого сидения или лежания.

Обезвоживание: Недостаток воды в организме может привести к снижению объема крови и, как следствие, к обмороку.

Нарушения сердечного ритма: Некоторые аритмии сердца могут вызывать кратковременное нарушение кровообращения и обморок.

Оказание первой помощи при обмороке:

Поместите пострадавшего в горизонтальное положение: уложите человека на спину, предпочтительно на твердую поверхность. Это помогает восстановлению нормального кровообращения в мозг.

Поднимите ноги: если возможно, поднимите ноги пострадавшего выше уровня головы. Это способствует улучшению кровообращения в головном мозге.

Обеспечьте доступ к свежему воздуху: убедитесь, что пострадавший находится в хорошо проветриваемом помещении.

Освободите дыхательные пути: Проверьте, нет ли препятствий в дыхательных путях. Если пострадавший потерял сознание и начал дышать нормально, необходимость в искусственной вентиляции отпадает.

Позаботьтесь о пострадавшем: Постарайтесь успокоить пострадавшего и ожидать, пока он придет в себя. Если обморок был вызван эмоциональным стрессом, поддержка и понимание могут быть важны.

Вызовите скорую помощь: если обморок был тяжелым, длительным, или если пострадавший не приходит в себя, вызовите скорую помощь.

Важно помнить, что в случае обморока требуется медицинская оценка причин и дальнейшее лечение.

Критерии оценки ответов

Оценка «отлично» выставляется студенту, если продемонстрирован высокий уровень знаний и умений по всем трём вопросам билета, выполнен и продемонстрирован в верной последовательности алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи;

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если продемонстрировано понимание основного содержания всех трёх вопросов билета, выполнен и/или продемонстрирован в верной последовательности алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи, допущены при выполнении незначительные ошибки;

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если продемонстрировано владение основным содержанием по двум вопросам билета, частично выполнен и/или продемонстрирован алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи, допущены при выполнении незначительные ошибки;

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если не продемонстрировано владение знаниями и умениями по вопросам билета, не выполнен и/или не продемонстрирован алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи, допущены при выполнении грубые ошибки

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЦИКЛА**

ОП.08 Основы биомеханики

для специальности

49.02.02. Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02. Адаптивная физическая культура программы учебной дисциплины основы биомеханики

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Малько Николай Борисович, преподаватель физики.

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № __1__

от «_30_» августа 2023 г.

Председатель Шульга Наталья Владимировна

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины (предмета), подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины (предмета)
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины (предмета) по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины «Основы биомеханики» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02. Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

3.1	биомеханические характеристики двигательного аппарата человека
3.2	биомеханику физических качеств человека
3.3	половозрастные особенности моторики человека
3.4	биомеханические основы физических упражнений

Обучающийся должен уметь:

У.1	применять знания по биомеханике для составления программы тренировок
У.2	проводить биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека

Личностные результаты учебной дисциплины

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)		Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО		
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.		ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.		ЛР 5
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.		ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.		ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями		
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе		ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность		ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности		ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.		ЛР 16

Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Обучающийся должен иметь практический опыт: решения прикладных задач в области профессиональной деятельности.

Формируемые ОК:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учётом особенностей состояния здоровья обучающихся.

- ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
- ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.
- ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.
- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
- ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.
- ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
- ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
- ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.
- Форма промежуточной аттестации – экзамен.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплины осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине (предмету)

Результаты обучения умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Обучающийся должен знать:	
3. 1 биомеханические характеристики двигательного аппарата человека ОК. 2,3	поясняет биомеханические характеристики двигательного аппарата человека
3. 2 биомеханику физических качеств человека ОК. 2,3,7	поясняет кинематические характеристики, системы отсчёта расстояния и времени
3. 3 половозрастные особенности моторики человека ОК. 2,3	поясняет половозрастные особенности моторики человека
3. 4 биомеханические основы физических упражнений ОК. 2,3,7	поясняет биомеханические основы физических упражнений
Обучающийся должен уметь:	
У.1 применять знания по биомеханике для составления программы тренировок ОК. 7, 10	применяет знания по биомеханике для составления программы тренировок
У.2 проводить биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека ОК. 7, 10	проводит биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Таблица 2

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Тема 1. Биомеханические характеристики тела человека и его движений	ОК 01-12 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.6 ПК 3.2-3.4 ЛР 3, 5, 10, 12-20 3.4	Устный опрос Самостоятельная работа	ОК 1, 5 3.4	5 семестр – семестровая аттестация (термин. компьютер. тест) 6 семестр – экзамен.
Тема 2. Строение и функции биомеханической системы	ОК 01-12 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.6 ПК 3.2-3.4 ЛР 3, 5, 10, 12-20 3.4	Устный опрос	ОК 1, 2, 4, 5 3.4	
Тема 3. Биомеханика двигательных действий	ОК 01-12 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.6 ПК 3.2-3.4 ЛР 3, 5, 10, 12-20 3.2 У. 2	Устный опрос Самостоятельная работа	ОК 1, 2, 4, 5 3.2 У. 2	
Тема 4. Биомеханика двигательных качеств	ОК 01-12 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.6 ПК 3.2-3.4 ЛР 3, 5, 10, 12-20 3. 1,2,4 У.2	Устный опрос Самостоятельная работа	ОК 1, 2, 4, 5 3. 1,2,4 У.2	
Тема 5. Дифференциальная биодинамика	ОК 01-12 ПК 1.1-1.6 ПК 2.1-2.6 ПК 3.2-3.4 ЛР 3, 5, 10, 12-20 3. 1,2,4 У.2	Устный опрос Самостоятельная работа Практическая работа	ОК 1, 2, 4, 5 3. 1, 2, 4 У.2	

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочёта; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка «5» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка «4» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка «2» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная аттестация

1. Форма проведения: терминологический компьютерный тест.

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 40 минут

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся,
- материалы контрольного теста (в электронной и/или распечатанной форме).

Технические средства обучения: персональные компьютеры (ноутбуки) с программным обеспечением для организации тестирования.

Информационные источники:

1. Попов Г.И. Биомеханика двигательной деятельности: учеб. для студ. учреждений высш. образования / Г.И. Попов, А.В. Самсонова. - 4-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2016.
2. Проскурина И.К., Биомеханика двигательной деятельности: учебник (3-е изд. стер.).- М.: Издательский центр «Академия», 2016.
3. Баранцев С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников: монография/ Баранцев С.А.— М.: Советский спорт, 2014.
4. Дубровский В. И. Биомеханика: учеб. для студентов сред. и высш. учеб. заведений по физической культуре / В.И. Дубровский, В.Н. Федорова. - 3-е изд. - М.: изд-во «ВЛАДОС- ПРЕСС», 2008. - 669 с.
5. Коренберг В.Б.. Лекции по спортивной биомеханике: учебное пособие /В.Б.Коренберг. - М. Советский спорт, 2011. - 206 с.: ил.
6. Курьсь В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения: учебное пособие/ Курьсь В.Н.— М.: Советский спорт, 2013.
7. Ратов И.П., Попов Г.И., Логинов А.А., Шмонин Б.В. Биомеханические технологии подготовки спортсменов - М.: Физкультура и Спорт, 2007. - 120 с.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет материалов для проведения семестровой аттестации

1.Перечень тем, контролируемых в ходе семестровой аттестации.

1.1. Перечень тем.

Тема 1. Биомеханические характеристики тела человека и его движений

Тема 2. Строение и функции биомеханической системы

Тема 3. Биомеханика двигательных действий

1.2. Образец заданий

1. Что изучает биомеханика?

1). изучает функциональное состояние человека.

2). раздел биофизики, в котором изучаются механические свойства тканей, органов и систем живого организма и механические явления, сопровождающие процессы жизнедеятельности.

3). изучает внутреннюю структуру объектов, деформацию тел.

4). изучает процесс взаимодействия звеньев тела

2. Что является общей задачей биомеханики?

1). Общая задача изучения движения в биомеханики – это оценка эффективности приложения сил для более совершенного достижения поставленной цели.

2). Общая задача изучения движения в биомеханики – это объединение в управляемые системы движения человека.

3). Общая задача изучения движения в биомеханики – это оценка взаимодействия управляемых и неуправляемых систем движений и приложения сил для более совершенного достижения поставленной цели.

4). Общая задача изучения движения в биомеханики – это оценка состояния различных систем организма.

3. Как проявляется механическое движение в живых системах?

1). проявляется высшей формой механических сил.

2). проявляется упругой деформацией сил и изменением конфигурации тела человека.

3). проявляется как передвижением всей биосистемы относительно среды, опоры, физических тел и деформацией самой биологической системы – передвижение одних её частей относительно других.

4). проявляется как взаимодействие биомеханических систем.

4. Какие задачи являются частными задачами биомеханики?

1). задачи изучения следующих вопросов: строение, свойства и двигательные функции тела спортсмена; расстояние по прямой от проксимального сочленения до конца открытой цепи при её сгибании и разгибании; механизмы сопряжённого взаимодействия систем организма.

2). задачи изучения следующих вопросов: строение, свойства и двигательные функции тела спортсмена; рациональная спортивная техника; техническое совершенствование спортсмена.

3). задачи изучения следующих вопросов: строение, свойства и двигательные функции тела спортсмена; рациональная спортивная техника; закономерность объединения множества функций организма.

4). задачи изучения следующих вопросов: строение, свойства и двигательные функции тела спортсмена; рациональная спортивная техника, функции различных систем организма.

5. Что в биомеханике называется «силой действия человека»?

1). называется зависимость между силовыми и скоростно-силовыми качествами.

2). называется сила воздействия его на внешнее физическое окружение, передаваемое через рабочие точки своего тела

3). называется сила воздействия его на параметры двигательного задания и отдельные группы мышц.

4). Сила действия человека зависит от силы тяги мышц, положения его тела, скорости движущего звена тела и направления движения.

6. Какие показатели называются эргометрическими показателями?

1). показатели мощности, интенсивности, скорости, аэробного обмена.

2). показатели интенсивности, объёма и времени выполнения двигательного.

3). показатели интенсивности, силы и объёма выполнения двигательного задания.

4). показатели, характеризующие связь человека со средой.

7. Что необходимо определить, изучая движение?

1). Изучая движение нужно определить: а) исходное положение, из которого движение начинается; б) конечное положение, в котором движение заканчивается; в) ряд непрерывно сменяющихся, промежуточных положений, которые тело принимает при движении.

2). Изучая движение нужно определить причину изменения движения и соответствующее действие, и противодействие, а также составные силы.

3). Положение системы тел, которая может изменять свою конфигурацию, определяют по положению общего центра масс тела.

4). Изучая движение необходимо определить центростремительное и центробежное ускорение

8. Что называется гибкостью?

1. способность выполнять движения с большой амплитудой.

2. способность выполнять движения.

3. способность выполнять движения поступательные и вращательные движения в пространстве и во времени.

4. свойство тела человека совершать вертикальные перемещения.

9. Какие силы могут быть приложены к биомеханической системе?

1). могут быть приложены силы тяжести, силы веса, подъёмная сила, вращающий момент, движения на месте.

2). могут быть приложены силы тяжести, реакции опоры, силы веса, мышечные тяги, усилия партнёра и др. силы.

3). могут быть приложены силы тяжести, силы веса, подъёмная сила, вращающий момент, движения на месте.

4). могут быть приложены силы тяжести, силы веса, подъёмная сила, вращающий момент, движения на месте.

10. Какие условия необходимы для уравнивания действия сил на тело?

1). необходимо, чтобы главный вектор и главный момент внешних сил не были равны нулю, а все внутренние силы обеспечивали сохранение позы.

2). необходимо, чтобы главный вектор и главный момент внешних сил были равны нулю, а все внутренние силы обеспечивали сохранение позы.

3). необходимо, чтобы все внутренние силы были равны нулю.

4). необходимо, чтобы главный вектор и главный момент внешних сил были равны нулю, а все внутренние и внешние силы сохраняли позу.

4 Эталоны ответов.

№	ответ	№	ответ
1	2	6	2
2	3	7	2
3	3	8	3
4	2	9	1
5	2	10	4

1.5. Раздаточные материалы

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
Обучающийся должен знать:	
З. 1 биомеханические характеристики двигательного аппарата человека	поясняет биомеханические характеристики двигательного аппарата человека
З. 3 половозрастные особенности моторики человека	поясняет половозрастные особенности моторики человека
Обучающийся должен уметь:	
У.2 проводить биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека	проводит биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека

Критерии оценки ответов

Каждое правильно выполненное задание оценивается 1 баллом.

- Оценка 5 «отлично» -10 или 9 баллов.
 Оценка 4 «хорошо» - 8 или 7 баллов.
 Оценка 3 «удовлетворительно» - 6 или 5 баллов.
 Оценка 2 «неудовлетворительно» - 0-4 балла.

2. Экзамен

1. Форма проведения: письменный экзамен

2. Условия выполнения:

- 1.Инструкция для обучающихся.
- 2.Время выполнения: 60 минут
- 3.Оборудование учебного кабинета:
 Тема 1. Биомеханические характеристики тела человека и его движений
 Тема 2. Строение и функции биомеханической системы
 Тема 3. Биомеханика двигательных действий
 Тема 4. Биомеханика двигательных качеств
 Тема 5. Дифференциальная биодинамика
- 4.Технические средства обучения. --
- 5.Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене. --
- 6.Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3. Пакет к промежуточной аттестации Экзамен:

1.Перечень тем, выносимых на промежуточную аттестацию:

1.1 Перечень тем.

- Общая биомеханика
- Частная биомеханика
- Биомеханические основы видов спорта
- Биохимические особенности моторики человека
- Биохимические аспекты формирования и совершенствования двигательных действий человека

1.2. Перечень вопросов.

Раздел дисциплины и вопросы к нему
История и задачи биомеханики
1. Кого можно считать основоположниками биомеханики и в чем их заслуги в становлении этой науки? (период до XIX века) 2. Назовите учёных, которые обосновали современные научные знания в биомеханике движений человека, физических упражнений, и уточните сферы их исследований. (период XIX –XX веков) 3. Что является предметом и объектом биомеханики? Какие задачи решаются с её применением?
Общие данные о теле человека
4. Опишите классификации костей скелета человека и приведите примеры костей разных видов. 5. Какие функции выполняют кости скелета человека с точки зрения биомеханики? Дайте пояснение о составе и строении костных тканей.

6. Опишите классификацию мышц человека и раскройте механизм работы мышц. Объясните их антагонистическое и синергетическое взаимодействие. 7. Опишите механические характеристики костей, виды нагрузок, которым они могут подвергаться. Приведите примеры проявления механических нагрузок в разных видах спорта. 8. Сформулируйте классификацию суставов, опишите их функции и строения. 9. Дайте пояснения к биомеханическим свойствам мышц: сила, растяжимость, жёсткость, эластичность, вязкость, релаксация. Опишите модель мышцы и её работы, предложенную А Хиллом. 10. Опишите принцип центральной регуляции движений человека и назовите основные элементы и их составляющие, которые выполняют эту регуляцию. 11. Дайте пояснения сути кортикального контроля движений и уточните: какие области мозга человека за какие функции деятельности несут ответственность.
Кинематика в биомеханике
12. Какие кинематические характеристики движения учитываются в биомеханике и какие виды движений при этом различают? Поясните характеристики движения формулами для их вычислений. 13. Опишите многозвенную модель человеческого тела и приведите примеры кинематического описания движения человека. 14. Назовите пространственные, временные и пространственно-временные характеристики кинематики движения человека. Дайте им пояснения.
Динамика в биомеханике
15. Какие динамические характеристики движения учитываются в биомеханике и какие виды взаимодействий при этом различают? 16. Назовите и дайте пояснения динамическим характеристикам поступательного движения человека. Почему особое внимание в таком движении уделяется центру масс? 17. Назовите и дайте пояснения динамическим характеристикам вращательного движения человека. Почему особое внимание в таком движении уделяется равновесию? 18. Назовите методы классификации опорного взаимодействия и какие классы опорных взаимодействий в них выделяют? 19. Что принято в динамике называть «рычагом», какие разновидности рычагов различают? Приведите примеры элементов человеческого тела, соответствующие разным видам рычагов и дайте пояснения. 20. Что в биомеханике принято называть «геометрией масс тела»? Дайте пояснение к методам определения ОЦМ человека.
Механические свойства биомеханических систем
21. Дайте пояснения к видам деформации в биомеханических системах (какие деформации бывают, в каких ситуациях проявляются). 22. Какие характеристики материалов позволяют оценить механические свойства системы? Какие виды разрушения существуют и как проявляются в биомеханике?
Биомеханика движений человека
23. Опишите свойства общепринятой биомеханической модели тела человека и актуальные для неё показатели: степени связи, степени свободы, инерционность процессов. 24. Какие факторы определяют проявление мышечных действий человека и в чём их

особенностей?

25. Дайте пояснения к взаимосвязям между двигательными способностями человека и его возраста и размеров тела?

26. Что принято называть локомоциями и какие локомоции принято различать в биомеханике спортивных движений человека? Приведите примеры.

27. Какие режимы работы мышц человека в биомеханике принято различать? Дайте описание и пояснение модели строения скелетных мышц.

28. Какие характеристики локомоторных качеств человека принято применять в биомеханике? Дайте пояснения этим качествам, методам их определения и регистрации.

Тестирование, анализ и контроль биомеханики движений человека

29. Опишите известные в биомеханике методы обследования и тестирования движений человека. Какие цели и задачи при этом преследуются?

30. Дайте классификацию биологических ритмов и поясните причины их появлений. Какие биоритмы особо актуальны для формирования и достижения спортивных высоких результатов.

31. Какие инструментальные методы регистрации движений вам известны? Дайте подробное описание нескольких подобных методов.

32. Какие оптические методы регистрации движений вам известны? Дайте подробное описание нескольких подобных методов.

Спортивная биомеханика

33. Дайте описание кинематики ходьбы и бега и назовите топографию работающих при этом мышц. Какие динамические процессы при этом происходят? (поясните проявляющиеся при ходьбе силы и взаимодействия)

34. Дайте описание кинематики выполнения физических упражнений «подтягивание» и «приседания» и назовите топографию работающих при этом мышц. Какие динамические процессы при этом происходят? (поясните проявляющиеся при подтягивании силы и взаимодействия)

35. Дайте описание кинематики передвижения на лыжах и назовите топографию работающих при этом мышц. Какие динамические процессы при этом происходят? (поясните проявляющиеся при ходьбе на лыжах силы и взаимодействия)

36. Дайте описание кинематики передвижения на велосипеде и назовите топографию работающих при этом мышц. Какие динамические процессы при этом происходят? (поясните проявляющиеся при движении на велосипеде силы и взаимодействия)

37. Дайте биомеханическое описание основных элементов двигательной деятельности в художественной гимнастике. Каковы особенности базовых локомоций в артистических видах спорта?

38. Дайте описание кинематики передвижения в процессе плавания кролем и назовите топографию работающих при этом мышц. Какие динамические процессы при этом происходят? (поясните проявляющиеся при плавании кролем силы и взаимодействия)

1.4. Образец заданий

Каждый билет формируется из трёх вопросов:

1. из разделов «История и задачи биомеханики» и «Общие данные о теле человека»
2. из разделов «Кинематика в биомеханике», «Динамика в биомеханике», «Механические свойства биомеханических систем»

3. из разделов «Биомеханика движений человека», «Спортивная биомеханика», «Тестирование, анализ и контроль биомеханики движений человека»

Образец билета

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»		
Утверждаю Заместитель директора (Ф.И.О.) (подпись) « ____ » _____ 20__ г.	Экзаменационный билет №1 по ПМ (индекс, название) Группа (ы) _____ Специальность: _____ код, название	Рассмотрено _____ на заседании _____ цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) (подпись) « ____ » _____ 20__ г.
1. Какие функции выполняют кости скелета человека с точки зрения биомеханики? Дайте пояснение о составе и строении костных тканей 2. Опишите свойства общепринятой биомеханической модели тела человека и актуальные для неё показатели: степени связи, степени свободы, инерционность процессов. 3. Назовите методы классификации опорного взаимодействия и какие классы опорных взаимодействий в них выделяют?		

Тезисы эталонного ответа

Вопрос: Какие функции выполняют кости скелета человека с точки зрения биомеханики? Дайте пояснение о составе и строении костных тканей
Скелет состоит из отдельных костей, которые скрепляются между собой как непрерывными соединениями, которые характеризуются большой прочностью и малой подвижностью, так и прерывистыми, наиболее подвижными соединениями – суставами. Скелет выполняет в организме человека биологические и механические функции. Основными механическими функциями скелета являются опорная, локомоторная, защитная и рессорная. Опорная функция связана с внутренним положением кости внутри каждого сегмента тела человека, которое обеспечивает механическую опору другим элементам скелетно-мышечной системы. Кроме того, кости нижних конечностей и позвоночника обеспечивают опору для лежащих выше сегментов тела. Локомоторная функция — обеспечивает перемещение тела человека в пространстве. Движение стало возможным благодаря тому, что кости скелета приобрели строение длинных и коротких рычагов, связанных прерывными подвижными соединениями. Требуется отметить, что линейные размеры костей человека уменьшаются в проксимально-дистальном направлении. Это связано с эволюционным развитием человека.

Защитная функция осуществляется путём образования костных каналов (позвоночный канал) и полостей (черепная коробка, грудная клетка, таз), защищающих наиболее важные для жизнедеятельности человека внутренние органы.

Рессорная функция обусловлена наличием в скелете образований (хрящевые прокладки, суставной хрящ между соединяющимися костями), смягчающих толчки и удары, при ходьбе, прыжках, беге и т.д., а также наличием физиологического изгиба позвоночника и свода стопы

...

Вопрос: Опишите свойства общепринятой биомеханической модели тела человека и актуальные для неё показатели: степени связи, степени свободы, инерционность процессов.

Если у физического тела нет никаких ограничений (связей), оно может двигаться в пространстве во всех трёх измерениях, т. е. относительно трёх взаимно перпендикулярных осей (поступательно), а также вокруг них (вращательно). Следовательно, у такого тела шесть степеней свободы движения.

Каждая связь уменьшает число степеней свободы. Зафиксировав одну точку свободного тела, сделав его звеном пары, фазу лишают его трёх степеней свободы – возможных линейных перемещений вдоль трёх основных осей координат. Примером может служить шаровидный сустав – тазобедренный, в котором три степени свободы из шести (возможно вращение относительно трёх осей) .

Закрепление двух точек звена говорит о наличии оси, проходящей через эти точки. В таком случае остаётся одна степень свободы. Пример подобного ограничения – одноосный сустав, например межфаланговый. Закрепление третьей точки, не лежащей на этой оси, полностью лишает звено свободы движений. Такое соединение к суставам не относится. В анатомии выделяют также двуосные суставы; они имеют вторую степень свободы вследствие неконгруэнтности (неполного соответствия по форме) суставных поверхностей (суставы лучезапястный и пястнофаланговый 1-го пальца).

Почти во всех суставах (кроме межфаланговых, лучелоктевых и атлантоосевого) степеней свободы больше, чем одна. Поэтому устройство пассивного аппарата в них обуславливает неопределенность движений, множество возможностей.

Управляющие воздействия мышц вызывают дополнительные связи и оставляют для движения только одну степень свободы («полносвязный механизм»).....

Вопрос: Назовите методы классификации опорного взаимодействия и какие классы опорных взаимодействий в них выделяют?

Любой живой объект постоянно находится в потенциальном поле гравитационного притяжения Земли и на протяжении всего периода жизнедеятельности постоянно с ним противоборствует. Обязательным компонентом противоборства является наличие опоры. Опора как объект взаимодействия функционально реализует появление реальных физических сил в материальном мире. В процессе взаимодействия биологическое тело и опора объединяются в единую систему, в рамках которой происходит обмен энергетическими и силовыми потоками. Реализация данного процесса позволяет биологическому объекту как самодвижущейся системе пространственно перемещаться в гравитационном поле Земли.

Наибольший уровень нагрузки организм получает в момент взаимодействия с опорой при совершении двигательных действий, характеризующихся как пространственные

перемещения ОЦМ тела в векторе ускорения свободного падения. Основными биомеханическими параметрами, влияющими на процесс перемещения и на характер двигательного действия являются:

- направление ускорения ОЦМ тела относительно опоры в векторе гравитации;
- соотношение ускорения ОЦМ тела относительно опоры к ускорению свободного падения;
- величина начальной и конечной скоростей опорного передвижения ОЦМ тела.

На основании указанных характеристик сформирована систематизация взаимодействий с твёрдой опорой.

Рассматривая весь спектр возможных вариантов взаимодействия самодвижущегося человека с твёрдой опорой в векторе силы тяжести, можно выделить четыре основных класса:

- 1) сохранение (удержание) позы;
- 2) движения на опоре;
- 3) движения с фазой полёта (отталкивания, подседы, маховые движения);
- 4) остановка (погашение) движения, ударное взаимодействие.

Первый класс взаимодействий с опорой характеризуется неподвижным положением ОЦМ тела относительно опоры – статические положения. В данном варианте взаимодействия ускорение ОЦМ тела относительно опоры отсутствует, отсутствует и пространственное перемещение. В рассматриваемом классе взаимодействий выделено два вида:

1) пассивное, безразличное взаимодействие с опорой по причине невозможности существенного перемещения ОЦМ тела в векторе ускорения свободного падения. Различные статические положения: лежа, сидя, сюда относится и положение, стоя на ногах – основная стойка; пример пассивного взаимодействия с опорой («Шавасана» – поза в йоге)

2) активное взаимодействие, удерживающее положения ОЦМ тела относительно опоры. Статические положения, обладающие потенциальной возможностью перемещения ОЦМ тела в векторе ускорения свободного падения. Положения полу- приседа, виса на согнутых руках, различные виды равновесия и упоров.

Второй класс взаимодействий характеризуется перемещением ОЦМ тела на опоре – опорные движения. Ускорение ОЦМ тела относительно опоры меньше ускорения свободного падения. Особенностью этого класса взаимодействий является то, что начальная и конечная скорость опорного перемещения ОЦМ тела равны нулю. В данном классе выделяют два вида взаимодействий:

1) взаимодействия с перемещением ОЦМ тела в противоположном направлении относительно вектора ускорения свободного падения – опорное удаление. Различные виды вставания, отжиманий, выпрямления, подъёмов;

2) взаимодействия с перемещением ОЦМ тела в направлении вектора ускорения свободного падения – опорное сближение. Различные виды приседаний, опусканий, наклонов.

Третий класс взаимодействий характеризуется перемещением ОЦМ тела с потерей контакта с опорой – движения с отрывом от опоры – фазой полёта. Ускорение ОЦМ тела относительно опоры больше ускорения свободного падения. Особенностью рассматриваемого класса взаимодействий является то, что начальная скорость опорного

перемещения ОЦМ тела может быть как равной нулю, так и больше нуля, а конечная скорость всегда больше нуля. Данный класс взаимодействий делится на три вида:

1) взаимодействия с перемещением ОЦМ тела в противоположном направлении относительно вектора ускорения свободного падения – отталкивания, а также различных максимальных движений частями тела, приводящих к потере контакта с опорой с начальной скоростью равной нулю ;

2) взаимодействия с перемещением ОЦМ тела в направлении вектора ускорения свободного падения – подседы, спады, при выполнении которых возможна потеря силового контакта с опорой;

3) взаимодействия с опорой при наличии предварительной поступательной скорости ОЦМ тела – ударные виды отталкиваний.

Четвёртый класс взаимодействий характеризуется ударным сближением ОЦМ тела с опорой – действия направленные на остановку пространственного перемещения тела. Ускорение ОЦМ тела всегда больше ускорения свободного падения и противоположно по направлению. Особенностью класса взаимодействий является то, что в момент начала взаимодействия ОЦМ тела обладает поступательным движением, а конечная скорость взаимодействия всегда будет равна нулю. В зависимости от характера и целевой задачи в четвёртом классе можно выделить следующие виды:

1) ударные взаимодействия с опорой при остановке пространственного перемещения ОЦМ тела – различные падения, как правило, приводят к травмам;

2) амортизационные взаимодействия, демпфирование при остановке пространственного перемещения ОЦМ тела – произвольные приземления.

3.Зачётная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
Обучающийся должен знать:	
3. 1 биомеханические характеристики двигательного аппарата человека ОК. 2,3	поясняет биомеханические характеристики двигательного аппарата человека
3. 2 биомеханику физических качеств человека ОК. 2,3,7	поясняет кинематические характеристики, системы отсчёта расстояния и времени
3. 3 половозрастные особенности моторики человека ОК. 2,3	поясняет половозрастные особенности моторики человека
3. 4 биомеханические основы физических упражнений ОК. 2,3,7	поясняет биомеханические основы физических упражнений
Обучающийся должен уметь:	
У.1 применять знания по биомеханике для составления программы тренировок ОК. 7, 10	применяет знания по биомеханике для составления программы тренировок

У.2 проводить биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека ОК. 7, 10	проводит биомеханический анализ и диагностику статических и динамических положений тела человека

Критерии оценки ответов

Правильный ответ на каждый вопрос оценивается пятью баллами. Максимальный балл за всю работу – 15 баллов, а итоговая оценка за экзамен определяется по следующим критериям.

«Оценка 2» – 0-6 баллов.

«Оценка 3» - 7- 9 баллов.

«Оценка 4» - 10-13 баллов.

«Оценка 5» - 14-15 баллов.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП. 12 Теория и организация адаптивной физической культуры

подготовки специалистов среднего звена по специальности

49.02.02 «Адаптивная физическая культура»

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» программы учебной дисциплины ОП.12. «Теория и организация адаптивной физической культуры».

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: *Киселева Татьяна Юрьевна, преподаватель*

ОДОБРЕН
цикловой методической комиссией
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.
Председатель Шульга Н. В.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке
3. Оценка освоения учебной дисциплины
 - 3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания в ходе текущего контроля
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины ОП.12 «Теория и организация адаптивной физической культуры» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

- 31 содержание и задачи адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития в России и за рубежом;
- 32 понятийный аппарат теории адаптивной физической культуры;
- 33 основные педагогические принципы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем;
- 34 особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре;
- 35 особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания;
- 36 дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации адаптивного физического воспитания детей и подростков;
- 37 организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России

Обучающийся должен уметь:

- У1. ориентироваться в истории и тенденциях развития адаптивной физической культуры;
- У2 правильно использовать терминологию в области адаптивной физической культуры;
- У3 находить и анализировать информацию по теории и истории адаптивной физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития;

Формируемые ОК:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
- ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Формируемые ПК:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Принимающий семейные ценности своего народа, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	ЛР 4

Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями (при наличии)	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса (при наличии)	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине является – экзамен.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У 1 - ориентироваться в истории и тенденциях развития адаптивной физической культуры ОК 1, 5, 9 ПК 2.3, 3.2.	- понимание истории и тенденций развития физической культуры и спорта - понимание сущности и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес -использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. -осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий- - мотивирует обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности -систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
У 2. правильно использовать терминологию в области адаптивной физической культуры ОК 4, 5 ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3	- применение терминологию в области адаптивной физической культуры в соответствии с содержанием учебного материала - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития -использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - проводит учебные, внеурочные занятия и мероприятия по адаптивной физической культуре обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности

	(соблюдает структуру, отбирает содержание) - планирует, отбирает методы и формы педагогического контроля, оценивает процесс и результаты учения - ведет документацию, обеспечивающую процесс обучения адаптивной физической культуре - планирует внеурочные мероприятия и занятия обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. - выбирает учебно-методический комплект, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов - оформляет педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
УЗ. находить и анализировать информацию по теории и истории адаптивной физической культуры, необходимую для решения профессиональных педагогических проблем, повышения эффективности педагогической деятельности, профессионального самообразования и саморазвития ОК 1 – 2, 4, 5, 6, 9, 10, 11 ПК 1.4, 3.1, 3.2, 3.3	определяет и оценивает необходимую информацию по адаптивной физической культуре, необходимой для решения с учетом задач профессиональной деятельности; - оптимизирует свою деятельность учетом задач профессиональной деятельности; - повышает свою квалификацию, путем постоянного обучения и самореализации -определение и исследование информации по теории и истории физической культуры и спорта, необходимую для решения профессиональных задач - понимание сущности и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес - осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач,

	профессионального и личностного развития - организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество -использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работает в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами -осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей - строит профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм - анализирует учебные занятия - выбирает учебно-методический комплект, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов - оформляет педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений
Знать: 31. содержание и задачи адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития в России и за рубежом	- определяет содержание и задачи адаптивной физической культуры - описывает историю становления адаптивной физической культуры, ее развитие в России и за рубежом;

32. понятийный аппарат теории адаптивной физической культуры;	- определяет основные понятия теории адаптивной физической культуры;
33. основные педагогические принципы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем;	- перечисляет и объясняет сущность основных принципов работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем;
34 особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре	-определяет особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре
35. особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания	-описывает особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания;
3 6. дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации адаптивного физического воспитания детей и подростков	-определяет дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации адаптивного физического воспитания детей и подростков
3 7. организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России	-описывает и объясняет организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемые результаты	Метод контроля	Проверяемые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Введение				
Тема 1.1 Адаптивная физическая культура в жизни человека, имеющего отклонения в развитии	У3 31 ОК 1, 4, 5 ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У3 3 1 ОК 1, 4, 5 ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.5, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3	5 семестр – другие формы контроля; 6 семестр- экзамен
Раздел 2. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры				
Тема 2.1 Критерии выделения компонентов (видов)	У3 31 ОК 4, 5	-устный опрос - тестирование	У2-5 3 1 -32 ОК 2,3,4,5,9	

адаптивной физической культуры	ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3	- письменное контрольное задание	ПК 1.2., 1.3, 1.5, 2.1, 2.2, 2.5, 2.6, 3.1, 3.2, 3.3	
Тема 2.2. Понятия и термины адаптивной физической культуры	У2 32 ОК 2, 3, 9 ПК 1.1., 1.3, 2.1, 2.3, 2.5, 3.1.	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Раздел 3. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре				
Тема 3.1 Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре	У 3 31 ОК 2,4,5,9,11 ПК 1.1, 1.2,1.3, 2.1,2.2, 2.3, 3.1 – 3.3	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У3 31, 36 ОК 2,4,5,9,11 ПК 1.1-1.3 2.1- 2.3, 3.1 – 3.3	
Тема 3.2 Требования к профессиональным качествам и личности специалиста по адаптивной физической культуре	У 3 36 ОК 2,4,5,9,11 ПК 1.1, 1.2,1.3, 2.1,2.2, 2.3, 3.1 – 3.3	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Раздел 4. История адаптивной физической культуры				
Тема 4.1. Развитие адаптивной физической культуры за рубежом	У1 31 ОК 1,2,4,5,9,11 ПК 1.1,2.1	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У1 31 ОК 1, 2, 4, 5, 9, 11 ПК 1.1,2.1	
Тема 4.2. Паралимпийское движение в мировой практике	У1 31 ОК 1,2,4,5,9,11 ПК 1.1,2.1	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 4.3 История развития адаптивной физической культуры в нашей стране	У1 31 ОК 1,2,4,5,9,11 ПК 1.1,2.1	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Раздел 5. Задачи, средства, методы и формы организации адаптивной физической культуры				

Тема 5.1. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры	У2-3 35 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У2-3 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	
Тема 5.2. Методы и формы адаптивной физической культуры	У2-3 35 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Раздел 6. Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе				
Тема 6.1. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в России и за рубежом	У1-3 37 ОК 2-11, ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У1-3 37 ОК 2-11, ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	
Тема 6.2 Организация адаптивного физического воспитания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	У1-3 37 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 6.3. Организация адаптивного спорта	У1-3 37 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 6.4 Организация адаптивной двигательной рекреации	У1-3 37 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 6.5. Организация физической реабилитации	У1-3 37 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 6.6. Организация креативных (художественно-музыкальных)	У1-3 37 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		

и экстремальных видов двигательной активности	3.1-3.4			
Раздел 7. Методологические аспекты адаптивной физической культуры				
Тема 7.1. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	У2-3 3 5-6 ОК2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У2-3 3 4-36 ОК2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	
Тема 7.2. Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой	У2-3 35- 6 ОК2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 7.3. Основные опорные концепции теории адаптивной физической культуры	У2-3 35-6 ОК2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 7.4. Функции адаптивной физической культуры	У2-3 35-6 ОК2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 7.5. Принципы адаптивной физической культуры	У2-3 3 3-4 ОК2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Раздел 8. Методические аспекты адаптивной физической культуры				
Тема 8.1. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре	У2-3 3 5-6 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У2-3 3 5-6 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6	

	3.1-3.4		3.1-3.4	
Тема 8.2. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре	У2-3 3 5-6 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Раздел 9. Характеристика основных видов адаптивной физической культуры				
Тема 9.1. Адаптивное физическое воспитание	У2-3 32-6 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание	У2-3 32-6 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	
Тема 9.2. Адаптивная двигательная рекреация	У2-3 32-6 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 9.3. Адаптивный спорт	У2-3 32-6 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		
Тема 9.4. Креативные (художественно-музыкальные) Телесно-ориентированные и экстремальные виды двигательной активности	У2-3 32-6 ОК 2-12 ПК 1.1-1.7 2.1-2.6 3.1-3.4	-устный опрос - тестирование - письменное контрольное задание		

3.1.1. Методы и критерии оценивания в ходе текущего контроля

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Отметка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Отметка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Отметка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Отметка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Отметка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Отметка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа (задание). Критерии оценивания.

Оценка «5» - студент демонстрирует глубокое и полное овладение содержанием учебного материала, в котором он свободно и уверенно ориентируется; умение практически применять теоретические знания, высказывать и обосновывать свои суждения, грамотно и логично излагает ответ; приводит примеры из собственной практики.

Оценка «4» - студент достаточно полно освоил учебный материал, владеет научно-понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет теоретические знания на практике, грамотно излагает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности.

Оценка «3» - студент обнаруживает знание и понимание основных положений учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности; применяя теоретические знания при ответе на практико-ориентированные вопросы; не умеет доказательно обосновать собственные суждения.

Оценка «2» - студент имеет разрозненные, бессистемные знания, допускает ошибки в определении базовых понятий, искажает их смысл; не может практически применять теоретические знания.

5. Письменное контрольное задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

6. Презентация. Критерии оценивания.

Оцениваемые показатели	Кол-во баллов
<u>Содержание</u>	
- наличие правильно оформленного титульного листа	1
- информация точная, полная, полезная и актуальная	3
- присутствуют иллюстрации, соответствующие содержанию	1
- грамотность (орфография и пунктуация)	1
<u>Дизайн</u>	
- читаемость текста	1
- цветовое решение	1
<u>Защита презентации</u>	
- свободное владение темой проекта	2
- способность кратко и грамотно изложить суть работы	2
- выражение своего мнения по проблеме	2
- культура речи, поведения	1
- удержание внимания аудитории	1
- эмоциональная окрашенность речи	1
Итого:	17 баллов

Критерии оценки:

Оценка «5» - набрано 16 -17 баллов

Оценка «4» - набрано 10-15 баллов

Оценка «3» набрано 8-10 баллов

Оценка «2» набрано 0-7 баллов

4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1.Другие формы контроля

1.Форма проведения: письменная (тестирование)

2.Условия выполнения

1.Инструкция для обучающихся:

«Внимательно ознакомьтесь с комплектом контрольно-оценочных средств, данный комплект состоит из заданий различной направленности, на которые вам предстоит ответить.

Отвечать на вопросы необходимо черной гелиевой ручкой. Исправления и пометки в комплекте контрольно-оценочных средств не допускаются, поэтому отвечайте на вопросы только тогда, когда будете уверены. Если вы не знаете ответа на текущий вопрос, переходите к следующему, вы сможете вернуться к не отвеченному вопросу чуть позже».

2.Время выполнения: 45 минут

3.Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- автоматизированное рабочее место преподавателя;
- учебная доска;

4.Технические средства обучения: нет

5.Информационные источники, допустимые к использованию в ходе промежуточной аттестации: нет

6.Требования охраны труда. Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из

аудитории. Во время экзамена во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3.Пакет материалов

3.1. Перечень тем, которые выносятся на промежуточную аттестацию:

1. Адаптивная физическая культура в жизни человека, имеющего отклонения в развитии
 2. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры
 3. Понятия и термины адаптивной физической культуры
 4. Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре
 5. Требования к профессиональным качествам и личности специалиста по адаптивной физической культуре
 6. Развитие адаптивной физической культуры за рубежом
 7. Паралимпийское движение в мировой практике
 8. История развития адаптивной физической культуры в нашей стране
 9. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры
- 3.2. Тестовые задания

Тестовое задание № 1

Часть А

В части А в каждом задании только один правильный ответ

1.Какие задачи адаптивной физической культуры направлены на исправление имеющихся нарушений в состоянии здоровья?

- А. коррекционные
- Б. образовательные
- В. воспитательные
- Г. профилактические

2. Какой из видов адаптивной физической культуры, направлен, в первую очередь, на обеспечение оптимального уровня здоровья и профилактику заболеваний людей с отклонениями в состоянии здоровья?

- А. адаптивное физическое воспитание
- Б. адаптивная двигательная рекреация
- В. адаптивная физическая реабилитация
- Г. адаптивный спорт

3. Что означает понятие «компенсация»?

- А. приспособление
- Б. исправление
- В. замещение
- Г. восстановление

4. Что является основным содержанием образовательной задачи адаптивной физической культуры?

- А. развитие физических способностей
- Б. коррекция двигательных нарушений
- В. профилактика возможных нарушений
- Г. формирование знаний, двигательных умений и навыков

5. Что является субъектом в адаптивной физической культуре (АФК)?
А. здоровье
Б. больные люди (в том числе инвалиды)
В. подрастающее поколение
Г. спортсмены
6. К средствам АФК относятся:
А. физическое воспитание и спорт
Б. физические упражнения, естественно-средовые и гигиенические факторы
В. гигиенические факторы
Г. технико-тактические действия
7. В адаптивной физической культуре решаются две группы задач...
А. образовательные и воспитательные
Б. общие и специфические
В. оздоровительные и коррекционные
Г. компенсаторные и развивающие
8. Автором большинства глав и общим редактором первого учебника по теории и организации адаптивной физической культуры является профессор...
А. Евсеев С.П.
Б. Бирюков А.А.
В. Лубышева Л.И.
Г. Чесноков Н.Н.
9. Как называется процесс приспособления организма к окружающей среде?
А. адаптация
Б. коррекция
В. компенсация
Г. реабилитация
10. В каком году был образован Паралимпийский комитет России (ПРК)?
А. в 1980 году;
Б. в 1996 году
В. в 2000 году
Г. в 1988 году
11. Что является отражением причинно-следственной связи в жизнедеятельности организма человека, имеющего отклонения в развитии?
А. этиология и патогенез
Б. патология и диагноз
В. причины и условия возникновения болезни
Г. развитие и механизмы патологического процесса
12. К общим задачам адаптивной физической культуры относятся...
А. образовательные, воспитательные и оздоровительно-развивающие задачи
Б. компенсаторные, коррекционные, профилактические
В. воспитательные, коррекционные, социальные

13. В каких трех достаточно независимых направлениях развивается в настоящее время адаптивный спорт?

- А. паралимпийском, сурдлимпийском, специальном олимпийском
- Б. олимпийском, паралимпийском, профессиональном
- В. международном, национальном, региональном
- Г. спортивно-техническом, научно-спортивном, медицинском

14. Основной формой занятий во всех видах адаптивной физической культуры является...

- А. урочная форма
- Б. утренняя гимнастика
- В. физкультминутки на общеобразовательных уроках
- Г. занятия и игры в семье

15. Для какой нозологической группы спортсменов организует адаптивный спорт Международная организация «Специальная олимпиада»

- А. для лиц с нарушением слуха
- Б. для лиц с нарушением зрения
- В. для лиц с поражением интеллекта
- Г. для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата

Часть В

16. Установите верное соответствие между направленностью занятий адаптивной физической культурой (колонка А) и видами упражнений (колонка Б)

Колонка А Направленность занятий АФК	Колонка Б Виды упражнений, используемых в занятиях АФК
1. Коррекционно-развивающая	А. Упражнения на развитие и коррекцию физических качеств и координационных способностей, коррекцию движений, коррекцию сенсорных систем
2. Оздоровительная	Б. Упражнения на коррекцию осанки, плоскостопия, соматических заболеваний, нарушений сенсорных систем, укрепление сердечно-сосудистой и дыхательных систем
	В. Упражнения на совершенствование физической, технической, тактической, волевой и теоретической подготовки.

17. Запишите термин, пропущенный в таблице.

Термин	Понятие
...	-система и процесс формирования отсутствовавших у инвалида способностей к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности

Реабилитация инвалидов	– система и процесс полного или частичного восстановления способностей инвалидов к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности

18. Прочитайте приведенный ниже текст, в котором пропущен ряд слов.

Выберите из предлагаемого списка слова, которые необходимо вставить на место пропусков.

«В физической культуре(А)– это разработанная с учетом педагогических закономерностей(Б)действий педагога (учителя, преподавателя, тренера), целенаправленное(В) которой позволяет организовывать теоретическую и практическую(Г) учащегося, обеспечивающую освоение им знаний, двигательных действий, ...(Д) физических качеств и формирование свойств личности.»

Слова в списке даны в именительном падеже. Каждое слово (словосочетание) может быть использовано только **один** раз.

Выбирайте последовательно одно слово за другим, мысленно заполняя каждый пропуск. Обратите внимание на то, что в списке слов больше, чем вам потребуется для заполнения пропусков.

Перечень терминов:

- 1) развитие
- 2) деятельность
- 3) метод
- 4) структура
- 5) система
- 6) применение
- 7) создание

В данной ниже таблице приведены буквы, обозначающие пропущенные слова. Запишите в таблицу под каждой буквой номер выбранного Вами слова.

А	Б	В	Г	Д

Часть С

19. Согласны ли вы с мнением, что ребенок с ОВЗ всегда является ребенком инвалидом? Обоснуйте свой ответ.

Тестовое задание № 2

Часть А

В части А в каждом задании только один правильный ответ

1. К основным формам организации адаптивной физической культуры детей с нарушениями в развитии в образовательных учреждениях не относятся:

- А. неурочная
- Б. урочная
- В. тренировочные занятия
- Г. индивидуальная

2. Какой из видов адаптивной физической культуры, направлен, в первую очередь, на раскрытие резервных возможностей организма и достижение максимального результата?

- А. адаптивное физическое воспитание
- Б. адаптивная физическая реабилитация
- В. адаптивный спорт

- Г. адаптивная двигательная рекреация
3. Какой вид адаптивной физической культуры является обязательным для всех детей, подростков, молодежи, независимо от состояния их здоровья?
- А. адаптивное физическое воспитание
 Б. адаптивная двигательная рекреация
 В. адаптивный спорт
 Г. креативные телесно-ориентированные практики
4. Что означает слово «коррекция» в адаптивной физической культуре в широком смысле понимания?
- А. приспособление
 Б. исправление
 В. замещение
 Г. восстановление
5. Адаптивная физическая культура – это...
- А. вид (область) физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества
 Б. вид культуры человека и общества
 В. процесс и результат освоения, развития и распространения материальных и духовных ценностей
 Г. мера и способ развития человека
6. Адаптивное физическое воспитание, как компонент АФК, удовлетворяет потребности индивида с отклонения в состоянии здоровья в...
- А. сопоставлении своих способностей со способностями других людей
 Б. подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности
 В. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга
 Г. риске, потребности испытывать себя в необычных экстремальных условиях
7. Что означает непрерывное физкультурное образование?
- А. систематические занятия физическими упражнениями в избранном виде спорта без пропусков и неоправданных перерывов
 Б. образование человека в области физической культуры, получаемое им в процессе освоения какой-либо специальности во время обучения
 В. занятия физическими упражнениями в режиме дня в дошкольных, школьных, средних и высших образовательных учреждениях
 Г. сохранение потребности в двигательной активности на протяжении всей жизни
8. В чьи должностные обязанности входит проведение групповых и индивидуальных занятий с инвалидами и лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, всех возрастных и нозологических групп по направлению врача или учреждения Государственной службы медико-социальной экспертизы?
- А. инструктора-методиста по адаптивной физической культуре (включая старшего)
 Б. Инструктора-методиста по лечебной физической культуре
 В. специалиста по адаптивной физической культуре
 Г. тренера-преподавателя по адаптивной физической культуре (включая старшего)
9. Как называется реакция организма на повреждения, выражающиеся в том, что органы и системы, не пострадавшие от действия повреждающего агента, берут на себя функцию разрушенных структур путем заместителей гиперфункции или качественных изменений функции?
- А. реабилитация
 Б. коррекция
 В. адаптация
 Г. компенсация

10. В каком году был создан Сурдлимпийский комитет России (СКР)?

- А. в 2001 году;
- Б. в 1988 году
- В. в 2005 году
- Г. в 1992 году

11. К наиболее профессионально важным качествам личности специалиста по адаптивной физической культуре можно отнести...

- А. доброжелательность, терпение, уважение, сочувствие
- Б. общительность, способность к сопереживанию
- В. эмпатия, тактичность, стремление к самосовершенствованию
- Г. уверенность, гибкость, требовательность к себе и другим

12. Объектом внимания в адаптивной физической культуре является....

- А. здоровый человек
- Б. спортсмен
- В. человек с отклонением в состоянии здоровья
- Г. инвалид

13. По биомеханической структуре движений физические упражнения делятся на:

- А. общеразвивающие, рекреационные, хореографические, танцевальные
- Б. циклические; ациклические; смешанные
- В. спортивные, пассивные, художественно-музыкальные
- Г. лечебные, активные, скоростно-силовые

14. Эффективность воздействия физических упражнений на организм и личность определяется влиянием ряда факторов...

- А. особенностями самих упражнений, индивидуальными особенностями занимающихся, внешними условиями
- Б. сложностью упражнений, состоянием здоровья, психологическим климатом на занятии
- В. физкультминутки на общеобразовательных уроках
- Г. занятия и игры в семье

15. В каком году была создана первая спортивная организация глухих?

- А. 1924;
- Б. 1944;
- В. 1964.
- Г. 1957

Часть В

16. Установите соответствие между потребностью личности (колонка Б) и удовлетворяющий ее вид адаптивной физической культуры (колонка А)

Колонка А Вид адаптивной физической культуры	Колонка Б Потребность личности
1. Адаптивное физическое воспитание	А. Потребность к подготовке к жизни
2. Адаптивный спорт	Б. Потребность в отдыхе, развлечении
3. Адаптивная двигательная рекреация	В. Потребность в самоактуализации, самореализации через соревновательную деятельность

4. Физическая реабилитация	Г. Потребность в творческом саморазвитии
5. Экстремальные виды двигательной активности	Д. Потребность в риске
6. Креативные телесно-ориентированные практики	Е. Потребность в восстановлении

17. Запишите термин, пропущенный в таблице.

Термин	Понятие
...	— это процесс использования физических упражнений, игр, развлечений, а также природных факторов для активного отдыха, изменения вида деятельности, отвлечения от процессов, вызывающих физическую, психическую и интеллектуальную усталость, получения удовольствия от занятий физическими упражнениями
Физическая реабилитация	– восстановление (в том числе коррекция и компенсация) нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности инвалидов и лиц с ОВЗ с использованием средств и методов адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, которые направлены на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья

18. Прочитайте приведенный ниже текст, в котором пропущен ряд слов.

Выберите из предлагаемого списка слова, которые необходимо вставить на место пропусков.

«Адаптивное физическое..... (А) – самый массовый(Б) адаптивной физической культуры, ...(В) по которому проводятся преимущественно в образовательных учреждениях и являются для занимающихся обязательными, поскольку (Г), по которой проводятся эти занятия, включена в федеральные компоненты государственных образовательных стандартов. Содержание занятий по адаптивному физическому воспитанию регламентировано, как правило, государственными программами или авторскими (инновационными) программами, прошедшими соответствующую экспертизу. К проведению занятий допускаются только специалисты, имеющие соответствующий(Д) образования и квалификации» Слова в списке даны в именительном падеже. Каждое слово (словосочетание) может быть использовано только **один** раз.

Выбирайте последовательно одно слово за другим, мысленно заполняя каждый пропуск. Обратите внимание на то, что в списке слов больше, чем вам потребуется для заполнения пропусков.

Перечень терминов:

- 1) дисциплина
- 2) педагогический
- 3) вид
- 4) воспитание
- 5) профиль
- 6) уровень
- 7) занятия

В данной ниже таблице приведены буквы, обозначающие пропущенные слова. Запишите в таблицу под каждой буквой номер выбранного Вами слова.

А	Б	В	Г	Д

Часть С

19. Считается, что физические упражнения влияют одновременно на организм и на личность занимающегося. Согласны ли вы с этим мнением? Обоснуйте свой ответ.

Эталоны ответов на тестовые задания

Вариант 1

Часть А

1А; 2Б; 3В, 4Г, 5Б; 6Б; 7Б; 8А; 9А; 10Б; 11А; 12А; 13А; 14А; 15В;

Часть В

16: 1-А, 2-Б;

17. Абилитация инвалидов

18. А-3; Б-5; В-6 ; Г-2; Д- 1

Часть С

19. Нет, не согласен. Понятия «ребенок-инвалид» и «ребенок с ОВЗ» предполагают наличие патологии или заболевания, которое ограничивает возможности ребенка. Но при этом разница заключается только в наличии или в отсутствии официально установленной инвалидности. Ведь, по сути, инвалид – это не только медицинское понятие, но и юридическое. Поэтому, ребенок-инвалид является лицом с ОВЗ, но не все дети с ОВЗ – инвалиды

Вариант 2

Ответы:

Часть А

1В; 2В; 3А; 4Б; 5А; 6Б; 7Г; 8Г, 9Г; 10А; 11А; 12В; 13Б; 14А; 15А

Часть В

16: 1-А, 2-В, 3-Б, 4-Е, 5-Д, 6-Г

17. Физическая рекреация

18. А-4, Б-3, В-7, Г-1, Д-6

Часть С

Да, согласен. Физические упражнения, являясь осознанными целенаправленными действиями, связаны с целым рядом психических процессов (вниманием, памятью, речью и др.), с представлениями о движениях, мыслительной работой, эмоциями и переживаниями и т.п., развивают интересы, убеждения, мотивы, потребности, формируют волю, характер, поведение и являются, таким образом, одним из средств духовного развития человека; т.е. влияют одновременно на организм и личность.

4.Комплект тестов.

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата

31 содержание и задачи адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития в России и за рубежом; 32 понятийный аппарат теории адаптивной физической культуры; 33 основные педагогические принципы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем; 34 особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре; 35 особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания; 36 дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации адаптивного физического воспитания детей и подростков; 37 организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России	- определяет содержание и задачи адаптивной физической культуры - описывает историю становления адаптивной физической культуры, ее развитие в России и за рубежом; - определяет основные понятия теории адаптивной физической культуры; - перечисляет и объясняет сущность основных принципов работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем -определяет особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре -описывает особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания; -определяет дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации адаптивного физического воспитания детей и подростков -описывает и объясняет организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России
Обучающийся должен иметь практический опыт	
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами	-демонстрация интереса к будущей специальности. -обоснование выбора и применение методов планирования урока физического воспитания. -демонстрация умения действовать и принимать решения в нестандартных ситуациях; нести за них ответственность. - нахождение и использование информации, для эффективного выполнения профессиональных задач. - демонстрация навыков использования информационно-коммуникационной деятельности

и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм. ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.	- взаимодействие с обучающимися, педагогами и наставниками в ходе обучения. - постановка целей и задач по организации и контролю их качественной работы. - определение задач профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации. - реализация профессиональной деятельности в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -выполнение профилактики травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей. - формирует профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия. ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия. ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной,	-выстраивает учебные занятия с учётом цели и задач -владеет необходимыми знаниями для организации занятий физической культурой -проводит педагогическое тестирование -проводит анализ учебных занятий -оформляет документацию -владеть технологией разработки документов управления спортивно-массовыми мероприятиями -владеет необходимыми знаниями для организации занятий физической культурой с различными возрастными группами -стимулирует к занятиям физической культурой -принимает контрольные нормативы по развитию физических качеств, оценивает результаты деятельности обучающихся

реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия. ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам. ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов. ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений. ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.	-систематизирует деятельность -владеть навыками оформления документации (протоколов) при организации судейства соревнований по БВС разрабатывает рабочие программы, учебно-тематические планы для определённых категорий обучающихся Составляет положение о соревнованиях -изучает педагогический опыт на основе изучения специальной литературы и опыта своих коллег -разрабатывает темы для рефератов, оформляет отчёты -принимает участие в исследовательской деятельности

Критерии оценки ответов обучающихся

Оценка «5» - выполнено 80% заданий части А + 2 задания части В + 100% задания части С

Оценка «4» - выполнено 80% заданий части А + 2 задания части В

Оценка «3» - выполнено 60% заданий части А

Оценка «2» - выполнено менее 60% заданий части А

2. Экзамен

1.Форма проведения: устная, практико-ориентированная

2.Условия выполнения

1.Инструкция для обучающихся:

«Внимательно ознакомьтесь с экзаменационным билетом, билет состоит из 2 заданий, на которые вам предстоит ответить. 1 задание- устное, 2 задание -практическое.

2.Время выполнения: 120 минут

3.Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;

- автоматизированное рабочее место преподавателя;
- учебная доска;
- оборудование спортивного зала: маты гимнастические, скамейки гимнастические, скакалки, палки гимнастические, обручи гимнастические, мячи, озвученные мячи, горизонтально закрепленные канаты, булавы, кегли

4.Технические средства обучения: нет

5.Информационные источники, допустимые к использованию в ходе промежуточной аттестации: нет

6.Требования охраны труда. Обучающимся запрещается: находиться в аудитории в верхней одежде; иметь при себе средства связи; разговаривать между собой; обмениваться любыми материалами и предметами с другими участниками экзамена; произвольно выходить из аудитории. Во время экзамена во избежание списывания учащиеся должны сидеть по одному за партой.

3.Пакет материалов

3.1. Перечень тем, которые выносятся на промежуточную аттестацию:

1. Адаптивная физическая культура в жизни человека, имеющего отклонения в развитии
2. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры

3. Понятия и термины адаптивной физической культуры

4. Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре

5. Требования к профессиональным качествам и личности специалиста по адаптивной физической культуре

6. Развитие адаптивной физической культуры за рубежом

7. Паралимпийское движение в мировой практике

8. История развития адаптивной физической культуры в нашей стране

9. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры

10. Методы и формы адаптивной физической культуры

11. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в России и за рубежом

12. Организация адаптивного физического воспитания для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

13. Организация адаптивного спорта

14. Организация адаптивной двигательной рекреации

15. Организация физической реабилитации

16. Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности

17. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья

18. Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой

19. Основные опорные концепции теории адаптивной физической культуры

20. Функции адаптивной физической культуры

21. Принципы адаптивной физической культуры

22. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре

3.2. Задания к экзамену

1. Дайте определение «Адаптивной физической культуре»

2. На что направлено содержание «Адаптивное физическое воспитание»

3. Дайте характеристику «Адаптивному спорту (спорту инвалидов)»

4. Назовите 3 этапа становления и развития адаптивной физической культуры за рубежом.

5. Дайте определение терминам «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья».
6. В чем разница между детьми-инвалидами и детьми (обучающимися) с ограниченными возможностями здоровья?
7. В чем разница между социализацией и воспитанием?
8. Назовите наиболее типичные двигательные расстройства, характерные для всех нозологических групп.
9. Назовите главные виды профессиональной деятельности в АФК.
10. Назовите 4 группы функции адаптивной физической культуры.
11. На что направлена коррекционная функция?
12. В чем актуальность компенсаторной функции?
13. Место образовательной функции в адаптивной физической культуре.
14. Что обозначает термин «инклюзивное образование»?
15. Что является основным средством адаптивной физической культуры?
16. Какие выделяются классификационные критерии и группы физических упражнений применительно к адаптивной физической культуре?
17. Что относят к числу специализированных средств и приемов речевого воздействия на занимающихся, особенно в процессе урочных занятий?
18. Что такое аутогенная тренировка, психорегулирующая тренировка?
19. Что относится к естественно-средовым средствам?
20. Назовите три группы методов воспитания?
21. Назовите несколько методических приемов для их коррекции и развития координационных способностей.
22. Назовите три вида уроков адаптивной физической культуры.
23. Назовите внеурочные формы занятий в физическом воспитании.
24. Какие задачи ставятся на этапе начального изучения двигательного действия?
25. Расскажите о методах формирования знаний.
26. Особенности врачебного контроля в АФК детей, страдающих ДЦП.

Эталоны ответов на вопросы:

1. Адаптивная физическая культура — это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также осознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества. Адаптивная физическая культура подчеркивает предназначение средств физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные морфофункциональные сдвиги в организме, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.
2. Адаптивное физическое воспитание. Содержание адаптивного физического воспитания или образования направлено на формирование у инвалидов и людей с отклонениями в состоянии здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков, на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека, на более полную реализацию его генетической программы и, наконец, на становление, сохранение и использование оставшихся в наличии телесно-двигательных качеств инвалида.

3. Адаптивный спорт (спорт инвалидов) — разновидность адаптивной физической культуры, разновидность спорта, направленная на формирование у инвалидов, особенно у талантливой молодежи, высокого спортивного мастерства и достижение ими наивысших спортивных результатов в различных видах в условиях состязаний с людьми, имеющими аналогичные проблемы со здоровьем. Задачей адаптивного спорта является воспитание спортивной культуры человека, с врожденными или приобретенными нарушениями физического или психического развития, освоение им технологических, интеллектуальных и прочих ценностей физической культуры и спорта. Необходимым условием при занятиях адаптивным спортом является правильная классификация спортсменов по способностям, стремление к максимальному уравниванию шансов на победу. Такое распределение осуществляется по двум направлениям: медицинскому, где основным критерием является степень имеющегося поражения функций, и спортивно-функциональному, где учитывается специфика двигательной активности в каждом конкретном виде спорта. В настоящее время наибольшее распространение получили три направления спорта инвалидов: параолимпийское, сурдоолимпийское, специальное олимпийское.

4. Этапы развития спорта инвалидов (адаптивного спорта) за рубежом:

1-й этап: лечебная физическая культура – 1945-1947 Исторические сведения применения физических упражнений в лечебных целях. Создание после второй мировой войны первого реабилитационного центра для инвалидов с ПОДА в Англии (Сток-Мэндвил).

2-й этап: реабилитационный спорт – 1948-1959 Возникновение реабилитационных центров для инвалидов в странах Европы, США, Канаде и др. Обобщение опыта, первые соревнования. Становление и развитие реабилитационного спорта, апробирование различных видов спорта.

3-й этап: спорт инвалидов

5. По определению Федерального закона «О социальной защите инвалидов» от 24.11.1995 г. № 181, «инвалид – лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты». Лицам в возрасте до 18 лет устанавливается категория «ребенок-инвалид». Признание лица инвалидом осуществляется Государственной службой медико-социальной экспертизы.

Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

6. Дети-инвалиды и дети (обучающиеся) с ограниченными возможностями здоровья – это две

разные категории детей, которые, однако, могут и совпадать. Подчеркнем, что они определяются (получают соответствующий статус) разными организациями: первые – Государственной службой медико-социальной экспертизы, а вторые – психолого-медико-педагогической комиссией, хотя в случае обращения родителей (законных представителей) в обе организации и при наличии соответствующих показателей ребенок может иметь статус и инвалида, и обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. В практике же социального (коррекционного) образования довольно часто обучающиеся с ограниченными возможностями

здоровья и нуждающиеся в специальных условиях обучения и воспитания не являются инвалидами, и, напротив, дети-инвалиды обучаются в обычных (массовых) школах и не используют адаптированные образовательные программы.

7 Важно различать социализацию и воспитание. Во-первых, социализация понимается большинством специалистов как процесс «врастания» человека в общество, и он длится

в течение всей его жизни. Воспитание же – процесс, ограниченный во времени.

Во-вторых, социализация индивида происходит под влиянием всего окружающего мира, постоянно изменяющегося и зачастую непредсказуемого. Во всяком случае, социализирующие воздействия окружающей действительности невозможно спланировать и даже в первом прогнозировать их эффект. Воспитание представляет собой сознательный, планомерный,

методичный процесс воздействия на подрастающее поколение в определенном направлении. Для воспитания основополагающим является ответственность воспитателя по отношению к воспитаннику, что характеризует этот процесс как межличностный (совершающийся как минимум между двумя лицами), что для социализации вовсе не обязательно.

8. Наиболее типичными двигательными нарушениями считаются: вынужденное снижение двигательной активности как фактор гипокинезии, что проявляется в сокращении объема и интенсивности двигательной деятельности, снижении энергетических затрат на мышечную работу; ухудшение жизненно необходимых физических качеств: мышечной силы, быстроты, мощности движений, выносливости, ловкости, подвижности в суставах; нарушение осанки, деформацию стопы, позвоночника, слабость «мышечного корсета»; нарушение координационных способностей: быстроты реакции, точности, темпа, ритма, согласованности микро- и макро-моторики, дифференцировки усилий, времени и пространства, равновесия и устойчивости к вестибулярным раздражителям ориентировки в пространстве, расслабления и др., которые негативно отражаются на качестве движений (включая основные локомоции – ходьбу и бег), необходимые в учебной, трудовой, бытовой, спортивной деятельности.

9 В адаптивной физической культуре реализуется несколько видов профессиональной деятельности, главными из которых являются:

- педагогическая и тренерская;
- методическая;
- спортивная;
- организаторская.

10. Четыре группы функций:

- реабилитационные (коррекционная, компенсаторная, профилактическая);
- педагогические (образовательная, воспитательная, ценностно-ориентационная, профессионально-подготовительная);
- физического воспитания и спорта (развивающая, соревновательная, рекреативная, гедонистическая, творческая);
- социальные (гуманистическая, социализирующая, интегративная, коммуникативная).

11. Коррекционная функция адаптивной физической культуры является одной из ведущих. Данная функция направлена на создание условий и обеспечения работы по лечению и коррекции основного и сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений в состоянии здоровья

занимающихся. Необходимо подчеркнуть, что коррекционная функция адаптивной физической культуры является ведущей не только для такого ее вида как физическая реабилитация, но и для всех остальных: адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта, адаптивной двигательной реабилитации, креативных и экстремальных видов двигательной активности человека.

12. Компенсаторная функция особенно актуальна в работе с людьми, у которых какой-либо орган или система потеряны или нарушены навсегда. Потерю конечности, зрения, слуха, разрыв

спинного мозга, нарушения интеллекта и подобного рода повреждения организма восстановить невозможно. В этих случаях адаптивная физическая культура ориентирует и

педагога, и занимающихся на возможности компенсации потерянных функций за счет максимального использования сохранных органов и систем.

13. Образовательная функция в адаптивной физической культуре занимает важное место, определяющее стратегию и тактику работы, прежде всего с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Хотя, безусловно, осуществление данной функции имеет большое значение и в работе с другими возрастными категориями занимающихся. Образовательная функция самым тесным образом связана с воспитательной функцией, которые совместно и представляют

собой содержание педагогического процесса.

14. Термин «инклюзивное образование», под которым понимается «обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных

15. Основным средством адаптивной физической культуры является физическое упражнение – особый вид двигательной деятельности, при помощи которого осуществляется направленное

воздействие на занимающегося и решаются образовательные, воспитательные, развивающие, коррекционные, компенсаторные и профилактические задачи.

16. По видам адаптивного спорта: спорт глухих, слепых, лиц с ПОДА, ЛИН; по лечебному воздействию; упражнения, стимулирующие установочные рефлексы, трофические процессы, функции дыхания, кровообращения и др.; по исходному положению.; по степени самостоятельности выполнения упражнений; по интеграции междисциплинарных связей; по координационной направленности.

17. К числу специализированных средств и приемов речевого воздействия на занимающихся, особенно в процессе урочных занятий, относятся:

- инструктирование (точное и емкое объяснение при постановке заданий);
- указания и команды;
- сопроводительные пояснения и замечания;
- оценочные суждения: оценка выполненных заданий с пояснением ошибок, причин удач и неудач.

18. Аутогенная тренировка, психорегулирующая тренировка представляют собой систему приемов самовнушения, специальных средств релаксации, заимствованных из психогигиены, психологии и медицины.

19. К данным средствам и факторам относится использование воды, воздушных и солнечных ванн в целях укрепления здоровья, закаливания организма. Естественные силы природы усиливают положительный эффект физических упражнений. Для инвалидов это купание, плавание, ходьба босиком по траве, песку, гальке, туризм, рыбалка, прогулки на лыжах, велосипеде, лодке, подвижные и спортивные игры на открытых площадках и другие виды рекреативной деятельности не только эмоциональны по содержанию, но и оказывают тренирующее и закаливующее действие, повышают сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижают частоту простудных заболеваний.

20. В настоящее время методы воспитания делятся на три группы:

- методы воздействия на сознание, чувства и волю обучающихся (методы формирования нравственного сознания);
- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения (методы формирования нравственного поведения);
- методы регулирования, корректирования и стимулирования поведения и деятельности (методы поощрения и наказания).

21. Одними из методических приемов для их коррекции и развития координационных способностей можно назвать:

- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении;
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);

– упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);

22. 1) теоретические уроки, на которых осваиваются знания, способы их использования, формируются мотивы к занятиям и ценностные ориентации;

2) инструкторско-методические уроки, на которых отрабатываются различные умственные, перцептивные, двигательные действия, комплексы упражнений, технологии физкультурно-спортивной деятельности до уровня, позволяющего занимающемуся выполнять их самостоятельно без руководства педагога;

3) практические уроки, реализующие все перечисленные ранее формы организации и построения занятий.

23. В физическом воспитании получили распространение неурочные формы организации занятий: утренняя гимнастика; вводная гимнастика (перед уроками, лекциями, работой); физкультурные паузы и минутки; спортивные развлечения (игры, катания на коньках, велосипедах и др.); прогулки, туристические походы, соревнования и др. Эти занятия могут быть:

- эпизодическими, однократными (например, походы, спортивные развлечения, соревнования); систематическими (утренняя вводная гимнастика, физкультурные минутки и паузы, гигиенические прогулки и др.).

24. Задачами этапа начального изучения двигательного действия, в процессе реализации которого осваиваются новые движения, являются:

- а) сформировать у инвалидов общее представление о закономерностях изучаемого двигательного действия;
- б) научить частям техники изучаемого двигательного действия;
- в) сформировать предпосылки общего ритма изучаемого двигательного действия;
- г) устранить причины, провоцирующие возникновение ошибок в технике изучаемого двигательного действия.

25. Метод формирования знаний.

Он делится на две группы: а) метод слова (информация речевого воздействия); б) метод наглядности (информация перцептивного воздействия).

А - метод вербальной передачи информации в виде объяснения, описания указаний, суждений, уточнения, заметки, анализа, обсуждения, просьбы, совета, диалога, беседы.

- Метод невербальной передачи информации: в виде мимики, пластики, артикуляции, жестов, дактильной речи.

-Метод сопряженной речи: одновременное созвучное произнесение двумя или несколькими людьми слов. фраз.

-Метод идеомоторной речи: самостоятельное мысленное проговаривание «про себя» отдельных слов, терминов, заданий.

Б - Вторая группа методов построена на основе чувственного восприятия информации, поступающей от зрительных, слуховых тактильных, кинестетических, вестибулярных, температурных и др. анализаторов, создающий сенсорно-перцептивный образ движения. Ощущение, восприятие, представление служит ориентировочной основой для формирования двигательных умений, построение индивидуальной техники двигательных действий с минимальным количеством ошибок (плакаты с изображением тела с названием частей, макеты тела с подвижными суставами, карточки с рисунками и схемами движений).

26. Врачебный контроль за детьми, страдающими ДЦП проводится 2 раза в год, в основном осенью и весной. Медицинское обследование обязательно включает посещение врача-

невропатолога, с целью определения наличия нарушения регуляции мышечного тонуса, состояния цепных установочных выпрямительных рефлексов и наличия патологических тонических рефлексов.

Программа врачебного контроля за детьми страдающими ДЦП включает:

- 1.врачебный осмотр (врача по спортивной медицине, терапевта, хирурга, невропатолога, окулиста)
- 2.функциональные пробы и определение общей физической работоспособности
- 3.флюорографию органов грудной клетки
- 4.ЭКГ
- 5.клинический анализ крови и мочи
- 6.биохимия крови
- 7.при наличии медицинских показаний проводится дополнительное функциональное исследование
8. по результатам медицинского обследования в документацию вносится и в копии на руки пациенту выдается врачебное заключение

3.3. Практические задания к экзамену:

1. Проведите исследования функции вестибулярного аппарата у лиц с нарушением слуха.
2. Выполните физические упражнения для коррекции ходьбы у детей с умственной отсталостью. Укажите направленность.
3. Выполните физические упражнения для коррекции бега у детей с умственной отсталостью. Укажите направленность.
4. Выполните степ-тест для оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы.
5. Проведите тест для определения ловкости у детей с нарушением слуха.
6. Приведите примеры упражнений на развития скоростных способностей у детей, имеющих нарушения слуха.
7. Исследование вестибулярного аппарата. Проведите пробу.
8. Приведите примеры подвижных игр, для детей с нарушением интеллекта, проведите одну из них
9. Подвижные игры для детей с поражением опорно-двигательного аппарата.
10. Проведение тестирования и оценки силы у школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
11. Составьте и проведите комплекс физических упражнений при заболеваниях органов дыхания
12. Составьте и проведите комплекс физических упражнений для профилактики нарушений органов зрения.
13. Составьте и проведите комплекс физических упражнений для формирования правильной осанки
14. Составьте и проведите комплекс физических упражнений для профилактики и исправления осанки при лордозе
15. Составьте и проведите физкультпаузу для улучшения мозгового кровообращения.
16. Составьте и проведите комплекс упражнений для развития скоростно-силовых качеств круговым методом для глухих детей 6-7 лет
17. Составьте и проведите комплекс упражнений для коррекции и развития равновесия у глухих детей 4-5 и 6-7 лет
18. Составьте и проведите упражнения на развитие мелкой моторики рук у детей с легкой умственной отсталостью.
19. Проведите подвижную игру для слабовидящих детей на развитие внимания, быстроты, двигательной реакции и ловкости рук.

20. Проведите подвижную игру для слабовидящих детей на совершенствование техники метания мяча, повышение мобильности, ловкости, улучшение координации движений
21. Проведите подвижную игру для слабослышащих на развитие внимания, приобретение навыков ловли и передачи мяча, развитие умения ориентироваться в пространстве.
22. Проведите сюжетную игру для слабослышащих на развитие равновесия, ловкости, воли и координации коллективных действий.
23. Проведите подвижную игру для детей с поражением опорно-двигательного аппарата на развитие глазомера, меткости, координации движений.
24. Проведите упражнения на профилактику и коррекцию плоскостопия у детей с умственной отсталостью.
25. Составьте и проведите комплекс упражнений по круговому метода прохождения двигательного-координационных тестов для детей с ЗПР.
26. Проведите корректирующие упражнения на лазанье и перелезание на развивающем этапе физической подготовленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата.

Эталоны ответов на практические задания

1. Выполняются 2 пробы

- 1) Сенсебилизованная проба Ромберга: Норма 15 и более сек. удержания равновесия, если имеется статистическая неустойчивость, дрожание конечности и пальцев рук, то функция вестибулярного аппарата расценивается как неудовлетворительная.
- 2) Вращательная проба Барани. Испытуемого усаживают на вращающееся кресло, он закрывает глаза и опускает голову, затем производят 10 оборотов за 20 сек. Затем производится пальце – носовая и пальце – пальцевая пробы, до и после. АД измеряется до и после.

2. Физические упражнения для коррекции ходьбы.

«рельсы». Ходьба с перешагиванием линий, расположенных на разном расстоянии друг от друга.	Дифференцировка расстояния, глазомер.
«не сбей». Ходьба по прямой с перешагиванием через кегли, набивные мячи, гимнастическую скамейку.	Дифференцировка усилий, отмеривание расстояния.

3. Физические упражнения для коррекции бега.

Бег на месте с высоким подниманием бедра со сменой темпа (от минимального до максимального).	Стимуляция дыхательной и сердечно – сосудистой систем, усвоение темпа движения, дифференцирование усилий, координация движения рук и ног.
Бег «змейкой» не задевая предметов, то же – вдвоем, держась за руки.	Ориентировка в пространстве, равновесие, согласованность движений.

4. Функциональная проба с подъемом на ступеньку высотой 20 см и спуском с нее — 12 раз в минуту («степ-тест») является наиболее значимой по нагрузке, проводится для оценки возможности обучения ходьбе по лестнице, на большие расстояния, расширения двигательной активности. Перед выполнением пробы пациент отдыхает в течение 15 мин в положении сидя. Измеряется АД и регистрируется ЧСС. После этого, не снимая манжетки для измерения артериального давления, пациент выполняет пробу. После ее завершения, в положении сидя производится подсчет ЧСС и измеряется АД на 1-й, 3-й, 6-й и т.д. минутах восстановительного периода, до возвращения показателей к исходному уровню. Регистрируются также данные визуальных наблюдений и изменения субъективных ощущений обследуемого.

5. «Челночный бег» 10 м * 3, с. Тест проводят на ровной дорожке длиной 10 м. Дистанция ограничена линиями старта и финиша. У каждой линии стоит кубик. Из положения высокого старта по команде «Марш!» дети пробегают три отрезка по 10 м, с поворотом после каждого кубика на 180 градусов. Регистрируют время финиширования в секундах.

6.

1	Бег на 5м, 10м	Координация движений, согласование движения рук и ног.
2	Бег по разметке (10м)	Усвоение темпа и ритма, динамическое равновесие, дифференциация пространственных и динамических параметров.
3	Бег с изменением направления по сигналу	Концентрация внимания, развитие слухового восприятия.

7.Проба Яроцкого основана на определении времени, в течение которого испытуемый способен сохранить равновесие при раздражении вестибулярного аппарата (вращение головы). Методика: предлагают в положении стоя, делать непрерывные круговые движения головой в одном направлении (2 об/с.). Длительность сохранения равновесия определяется по секундомеру. Для предотвращения падения надо стоять вблизи испытуемого. Оценка результатов: норма - 28 с и более

8. Примеры игр: «лохматый лес», «фокусник», «воробушки и кот», «говорящий мяч» и т. д.

9. Примеры игры: «защита укрепления», «передал – садись», «попади в мяч», «мостик и кошка»

10. Тест с броском набивного мяча (0,5; 1 или 2 кг) из исходного положения «сидя на полу, ноги врозь, руки вверх». Угол, образуемый при разведении ног, находится на стартовой линии. Дальность броска измеряют рулеткой. Выполняют три попытки, зачет - по лучшей. Для детей дошкольного возраста – метание на дальность мешочка с песком (200г).

11. Комплекс физических упражнений при заболеваниях органов дыхания

1. Дыхательные упражнения при спокойной ходьбе: на 1 шаг вдох, на 2 шага выдох, затем на 2 шага вдох, на 4 - выдох. Следить за глубиной выдоха.

2. И. п. – о. с. Ходьба на носках, пятках, наружном крае стопы, с высоким подниманием бедра.

3. И. п. – о.с.; 1- руки вверх ладонями внутрь, ногу назад на носок, прогнуться – вдох;

2 – руки медленно опускать вниз в и. п. – выдох со звуком «у-х-х»

4. И. п. – о. с. Поочередное сгибание ног в коленных суставах, подтягивать их руками к груди. При сгибании – длительный выдох, произносить звук «ф-ф-ф».

5. И. п. – стойка ноги врозь. Наклоны туловища в сторону с подтягиванием противоположной руки к подмышечной впадине.

6. И. п. – стойка ноги врозь; 1 – поднять руки вверх, подняться на носки – вдох; 2 – наклониться вперед – выдох через нос со звуком «м-м-м».

7. И. п. – о. с.; 1-2 – отвести прямые руки назад, пальцы в замке, прогнуться, вдох; 3-4 – возвратиться в и. п.

8. И. п. – о. с., руки к плечам; 1 – правую руку вверх, правую ногу отставить в сторону на носок, вдох; 2 – и. п., выдох; 3-4 – то же влево.

9. И. п. – о. с.; 1-2 – выпад правой ногой вперед, руки в упоре на колене, выдох; 3-4 – и. п., вдох; 5-8 – то же другой ногой.

10. И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе; 1 – поворот туловища вправо с отведением правой руки в сторону, вдох; 2 – и. п., выдох; 3-4 – то же влево.

11. И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе; 1 – левую ногу отвести назад, руки в стороны, вдох;
2 – и. п. выдох; 3 – правую ногу отвести назад, руки в стороны, вдох;

12. Одинарные упражнения 1. И. п. – сед; 1-4 – крепко зажмурить глаза; 5-8 – открыть.
2. И. п. – сед. Быстро моргать 20-30 секунд; закрыть глаза расслабиться 20-30 секунд.
3. И. п. – стойка ноги врозь, смотреть прямо перед собой: при неподвижном положении головы рисовать на стене глазами цифры с 1 до 10, буквы, слово.
4. И. п. – стойка ноги врозь, правую (левую) руку вперед, смотреть на конец пальца вытянутой руки, расположенной на средней линии лица. Медленно приближать палец к носу, не сводя с пальца глаз до тех пор, пока он не начнет двоиться.
5. И. п. – сед, правую руку с указательным пальцем согнуть в сторону, предплечье вверх; 1-4 – медленно передвигать руку влево и при неподвижном положении головы следить глазами за пальцем; 5-8 – то же, но передвигать руку слева направо

13. 1. И. п. – стойка спиной к стене с мешочком на голове, принять правильное положение (затылок, лопатки, ягодицы, пятки касаются стены): разнообразные движения руками и ногами.
2. И. п. – стойка спиной к стене с мешочком на голове (затылок, лопатки, ягодицы, пятки касаются стены): - передвижения с мешочком на голове (ходьба высоким шагом, с различными движениями руками, с перешагиванием через предметы).
3. И. п. – стойка спиной к стене с мешочком на голове (затылок, лопатки, ягодицы, пятки касаются стены): передвижения с мешочком на голове приставными шагами правым и левым боком, скрестным шагом, спиной вперед.
4. И. п. – стойка спиной к стене с мешочком на голове. Неглубокие приседы и выпады с различными и. п. рук (вверх, вперед, в стороны, за голову)
14. 1. И. п. – стойка у стены, касаясь пятками, ягодицами, лопатками, затылком. Коснуться к стене поясницей, удерживать положение на 4 счета.
2. И. п. – лежа на спине, расслабиться. Прижать поясницу к полу (с напряжением мышц живота), удерживать положение на 4 счета.
3. И. п. – лежа на спине, расслабиться. Группировка; удерживать положение 4 счета.
4. И. п. – лежа на спине, расслабиться. Перейти в сед с напряжением мышц живота; вернуться в И. п.
5. И. п. – лежа на спине. Поочередно поднять и опустить прямые ноги.
6. И. п. – стойка на первой рейке лицом к г/стенке, широкий хват на уровне пояса. Присед, выпрямив руки, удерживать положение на 4 счета; вернуться в И. п.
15. 1. И. п. – о. с.; 1-2 – руки за голову, локти развести, голову назад; 3 – локти вперед; 4 – и. п.
2. И. п. – о. с.; 1-2 – выполнить круговое движение правой рукой назад с поворотом туловища и головы направо; 3-4 – то же другой рукой.
3. И. п. – о. с. Медленные и плавные повороты головы в стороны, наклоны вперед, назад, в стороны (20-40 сек.).
4. И. п. – о. с., руки в стороны; 1-2 – обхватить себя за плечи; 3-4 – и. п.

16.

Содержание	Дозировка	Время отдыха между станциями, с.
Станция 1. Бег на прямых ногах 10 м	1 раз	15-20
Станция 2. Выпрыгивание из полу-приседа, сопровождая взмахом рук вверх	6—8 раз	20-25

Станция 3. Поднимание прямых ног вверх, лежа на спине, руками держаться за нижнюю перекладину гимнастической лестницы	8-10 раз	25-30
Станция 4. Лазанье по гимнастической лестнице вверх-вниз разноименным способом, руки согнуты	1 раз	20-25
Станция 5. Махи правой (левой) ногой вперед до уровня пояса, стоя боком к месту опоры	8-10 раз	15-20
Станция 6. Прыжки через гимнастическую скамейку, стоя боком и продвигаясь вперед по всей длине	4-8 прыжков	25-30
Станция 7. Лежа на животе, руки впереди прямые, поднимание набивного мяча вверх	6—8 раз	35-50

17.

№ п/п	Содержание	Кол-во подходов	Дозировка в одном подходе	
			4-5 лет	6-7 лет
1.	Стойка на носках, руки внизу	3	10 с	15 с
2.	Стойка на правой (левой) ноге, руки внизу	4	10 с	15 с
3.	Ходьба с мешочком на голове по дорожке шириной 15—25 см	3	2-3 м	3-5 м
4.	Ходьба с перешагиванием реек гимнастической лестницы, лежащей на полу	3	2 м	3 м

18. а) перекатывание мяча партнеру напротив в положении сидя;

б) перекатывание мяча партнеру через ворота из набивных мячей, коридор из гимнастических палок, между двух параллельно расположенных в длину скакалок из положения сидя; присев; стоя.

в) катание мяча вдоль гимнастической скамейки.

Примечание: использовать волейбольный, футбольный или баскетбольный мячи. Данное упражнение развивает глазомер, координацию и точность движений, дифференцировку усилия и направления движения, точность направления и усилия.

19. Подвижная игра для слабовидящих детей: «Горячий мяч»

20. Подвижная игра для слабовидящих детей: «Между двух огней»

21. Подвижная игра для слабослышащих: «Догони меня»

22. Сюжетная игра для слабослышащих «Поймать Бармалея».

23. Подвижная игра для детей с ОДА «Точные броски»

24. Упражнения на профилактику и коррекцию плоскостопия:

1. Стоя, носки вместе, пятки врозь – подняться на носки, вернуться в исходное положение.

2. Стоя, стопы параллельно на расстоянии ладони – сгибая пальцы, поднять внутренний край стопы.

3. Стоя след в след (носок правой касается пятки левой) – подняться на носки, вернуться в исходное положение.

4. На пол положить две булавы (кегли), головки их почти соприкасаются, а основания направлены наружу – захватить пальцами ног шейку или головку булавы и поставить ее на основание.

25. Образец кругового метода прохождения двигательного-координационных тестов - Рисунок 1.

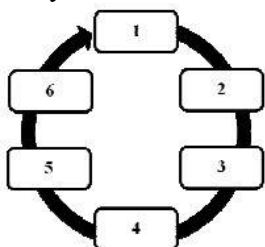


Рис. 1. Обозначения: 1 - бег по гимнастической скамейке; 2 - метание в цель; 3 - прыжки из обруча в обруч; 4 - прыжки через препятствие и пролезание под ним; 5 - лазание по гимнастической стенке; 6 - подтягивания на скамейке.

26. Лазанье и перелезание. Лазанье вверх и вниз по гимнастической стенке, не касаясь реек. Лазанье на четвереньках по ковровой дорожке, по гимнастической скамейке, наклонной доске, наклонной лестнице. Перелезание через препятствие высотой 50—60 см (гимнастическая скамейка). Подлезание под препятствие высотой 40—50 см (под натянутую веревку). Пролезание через обруч, удерживаемый учителем (другим учеником) ребром к полу вертикально

4.Комплект билетов.

5.Экзаменационная ведомость

Оценка запланированных результатов по учебной дисциплине

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
31 содержание и задачи адаптивной физической культуры, историю ее становления и развития в России и за рубежом;	- определяет содержание и задачи адаптивной физической культуры - описывает историю становления адаптивной физической культуры, ее развитие в России и за рубежом;
32 понятийный аппарат теории адаптивной физической культуры;	- определяет основные понятия теории адаптивной физической культуры;
33 основные педагогические принципы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем;	- перечисляет и объясняет сущность основных принципов работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и ослабленным здоровьем
34 особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре;	-определяет особенности реализации принципов физического воспитания в адаптивной физической культуре
35 особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания;	-описывает особенности содержания, средств, методов и форм адаптивного физического воспитания;
36 дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм организации адаптивного физического воспитания детей и подростков;	-определяет дидактические и воспитательные возможности различных методов, средств и форм

37 организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России	организации адаптивного физического воспитания детей и подростков -описывает и объясняет организационно-управленческую структуру адаптивной физической культуры в России
Обучающийся должен иметь практический опыт	
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.	-демонстрация интереса к будущей специальности. -обоснование выбора и применение методов планирования урока физического воспитания. -демонстрация умения действовать и принимать решения в нестандартных ситуациях; нести за них ответственность. - нахождение и использование информации, для эффективного выполнения профессиональных задач. - демонстрация навыков использования информационно-коммуникационной деятельности - взаимодействие с обучающимися, педагогами и наставниками в ходе обучения. - постановка целей и задач по организации и контролю их качественной работы. - определение задач профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации. - реализация профессиональной деятельности в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий -выполнение профилактики травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.	- формирует профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия. ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения. ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия. ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся. ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях. ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия. ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой. ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности. ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся. ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия. ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам. ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной	-выстраивает учебные занятия с учётом цели и задач -владеет необходимыми знаниями для организации занятий физической культурой -проводит педагогическое тестирование -проводит анализ учебных занятий -оформляет документацию -владеет технологией разработки документов управления спортивно-массовыми мероприятиями -владеет необходимыми знаниями для организации занятий физической культурой с различными возрастными группами -стимулирует к занятиям физической культурой -принимает контрольные нормативы по развитию физических качеств, оценивает результаты деятельности обучающихся -систематизирует деятельность -владеет навыками оформления документации (протоколов) при организации судейства соревнований по БВС разрабатывает рабочие программы, учебно-тематические планы для определённых категорий обучающихся Составляет положение о соревнованиях -изучает педагогический опыт на основе изучения специальной литературы и опыта своих коллег

организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся. ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов. ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений. ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.	-разрабатывает темы для рефератов, оформляет отчёты -принимает участие в исследовательской деятельности

Образец билета:

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»		
Утверждаю Заместитель директора _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 20__ г.	Экзаменационный билет №1 по ОП.13 «Методика адаптивного физического воспитания обучающихся» Группа(ы) _____ Специальность: код, название	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) _____ (подпись) « ____ » _____ 20__ г.
1. Что обозначает термин «инклюзивное образование»? 2. Проведите подвижную игру для слабовидящих детей на развитие внимания, быстроты, двигательной реакции и ловкости рук.		

Критерии оценки ответов обучающихся:

6.Критерии оценки ответов, обучающихся:

Оценка 5 «отлично» - продемонстрирован высокий уровень знаний по теоретическому вопросу билета, правильно выполнено практическое задание.

Оценка 4 «хорошо» - продемонстрировано понимание основного содержания теоретического вопроса билета, правильно выполнено практическое задание.

Оценка 3 «удовлетворительно» - продемонстрировано владение основным содержанием по теоретическому вопросу билета, практическое задание выполнено с ошибкой.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - не продемонстрировано владение знаниями и умениями, не выполнено практическое задание.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА**

*МДК.02.01 Методика адаптивного физического воспитания обучающихся,
отнесённых к специальным медицинским группам*

для специальности
49.02.02. Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02. Адаптивная физическая культура программы МДК (Методика адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесённых к специальным медицинским группам).

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Огарков Андрей Александрович, руководитель физической культуры

ОДОБРЕН

цикловой методической комиссией

Протокол № ____1____

от «30» август 2023 г.

Председатель Шульга Наталья Владимировна

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения МДК, подлежащие проверке
3. Оценка освоения МДК
 - 3.1. Контроль и оценка освоения МДК
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет материалов
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения учебной дисциплины МДК.02.01 Методика адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесённых к специальным медицинским группам обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02. Адаптивная физическая культура следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональную компетенцию, и общими компетенциями

Обучающийся должен знать:

- 3.1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;
- 3.2 медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;
- 3.3 критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую;
- 3.4 причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы;
- 3.5 основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам;
- 3.6 средства физической культуры в системе реабилитации;
- 3.7 показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;
- 3.8 методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;
- 3.9 методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;
- 3.10 методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности;
- 3.11 приемы, способы страховки и самостраховки;
- 3.12 формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса;
- 3.13 виды специального оборудования, его назначение;
- 3.14 виды документации, требования к ее ведению и оформлению.

Обучающийся должен уметь:

- У.1 находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;

- У.2 планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастнo-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии;
- У. 3 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими);
- У.4 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь;
- У.5 использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся;
- У.6 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма;
- У.7 мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности;
- У.8 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями;
- У.9 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий;
- У.10 применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;
- У.11 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии;
- У.12 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий;
- У.13 анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их;

Личностные результаты учебной дисциплины

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5

Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением.	ЛР 11
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями (при наличии)	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса (при наличии)	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формируемые ОК:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
- ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

Формируемые ПК:

- ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.
- ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.
- ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.
- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
- ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.
- ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

Формой промежуточной аттестации по МДК является контрольная работа 5 и 7 семестры, дифференцированный зачёт 6 семестры; экзамен 8 семестр.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МДК, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по МДК осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции (коды образовательных результатов)	Показатели оценки результата <i>Следует сформулировать показатели (раскрывается содержание работы)</i>
Уметь: (желательно сгруппировать и проверять комплексно, сгруппировать умения и общие компетенции)	
У.1 находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским	Умеют находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к

группам; ОК 1-12	специальным медицинским группам.
У.2 планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии; ОК 1-12	Умеют планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии.
У. 3 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); ОК 1-12	Умеют устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими).
У.4 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; ОК 1-12	Умеют подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь.
У.5 использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся; ОК 1-12	Умеют использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся.
У.6 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма; ОК 1-12	Умеют использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма.
У.7 мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности; ОК 1-12	Умеют мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.
У.8 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями; ОК 1-12	Умеют планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями.

У.9 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; ОК 1-12	Умеют выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий.
У.10 применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; ОК 1-12	Умеют применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях.
У.11 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; ОК 1-12	Умеют осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии.
У.12 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий; ОК 1-12	Умею осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий.
У.13 анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их; ОК 1-12	анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их.
Знать:	
3.1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.2 медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.3 критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую;	Знают критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую.
3.4 причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы	Знают причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы

кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы;	кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы.
3.5 основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам;	Знают основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам.
3. 6 средства физической культуры в системе реабилитации;	Знают средства физической культуры в системе реабилитации.
3.7 показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;	Знают показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося.
3.8 методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.9 методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;	Знают методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
3.10 методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности;	Знают методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности.
3.11 приемы, способы страховки и самостраховки;	Знают приемы, способы страховки и самостраховки.
3.12 формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса;	Знают формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса.
3.13 виды специального оборудования, его	3.13 виды специального оборудования, его

назначение;	назначение.
3.14 виды документации, требования к ее ведению и оформлению.	Знают виды документацию, требования к ее ведению и оформлению.

3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ МДК

3.1. Контроль и оценка освоения МДК по темам (разделам) Таблица 2

Элемент МДК	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осваиваемы е результаты	Метод контроля	Проверяемы е результаты	Форма контроля
Раздел 1. Введение в специализацию				
Тема 1.1. Понятие адаптивного физического воспитания, цели, задачи, принципы. Терминология.	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1 У.1, У.7 3.1, 4-5 ПК 2.1	Устный опрос, тестовые задания, практическа я работа	ОК1-2 У.1, У.7 3.1, 4-5	дифференцирова нный зачёт 5, 6 семестры; экзамен 7 семестр.
Тема 1.2. Организация системы адаптивного физического воспитания.	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-2 У.2-4, 7 3.2-5, 8-12 ПК 2.1	Устный опрос, тестовые задания, практическа я работа	ОК1-2 У.2-4, 7 3.2-5, 8-12	
Тема 1.3. Уровни развития движения в норме и патологии.	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1, 3 У.5-7 3. 4-7, 13 ПК 2.2	Устный опрос, тестовые задания, практическа я работа	ОК1-2 У.5-7 3. 4-7, 13	
Тема 1.4. Особенности развития детского организма в норме и патологии.	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1, 4 У. 5-7 3. 4-8 ПК 2.3	Устный опрос, тестовые задания, практическа я работа	ОК1-2 У. 5-7 3. 4-8	
Раздел 2. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) учреждениях				
учреждениях 22 Тема	ЛР 3, 5, 7, 9-	Устный	ОК1-2	

2.1. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 1 и 2 вида (для глухих и слабослышащих детей)	20 ОК1-12 У.5-10, 12 З. 2-6, 11 ПК 2.4	опрос, тестовые задания, практическая работа	У.5-10, 12 З. 2-6, 11	
Тема 2.2. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 3 и 4 вида (для слепых и слабовидящих детей)	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 3-5, 8-13 З. 4-7, 1 ПК 2.5	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 3-5, 8-13 З. 4-7, 13	
Тема 2.3. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 5 вида (для детей с нарушением речи)	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ПК 2.6 ОК1-12 У. 3-5, 8-13 З. 4-7, 1	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 7-10 З.2-8, 14	
Тема 2.4. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 6 вида (для детей с ПОДА)	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-4, 6-8 З. 3-7, 12 ПК 2.2	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-4, 6-8 З. 3-7, 12	
Тема 2.5. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной)	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 7-12 З. 1-4, 6-9 ПК 2.5	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 7-12 З. 1-4, 6-9	

общеобразовательной школе 7 вида (для детей с ЗПР)				
Тема 2.6. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 8 вида (для детей с умственной отсталостью)	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 4-6, 8 З. 2-8, 13 ПК 2.4	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 4-6, 8 З. 2-8, 13	
Раздел 3. Адаптивное физическое воспитание в образовательных учреждениях				
Тема 3.1. Часто болеющие дети. Задачи и методы АФК при занятиях с часто болеющими детьми	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 9-12, 3 З. 5-11 ПК 2.3	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 9-12, 3 З. 5-11	
Тема 3.2. Специальные медицинские группы в общеобразовательной школе	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 1-5 З. 2-4, 6-10 ПК 2.5	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 1-5 З. 2-4, 6-10	
Тема 3.3. Виды специализированных общеобразовательных учреждений	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-5, 7-9 З. 1-5, 14 ПК 2.6	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-5, 7-9 З. 1-5, 14	
Тема 3.4. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ в дошкольных учреждениях санаторного типа	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 6, 8-11 З. 3-8, 12 ПК 2.2	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 6, 8-11 З. 3-8, 12	
Тема 3.5. Организация адаптивного физического	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 3 6-8	Устный опрос, тестовые задания,	ОК1-2 У. 3 6-8 З. 3-6, 11	

воспитания в специальной (коррекционной) школе	З. 3-6, 11 ПК 2.1	практическая работа		
Тема 3.6. Организация спортивной подготовки инвалидов в специализированных учреждениях физкультурно-спортивной направленности	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-5, 8 З. 4-6, 14 ПК 2.3	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-5, 8 З. 4-6, 14	
Тема 3.7. Организация и методика проведения соревнований среди инвалидов	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-5, 8 З. 2-7, 9-11 ПК 2.4	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-5, 8 З. 2-7, 9-11	
Тема 4.1 Возрастные особенности методики АФВ детей раннего возраста с ограниченными психофизическими возможностями	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-5, 8-9 З. 10-14 ПК 2.5	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-5, 8-9 З. 10-14	
Тема 4.2. Возрастные особенности методики АФВ молодых инвалидов	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 3-6, 8-10 З. 3-9 ПК 2.6	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 3-6, 8-10 З. 3-9	
Тема 4.3. Возрастные особенности методики АФВ при занятиях с женщинами инвалидами	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-5, 8-11 З. 2-5, 11-14 ПК 2.4	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-5, 8-11 З. 2-5, 11-14	
Тема 4.4. Возрастные особенности методики АФВ в зрелом и пожилом возрасте	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 4-6, 8-12 З. 4-7, 12 ПК 2.3	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 4-6, 8-12 З. 4-7, 12	

Раздел 5. Адаптивное физическое воспитание при различных заболеваниях			
Тема 5.1. Организация и методика проведения занятий АФВ при соматический заболеваний	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-7 З. 3-6, 11 ПК 2.2	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-7 З. 3-6, 11
Тема 5.2. Организация и методика проведения занятий АФВ при ортопедических заболеваниях	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-6, 9-11 З.1-4, 7-10 ПК 2.6	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-6, 9-11 З.1-4, 7-10
Тема 5.3. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях желудочно-кишечного тракта	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-5, 8 З. 2-5,6-9 ПК 2.1	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-5, 8 З. 2-5,6-9
Тема 5.4. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях эндокринной системы	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 1-5, 10-12 З. 4-9, 12-14 ПК 2.5	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 1-5, 10-12 З. 4-9, 12-14
Тема 5.5. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях выделительной системы	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 2-5, 11-12 З. 5-9, 13 ПК 2.4	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 2-5, 11-12 З. 5-9, 13
Тема 5.6. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях сердечнососудистой системы	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 1-8 З. 3-7, 11-13 ПК 2.6	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 1-8 З. 3-7, 11-13
Тема 5.7. Организация и методика проведения	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12	Устный опрос, тестовые	ОК1-2 У. 2-5, 8 З.1-7, 13

занятий АФВ при заболеваниях нервной системы	У. 2-5, 8 3.1-7, 13 ПК 2.3	задания, практическая работа		
Тема 5.8 Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов дыхания\	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 4-6, 8-12 3. 2-5, 7-11 ПК 2.2	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 4-6, 8-12 3. 2-5, 7-11	
Тема 5.9. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов слуха	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У. 9-12, 3 3. 4-8, 14 ПК 2.4	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У. 9-12, 3 3. 4-8, 14	
Тема 5.10. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов зрения	ЛР 3, 5, 7, 9-20 ОК1-12 У.4-10 3. 1-3, 7-12 ПК 2.1	Устный опрос, тестовые задания, практическая работа	ОК1-2 У.4-10 3. 1-3, 7-12	

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности проведения измерений, заполнения таблиц, графиков и др.; правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления; получены результаты в соответствии с

поставленной целью.

Оценка 4 «хорошо»- выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

4.КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1.Контрольная работа 5 семестр

1.Форма проведения: устная (защита статьи на заданную тему).

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: нет

Информационные источники: нет

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет материалов для проведения контрольной работы

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

1.1. Перечень тем для контрольной работы

Тема 1.1. Понятие адаптивного физического воспитания, цели, задачи, принципы. Терминология.

Тема 1.2. Организация системы адаптивного физического воспитания.

Тема 1.3. Уровни развития движения в норме и патологии.

Тема 1.4. Особенности развития детского организма в норме и патологии.

Тема 2.1. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 1 и 2 вида (для глухих и слабослышащих детей)

Тема 2.2. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 3 и 4 вида (для слепых и слабовидящих детей)

Тема 2.3. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 5 вида (для детей с нарушением речи)

Тема 2.4. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 6 вида (для детей с ПОДА)

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	

У.1 находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам; ОК1-2	Умеют находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
У.2 планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии; ОК 1-2	Умеют планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии.
У. 3 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); ОК 1-2	Умеют устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими).
У.4 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; ОК 1-2	Умеют подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь.
У.5 использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся; ОК 1-2	Умеют использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся.
У.6 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма; ОК 1-2	Умеют использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма.
У.7 мотивировать обучающихся к участию	Умеют мотивировать обучающихся к

в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности; ОК 1-2	участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.
У.8 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями; ОК 1-2	Умеют планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями.
У.9 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; ОК 1-2	Умеют выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий.
У.10 применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; ОК 1-2	Умеют применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях.
У.11 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; ОК 1-2	Умеют осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии.
У.12 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий; ОК 1-2	Умею осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий.
У.13 анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их; ОК 1-2	анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их.
Знать:	
3.1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам; ОК 1-2	Знают цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.2 медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам; ОК1-2	Знают медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.3 критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода	Знают критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода

из одной группы в другую; OK1-2	из одной группы в другую.
3.4 причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы; OK1-2	Знают причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы.
3.5 основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам;	Знают основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам.
3. 6 средства физической культуры в системе реабилитации; OK1-2	Знают средства физической культуры в системе реабилитации.
3.7 показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося; OK1-2	Знают показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося.
3.8 методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам; OK1-2	Знают методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.9 методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам; OK1-2	Знают методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
3.10 методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности; OK1-2	Знают методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности.
3.11 приемы, способы страховки и самостраховки;	Знают приемы, способы страховки и самостраховки.

OK1-2	
3.12 формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса; OK1-2	Знают формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса.
3.13 виды специального оборудования, его назначение; OK1-2	3.13 виды специального оборудования, его назначение.
3.14 виды документации, требования к ее ведению и оформлению. OK1-2	Знают виды документацию, требования к ее ведению и оформлению.
ПК 2.1-2.6	

Текст КИМа

Перечень тем статей обучающихся

1. "Эффективные методики адаптивного физического воспитания: принципы и задачи"
2. "Индивидуализация занятий: ключевой элемент системы адаптивного физического воспитания"
3. "Влияние уровней развития движения на адаптивное физическое воспитание"
4. "Особенности физического развития детей в норме и патологии: взгляд изнутри"
5. "Организация занятий адаптивным физическим воспитанием в школах: лучшие практики"
6. "Важность психофизического развития в контексте адаптивного физического воспитания"
7. "Роль коррекционных занятий в формировании двигательных навыков у детей"
8. "Сравнение методик занятий адаптивным физическим воспитанием в разных возрастных группах"
9. "Терминология в адаптивном физическом воспитании: ключевые понятия и определения"
10. "Развитие двигательных навыков у детей с нарушениями развития: вызовы и перспективы"
11. "Оценка уровня физической активности учащихся с ограниченными возможностями"
12. "Технологии в адаптивном физическом воспитании: применение инноваций для лучших результатов"
13. "Индивидуальные подходы в организации занятий адаптивного физического воспитания"
14. "Значение физической активности в социальной адаптации детей с ограниченными возможностями"
15. "Особенности физической реабилитации детей с патологиями в адаптивном контексте"
16. "Влияние адаптивного физического воспитания на качество жизни детей с ограниченными возможностями"
17. "Применение сенсорных методов в занятиях адаптивным физическим воспитанием"
18. "Развитие физических качеств у детей с задержкой психического развития: опыт и

практика"

19. "Специальные соревнования и мероприятия в адаптивном физическом воспитании"

20. "Адаптация оборудования и инструментов для инклюзивного физического воспитания в школах"

4.Эталоны ответов

ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ СТАТЬИ

История развития естествознания как учебного предмета в 18 веке

Иванов С.С., студент 3 курса

44.02.02. Преподавание в начальных классах

Текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...
текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...
текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...текст...

Литература:

1.Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2023 года // Закон об образовании РФ Общие положения Федерального закона об образовании 2022. – URL: <https://zakonobobrazovanii.ru>. Загл. с экрана. – Яз. рус. (дата обращения 10.03.2023). – Текст: электронный.

2.

3.

Материалы, представленные на защиту, должны отвечать следующим требованиям: материалы должны быть прошиты в пластиковом скоросшивателе (или оформлены в папку с файлами); статья должна быть объемом от 3-х страниц машинописного текста формата А4, размеры полей: верхнее, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 10 мм, абзацный отступ – 1,25 см., межстрочный интервал – 1,5, кегль 14.Ориентация листа – книжная. Материалы должны быть на русском языке, шрифт Times New Roman, без переносов; название статьи: строчные буквы, кегль 14, жирный, выравнивание по центру, точка в конце заголовка не ставится. Ниже размещается имя, отчество, фамилия автора, / курс, специальность / профессия строчными буквами, выравнивание по правому краю, кегель 14, курсив. Ниже, через один интервал, размещается текст статьи: кегель 14, выравнивание по ширине. Текст таблиц: кегль 11, заголовки граф центрируются. Таблицы должны иметь нумерацию и заголовки. Ссылки на таблицы в тексте обязательны. Страницы статьи нумеруются арабскими цифрами; сокращения и аббревиатуры в тексте допускаются только при наличии обязательной расшифровки. Список литературы является обязательным элементом, оформляется согласно ГОСТ 7.0.100-2018.Список литературы выполняется в виде нумерованного списка арабскими цифрами, выравнивание по левому краю. Продолжительность выступления до 5-7 минут. Публичное выступление обучающихся должно соответствовать критериям: актуальностьтемы; логичность и содержательность материала; соответствие выводов поставленным цели и задачам; наглядность представленного материала (макет, презентация); ораторское искусство и грамотность изложения материала.

Критерии оценки ответов

Оценка 5 «отлично»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3-х машинописных листов; выполнены требования к оформлению статьи и списку

литературы; 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 4 «хорошо»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть 1-2 недочета или 1 ошибка); 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 3 «удовлетворительно»: 1) материал статьи соответствует теме; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть ошибки); 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям по 1-3 критериям.

Оценка 2 «неудовлетворительно»: 1) материал статьи не в полной мере соответствует теме; 2) авторская позиция, умение формулировать выводы не продемонстрированы; 3) объем статьи менее 3х машинописных листов; не выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям.

2.Дифференцированный зачёт 6 семестр

1.Форма проведения: устная (защита презентаций)

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся

Технические средства обучения: компьютер, телевизор.

Информационные источники: нет

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 2.5. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 7 вида (для детей с ЗПР)

Тема 2.6. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 8 вида (для детей с умственной отсталостью)

Тема 3.1. Часто болеющие дети. Задачи и методы АФК при занятиях с часто болеющими детьми

Тема 3.2. Специальные медицинские группы в общеобразовательной школе

Тема 3.3. Виды специализированных общеобразовательных учреждений

Тема 3.4. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ в дошкольных учреждениях санаторного типа

Тема 3.5. Организация адаптивного физического воспитания в специальной (коррекционной) школе

Тема 3.6. Организация спортивной подготовки инвалидов в специализированных учреждениях физкультурно-спортивной направленности

Тема 3.7. Организация и методика проведения соревнований среди инвалидов

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У.1 находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам; ОК 1-2	Умеют находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
У.2 планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии; ОК 1-2	Умеют планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии.
У. 3 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); ОК 1-2	Умеют устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими).
У.4 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; ОК 1-2	Умеют подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь.
У.5 использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся; ОК 1-2	Умеют использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся.
У.6 использовать различные средства и	Умеют использовать различные средства и

методы физической реабилитации и восстановления организма; ОК 1-2	методы физической реабилитации и восстановления организма.
У.7 мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности; ОК 1-2	Умеют мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.
У.8 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями; ОК 1-2	Умеют планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями.
У.9 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; ОК 1-2	Умеют выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий.
У.10 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; ОК 1-2	Умеют применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях.
У.11 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; ОК 1-2	Умеют осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии.
У.12 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий; ОК 1-2	Умею осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий.
У.13 анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их; ОК 1-2	анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их.
Знать:	
3.1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.2 медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.3 критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам	Знают критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам

здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую;	здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую.
3.4 причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы;	Знают причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы.
3.5 основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам;	Знают основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам.
3. 6 средства физической культуры в системе реабилитации;	Знают средства физической культуры в системе реабилитации.
3.7 показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;	Знают показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося.
3.8 методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.9 методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;	Знают методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
3.10 методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности;	Знают методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности.
3.11 приемы, способы страховки и самостраховки;	Знают приемы, способы страховки и самостраховки.
3.12 формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса;	Знают формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса.
3.13 виды специального оборудования, его	3.13 виды специального оборудования, его

назначение;	назначение.
3.14 виды документации, требования к ее ведению и оформлению.	Знают виды документацию, требования к ее ведению и оформлению.
ПК 2.1-2.6	

Текст КИМа

Темы для презентаций.

1. Роль и задачи специальных медицинских групп в общеобразовательных школах.
2. Критерии включения детей в специальные медицинские группы и их значимость.
3. Взаимодействие педагогического и медицинского персонала при работе с детьми из специальных медицинских групп.
4. Виды специализированных общеобразовательных учреждений и их различия.
5. Индивидуализированный подход к обучению в специальных образовательных учреждениях.
6. Роль специализированных общеобразовательных учреждений в системе инклюзивного образования.
7. Особенности организации занятий АФВ в дошкольных учреждениях санаторного типа.
8. Методики проведения занятий АФВ для детей дошкольного возраста с психофизическими ограничениями.
9. Роль педагогов и медицинского персонала в организации занятий АФВ в дошкольных учреждениях санаторного типа.
10. Адаптация программы физического воспитания в специальной (коррекционной) школе.
11. Индивидуальный подход к обучению в условиях специальной школы и его эффективность.
12. Организация спортивной подготовки инвалидов в специализированных учреждениях физкультурно-спортивной направленности.
13. Особенности соревнований среди инвалидов и их роль в социализации участников.
14. Возрастные особенности методики АФВ детей раннего возраста с ограниченными психофизическими возможностями.
15. Организация занятий АФВ при заболеваниях эндокринной системы: особенности и методика проведения.

4.Эталоны ответов

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ПРЕЗЕНТАЦИЙ

Таблица 1. Оформление слайдов

Стиль	единый стиль (шаблон) оформления; следует избегать стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; дизайн презентации не должен противоречить содержанию
Колонтитул	Каждый слайд должен содержать нижний колонтитул, отображающий информацию: фамилию и инициалы студента, и наименование темы работы
Фон	для фона желательно использовать цвета пастельных тонов
Использование цвета	цветовая гамма текста должна состоять не более чем из двух-трех цветов; назначить каждому из текстовых элементов свой цвет (например,

	заголовки - зеленый, текст - черный и т.п.
Анимационные эффекты	анимационные эффекты использовать в презентации запрещено, если это не предусмотрено тематикой работы
Содержание информации	на слайде используют короткие слова и предложения; заголовки должны привлекать внимание аудитории
Расположение информации на странице	предпочтительно горизонтальное расположение информации
Нумерация страниц	каждый слайд, кроме титульного должен быть пронумерован (размер шрифта: 16 пт)
Текстовая информация	размер шрифта: 24 - 48 пт (заголовок), 20 - 32 пт (обычный текст); цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не «резать» глаза; тип шрифта: для заголовка и основного текста гладкий шрифт без засечек (Arial); курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста.
Способы выделения информации	следует использовать: рамки; границы, заливку; штриховку, стрелки; рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.
Графическая информация	для наглядного отображения и сравнения данных рекомендуется использовать диаграммы; все рисунки, диаграммы, графики должны иметь заголовки; рисунки и диаграммы должны соответствовать содержанию; рисунки, фотографии, диаграммы призваны дополнить текстовую информацию или передать ее в более наглядном виде; желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки; цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда
Объем информации	не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом текстовой информации
Требования к оформлению заголовков	точку в конце заголовка не ставить; не следует писать длинные заголовки
Виды слайдов	для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: с текстом; с таблицами; с диаграммами и т.п.

ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ ПРЕЗЕНТАЦИИ

Содержание презентации должно быть четко структурировано. Это относится как к плану устного выступления, так и к визуальным элементам.

Каждый новый слайд должен логически вытекать из предыдущего и одновременно подготавливать появление следующего (лучший способ проверить правильно ли

построена презентация, – быстро прочитать только заголовки, если после этого станет ясно, о чем презентация – значит, структура построена верно).

Слайды, сопровождающие доклад, должны обеспечить полное и точное представление материала в максимально удобной для восприятия форме в пределах отведенного времени. Они должны отражать ключевые моменты доклада, но не дублировать его. А также содержать материал, который либо трудно, либо долго описывать словами. Слайды позволяют «оживить» доклад и избежать монотонности.

Автор при изложении материала доклада должен строго следовать последовательности слайдов.

Таблица 3. Требования к содержанию презентации

№ слайда	Содержание
Слайд № 1	Титульный слайд: Наименование учредителя (все буквы прописные, размер шрифта – 16 пт.) Полное наименование колледжа (все буквы строчные, кроме слова «Дальнегорский» размер шрифта – 16 пт.) Наименование вида работы (все буквы прописные, размер шрифта – 20-24 пт.) Наименование темы (размер шрифта – не менее 20 пт, жирный), Номер группы, Ф.И.О. студента, Ф.И.О. руководителя (размер шрифта – 16 пт.) Место и год составления презентации
Слайд № 2	Содержит актуальность и цель работы
Слайд № 3	Должен описывать задачи, которые необходимо решить в ходе выполнения работы (общий объём слайда – не более 10 строк текста)
Слайд № 4	Слайд может быть посвящен теоретической части работы (если без этого слайда невозможно выстроить логично и последовательно доклад)
Слайды № 5 - ...	На слайдах размещается информация по практической части работы, представленная в виде рисунков, таблиц, графиков или диаграмм
Заключительный слайд	Заключение, выводы

После создания презентации необходимо отрепетировать ее показ и свое выступление, проверить, как будет выглядеть презентация в целом (на экране компьютера или проекционном экране), как она воспринимается из разных мест аудитории, при разном освещении, шумовом сопровождении, в обстановке, максимально приближенной к реальным условиям выступления.

Критерии оценки ответов

Оценка «5».

Содержание. Содержание работы полностью соответствует теме исследования и излагается последовательно. Достигнуто стилевое единство и выразительность текста. Работа отличается богатством словаря, синтаксических конструкций и точностью словоупотребления. Фактические ошибки отсутствуют. Допускается 1- 2 речевых недочета. Наиболее важная информация располагается в центре экрана. Используются шрифты одного типа. Для выделения информации использованы рамки, границы. Объем информации на слайдах – не более трех фактов. Оформление слайдов: соблюден единый стиль оформления, использовано не более трех цветов на слайде.

Оценка «4».

Содержание. Содержание работы соответствует теме исследования. Достигнуто стилевое

единство и выразительность текста. В работе допущена фактическая ошибка. Допускается 3 -4 речевых недочета. Наиболее важная информация располагается в центре экрана. Использованы шрифты разных типов. Для выделения информации использованы рамки, границы. Допускается незначительная перегрузка слайда информацией. Оформление слайдов: соблюден единый стиль оформления, использовано более трех цветов на слайде. Оценка «3».

Содержание. В работе допущены существенные отклонения от темы. Имеются отдельные фактические неточности. Допущены нарушения в последовательности изложения. Беден словарь, встречается неправильное словоупотребление. Стиль работы не отличается единством, речь недостаточно выразительна. Допущены нарушения в расположении информации, в перегрузке слайдов информацией. Оформление слайдов: единый стиль оформления нарушен, использовано более трех цветов на слайде.

5.Зачетная ведомость

3. Контрольная работа 7 семестр

1.Форма проведения: устная (защита статьи на заданную тему).

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90минут

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: нет

Информационные источники: нет

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет материалов для проведения контрольной работы

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 4.1 Возрастные особенности методики АФВ детей раннего возраста с ограниченными психофизическими возможностями

Тема 4.2. Возрастные особенности методики АФВ молодых инвалидов

Тема 4.3. Возрастные особенности методики АФВ при занятиях с женщинами инвалидами

Тема 4.4. Возрастные особенности методики АФВ в зрелом и пожилом возрасте

Тема 5.1. Организация и методика проведения занятий АФВ при соматический заболеваний

Тема 5.2. Организация и методика проведения занятий АФВ при ортопедических заболеваниях

Тема 5.3. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях желудочно-кишечного тракта

Тема 5.4. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях эндокринной системы

Тема 5.5. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях выделительной системы

Тема 5.6. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях сердечнососудистой системы

Тема 5.7. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях нервной системы

Тема 5.8 Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов дыхания

Тема 5.9. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов слуха

Тема 5.10. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов зрения

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У.1 находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам; ОК 1-2	Умеют находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
У. 3 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); ОК 112	Умеют устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими).
У.4 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; ОК 1-2	Умеют подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь.
У.7 мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности; ОК 1-2	Умеют мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.
У.8 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями; ОК 1-2	Умеют планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями.
У.9 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; ОК 1-2	Умеют выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий.
У.10 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;	Умеют применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях.

ОК 1-2	
У.11 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; ОК 1-2	Умеют осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии.
У.12 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий; ОК 1-2	Умею осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий.
Знать:	
3.1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.2 медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.5 основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам;	Знают основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам.
3. 6 средства физической культуры в системе реабилитации;	Знают средства физической культуры в системе реабилитации.
3.7 показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;	Знают показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося.
3.8 методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.9 методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;	Знают методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
3.12 формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса;	Знают формы методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса.
3.13 виды специального оборудования, его назначение;	3.13 виды специального оборудования, его назначение.

Литература:

- 1.Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2023 года // Закон об образовании РФ Общие положения Федерального закона об образовании 2022. – URL: <https://zakonobobrazovanii.ru>. Загл. с экрана. – Яз. рус. (дата обращения 10.03.2023). – Текст: электронный.
- 2.

Материалы, представленные на защиту, должны отвечать следующим требованиям: материалы должны быть прошиты в пластиковом скоросшивателе (или оформлены в папку с файлами); статья должна быть объемом от 3-х страниц машинописного текста формата А4, размеры полей: верхнее, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 10 мм, абзацный отступ – 1,25 см., межстрочный интервал – 1,5, кегль 14.Ориентация листа – книжная. Материалы должны быть на русском языке, шрифт Times New Roman, без переносов; название статьи: строчные буквы, кегль 14, жирный, выравнивание по центру, точка в конце заголовка не ставится. Ниже размещается имя, отчество, фамилия автора, / курс, специальность / профессия строчными буквами, выравнивание по правому краю, кегель 14, курсив. Ниже, через один интервал, размещается текст статьи: кегель 14, выравнивание по ширине. Текст таблиц: кегль 11, заголовки граф центрируются. Таблицы должны иметь нумерацию и заголовки. Ссылки на таблицы в тексте обязательны. Страницы статьи нумеруются арабскими цифрами; сокращения и аббревиатуры в тексте допускаются только при наличии обязательной расшифровки. Список литературы является обязательным элементом, оформляется согласно ГОСТ 7.0.100-2018.Список литературы выполняется в виде нумерованного списка арабскими цифрами, выравнивание по левому краю. Продолжительность выступления до 5-7 минут. Публичное выступление обучающихся должно соответствовать критериям: актуальность темы; логичность и содержательность материала; соответствие выводов поставленным цели и задачам; наглядность представленного материала (макет, презентация); ораторское искусство и грамотность изложения материала.

Критерии оценки ответов

Оценка 5 «отлично»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3-х машинописных листов; выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 4 «хорошо»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть 1-2 недочета или 1 ошибка); 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 3 «удовлетворительно»:1) материал статьи соответствует теме; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть ошибки); 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям по 1-3 критериям.

Оценка 2 «неудовлетворительно»: 1) материал статьи не в полной мере соответствует

теме; 2) авторская позиция, умение формулировать выводы не продемонстрированы; 3) объем статьи мене 3х машинописных листов; не выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям.

5.Зачетная ведомость

4.Экзамен

1.Форма проведения: письменный (тестирование)

2.Условия выполнения:

Инструкция для обучающихся: нет.

Время выполнения: 90 минут.

Оборудование спортивного зала: нет

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники, допустимые к использованию на экзамене.

1. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учеб.: В 2 т. / под общ. ред. С.П. Евсеева. - Т.2: Содержание и методики адаптивной физической культуры, и характеристика ее основных видов. - М.: Сов. спорт, 2012. - 448с.

2. Антонюк С.Д. Обоснование образовательного пространства адаптивной физической культуры на основе принципа интеграции / С.Д. Антонюк, С.А. Королев, К.В. Глинина // Теория и практика физической культуры. - 2012. - № 8. - С. 15.

3. Балашова В.Ф. Теория и организация адаптивной физической культуры (тестовый контроль знаний): Учеб. пособие. - 2-е изд. -М.: Физ.культура, 2010.-192с.

4. Власова И.А. Оздоровительные тренировки в пожилом возрасте: ресурсосберегающая технология спортивной медицины / И.А. Власова, Г.И. Губин // Физическая культура в профилактике, лечении и реабилитации. - 2009 - № 1(28). - С. 12 14.

5. Воронков А.В. Физкультурно-рекреативная деятельность в педагогическом коллективе школы / А.В. Воронков, И.Ф. Исаев, И.Н. Никулин // Теория и практика физической культуры. - 2007. -№9.-С. 26.

6.Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет экзаменатора:

3.1. Перечень тем, выносимых на экзамен:

Тема 1.1. Понятие адаптивного физического воспитания, цели, задачи, принципы. Терминология.

Тема 1.2. Организация системы адаптивного физического воспитания.

Тема 1.3. Уровни развития движения в норме и патологии.

Тема 1.4. Особенности развития детского организма в норме и патологии.

Тема 2.1. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 1 и 2 вида (для глухих и слабослышащих детей)

Тема 2.2. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 3 и 4 вида (для слепых и слабовидящих детей)

Тема 2.3. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 5 вида (для детей с нарушением речи)

Тема 2.4. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной

(коррекционной) общеобразовательной школе 6 вида (для детей с ПОДА)

Тема 2.5. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 7 вида (для детей с ЗПР)

Тема 2.6. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 8 вида (для детей с умственной отсталостью)

Тема 3.1. Часто болеющие дети. Задачи и методы АФК при занятиях с часто болеющими детьми

Тема 3.2. Специальные медицинские группы в общеобразовательной школе

Тема 3.3. Виды специализированных общеобразовательных учреждений

Тема 3.4. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ в дошкольных учреждениях санаторного типа

Тема 3.5. Организация адаптивного физического воспитания в специальной (коррекционной) школе

Тема 3.6. Организация спортивной подготовки инвалидов в специализированных учреждениях физкультурно-спортивной направленности

Тема 3.7. Организация и методика проведения соревнований среди инвалидов

Тема 4.1. Возрастные особенности методики АФВ детей раннего возраста с ограниченными психофизическими возможностями

Тема 4.2. Возрастные особенности методики АФВ молодых инвалидов

Тема 4.3. Возрастные особенности методики АФВ при занятиях с женщинами инвалидами

Тема 4.4. Возрастные особенности методики АФВ в зрелом и пожилом возрасте

Тема 5.1. Организация и методика проведения занятий АФВ при соматических заболеваниях

Тема 5.2. Организация и методика проведения занятий АФВ при ортопедических заболеваниях

Тема 5.3. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях желудочно-кишечного тракта

Тема 5.4. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях эндокринной системы

Тема 5.5. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях выделительной системы

Тема 5.6. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях сердечнососудистой системы

Тема 5.7. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях нервной системы

Тема 5.8. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов дыхания.

Тема 5.9. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов слуха

3.2. Практические задания к экзамену:

Тематика вопросов части А.

1. Задачи организации адаптивного физического воспитания обучающихся с особыми медицинскими потребностями.

2. Упражнений для адаптивного физического воспитания.
3. Виды адаптивных занятий для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
4. Методы мониторинга здоровья обучающихся.
5. Аспекты социальной адаптации.
6. Принципы индивидуализации адаптивного физического воспитания.
7. Принципы безопасности важные при проведении занятий для обучающихся с ограниченными физическими возможностями.
8. Интегрирование адаптивных занятий в школьный учебный процесс.
9. Методы мотивации могут быть использованы для обучающихся с особыми медицинскими потребностями.
10. Методы оценки эффективности адаптивного физического воспитания могут быть использованы.

Тематика вопросов части Б

1. Пример индивидуального плана физической подготовки для обучающегося с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
2. Упражнения адаптированные для обучающихся с ограниченными физическими возможностями.
3. Методы мониторинга здоровья обучающихся с особыми медицинскими потребностями, которые могут быть применены в школьной среде?
4. Анализ ситуации, когда обучающийся с ограниченными физическими возможностями не проявляет интереса к участию.
5. Демонстрация эффективности адаптивного физического воспитания была обучающимся с особыми медицинскими потребностями.

Тематика вопросов части С

1. Применение навыков анализа, чтобы оценить эффективность выбранных методов адаптации.
2. Разработка плана действий на основе синтеза информации о заболевании обучающегося.

Эталоны ответов на практические задания

Часть А: Вопросы (Выберите правильный вариант ответа)

1. Развитие адаптивных навыков и поддержка здоровья
2. Адекватность здоровью обучающихся, уровень доступности
3. Все вышеперечисленное
4. Медицинские осмотры и наблюдение за состоянием обучающихся
5. Способы взаимодействия с окружающими
6. Специфика заболевания и физическое состояние
7. Предотвращение травматичных ситуаций, поддержка стабильности и безопасности
8. Внедрение индивидуальных планов физической подготовки
9. Акцент на индивидуальных достижениях и улучшениях
10. Комплексный подход с учетом физических показателей, социальной адаптации и учебных достижений

Часть Б: Задания

1. Ответ может варьироваться в зависимости от предложенного плана, но

примерный ответ может включать в себя выбор адаптированных упражнений, определение частоты и длительности тренировок, а также учет индивидуальных особенностей здоровья обучающегося.

2. Примеры могут включать упражнения на силовые тренировки с использованием легких весов, аэробные упражнения с использованием адаптивных средств, таких как эллиптический тренажер, и упражнения для улучшения гибкости и координации.

3. Примеры могут включать в себя регулярные медицинские осмотры, отслеживание физических показателей, таких как пульс и давление, и сотрудничество с медицинскими специалистами для оценки общего состояния здоровья.

4. Возможные шаги могут включать в себя проведение беседы с обучающимся для выявления причин отсутствия интереса, создание индивидуализированных программ, учитывающих интересы, и внедрение мотивационных элементов, таких как система поощрений.

5. Примером может быть история обучающегося, улучшившего свою физическую форму, развивая адаптивные навыки и достигнувший значительных результатов в своей физической активности.

Часть С: Задания

1. Ответ может включать в себя детальный анализ применяемых методов, выявление их сильных и слабых сторон с учетом потребностей обучающихся, и предложение улучшений для повышения эффективности.

2. Ответ может включать в себя анализ заболевания, выявление его влияния на физическую активность, и создание индивидуализированного плана адаптации, учитывая специфику заболевания и потребности обучающегося.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У.1 находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам; ОК 1-2	Умеют находить и использовать методическую литературу и др. источники информации, необходимой для подготовки и проведения урочных и внеурочных занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
У.2 планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических	Умеют планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических

особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии; ОК 1-2	особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии.
У.3 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); ОК 1-2	Умеют устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими).
У.4 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; ОК 1-2	Умеют подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь.
У.5 использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся; ОК 1-2	Умеют использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся.
У.6 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма; ОК 1-2	Умеют использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма.
У.7 мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности; ОК 1-2	Умеют мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.
У.8 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями; ОК 1-2	Умеют планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями.
У.9 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; ОК 1-2	Умеют выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий.
У.10 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях;	Умеют применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях.

ОК 1-2	
У.11 осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии; ОК 1-2	Умеют осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся на занятии.
У.12 осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий; ОК 1-2	Умею осуществлять самоанализ и самоконтроль при проведении урочных и внеурочных занятий.
У.13 анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их; ОК 1-2	анализировать процесс и результаты физического воспитания, отдельные уроки, внеурочные мероприятия и занятия, корректировать и совершенствовать их.
Знать:	
3.1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.2 медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.3 критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую;	Знают критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую.
3.4 причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы;	Знают причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы.
3.5 основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам	Знают основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам.
3. 6 средства физической культуры в	Знают средства физической культуры в

системе реабилитации;	системе реабилитации.
3.7 показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося;	Знают показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося.
3.8 методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам;	Знают методические основы адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.9 методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам;	Знают методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
3.10 методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности;	Знают методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности.
3.11 приемы, способы страховки и самостраховки;	Знают приемы, способы страховки и самостраховки.
3.12 формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса;	Знают формы и методы взаимодействия с родителями или лицами, их заменяющими, как субъектами образовательного процесса.
3.13 виды специального оборудования, его назначение;	3.13 виды специального оборудования, его назначение.
3.14 виды документации, требования к ее ведению и оформлению.	Знают виды документацию, требования к ее ведению и оформлению.
ПК 2.1-2.6	

Критерии оценки ответов, обучающихся:

Оценка «5» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В + 50% заданий части С

Оценка «4» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В

Оценка «3» - выполнено 80% заданий части А

Оценка «2» - выполнено менее 80% заданий части А

5. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

1. Пакет материалов для проведения экзамена по ПМ

1. Перечень тем, контролируемых в ходе проведения экзамена по ПМ.

Тема 1.1. Понятие адаптивного физического воспитания, цели, задачи, принципы. Терминология.

Тема 1.2. Организация системы адаптивного физического воспитания.

Тема 1.3. Уровни развития движения в норме и патологии.

Тема 1.4. Особенности развития детского организма в норме и патологии.

Тема 2.1. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 1 и 2 вида (для глухих и слабослышащих детей)

Тема 2.2. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 3 и 4 вида (для слепых и слабовидящих детей)

Тема 2.3. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 5 вида (для детей с нарушением речи)

Тема 2.4. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 6 вида (для детей с ПОДА)

Тема 2.5. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 7 вида (для детей с ЗПР)

Тема 2.6. Организация и методика проведения занятий АФВ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе 8 вида (для детей с умственной отсталостью)

Тема 3.1. Часто болеющие дети. Задачи и методы АФК при занятиях с часто болеющими детьми

Тема 3.2. Специальные медицинские группы в общеобразовательной школе

Тема 3.3. Виды специализированных общеобразовательных учреждений

Тема 3.4. Особенности организации и методики проведения занятий АФВ в дошкольных учреждениях санаторного типа

Тема 3.5. Организация адаптивного физического воспитания в специальной (коррекционной) школе

Тема 3.6. Организация спортивной подготовки инвалидов в специализированных учреждениях физкультурно-спортивной направленности

Тема 3.7. Организация и методика проведения соревнований среди инвалидов

Тема 4.1. Возрастные особенности методики АФВ детей раннего возраста с ограниченными психофизическими возможностями

Тема 4.2. Возрастные особенности методики АФВ молодых инвалидов

Тема 4.3. Возрастные особенности методики АФВ при занятиях с женщинами инвалидами

Тема 4.4. Возрастные особенности методики АФВ в зрелом и пожилом возрасте

Тема 5.1. Организация и методика проведения занятий АФВ при соматических заболеваниях

Тема 5.2. Организация и методика проведения занятий АФВ при ортопедических заболеваниях

Тема 5.3. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях желудочно-кишечного тракта

Тема 5.4. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях эндокринной системы

Тема 5.5. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях выделительной системы

Тема 5.6. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях

сердечнососудистой системы

Тема 5.7. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях нервной системы

Тема 5.8 Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов дыхания.

Тема 5.9. Организация и методика проведения занятий АФВ при заболеваниях органов слуха

1.1. Перечень вопросов, выносимых на экзамен по ПМ

1. Сформулируйте цели и задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе, перечислите принципы комплектования специальных медицинских групп.

2. Сформулируйте цель и задачи подготовительного периода обучения, содержание уроков в подготовительный период, цель и задачи основного периода, содержание уроков основного периода, формы физического воспитания учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе.

3. Сформулируйте требования к уроку в специальной медицинской группе, опишите структуру урока и дайте характеристику его частей и классификацию уроков в зависимости от решаемых задач.

4. Проанализируйте методы организации деятельности занимающихся на уроке и дозирование физических нагрузок на уроке физической культуры в специальной медицинской группе.

5. Проанализируйте причины возникновения травматизма на уроках физической культуры; способы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений на уроках физической культуры в специальной медицинской группе.

6. Раскройте понятие физическое развитие и критерии его оценки(диагностика), цель, задачи и методы оценки функционального состояния учащихся специальной медицинской группы.

7. Сформулируйте цель, задачи и формы проведения внеурочной работы по физическому воспитанию с учащимися специальной медицинской группы, планирование внеурочной работы и ее контроль.

8. Сформулируйте задачи и принципы медицинской и физической реабилитации; раскройте понятие о средствах физической реабилитации.

9. Дайте общую характеристику средств физической реабилитации (средства, принципы и формы лечебной физической культуры, способы дозировки физической нагрузки на занятиях ЛФК, показания и противопоказания к применению ЛФК).

10. Раскройте тонизирующее влияние и трофическое действие физических упражнений, механизмы формирования компенсации и нормализации функций.

11. Сформулируйте Правила проведения диагностики физической подготовленности обучающихся специальных медицинских групп.

12. Объясните роль и значение индивидуализации тренировочного процесса для обучающихся с особыми потребностями.

13. Сформулируйте методы вовлечения родителей и опекунов в процесс адаптивного физического воспитания.

14. Сформулируйте принципы оценки индивидуальных достижений обучающихся в адаптивном физическом воспитании.

15. Сформулируйте рекомендации по совмещению адаптивных занятий физической активностью с основными учебными предметами для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

16. Сформулируйте основные этапы адаптации программы адаптивного физического воспитания в зависимости от динамики здоровья обучающихся.

17. Сформулируйте критерии эффективности адаптивного физического воспитания и их влияние на общее благополучие обучающихся.

18. Сформулируйте принципы взаимодействия инструктора по адаптивному физическому воспитанию с медицинскими специалистами для оптимальной поддержки обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

19. Сформулируйте рекомендации по организации мероприятий по популяризации адаптивного физического воспитания в учебном заведении.

20. Сформулируйте принципы и методы обеспечения безопасности обучающихся в процессе занятий адаптивным физическим воспитанием, учитывая их особенности здоровья.

Эталоны ответов на вопросы

1. Цели и задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе:

Сохранение и укрепление здоровья:

- Улучшение физической подготовленности для укрепления общего состояния здоровья.
- Предотвращение обострений хронических заболеваний через контролируемую физическую активность.

Социализация и адаптация:

- Развитие социальных навыков через участие в групповых занятиях.
- Создание условий для полноценного участия в образовательном процессе.

Формирование активного образа жизни:

- Повышение мотивации к регулярной физической активности в повседневной жизни.

Профилактика и коррекция физических нарушений:

- Работа над укреплением слабых мышечных групп и коррекция осанки.
- Предупреждение проблем с опорно-двигательным аппаратом.

Принципы комплектования специальных медицинских групп:

Индивидуализация: - комплектование группы и разработка программ физического воспитания должны учитывать индивидуальные особенности каждого учащегося, уровень его физической подготовки и медицинские показания.

Медико-педагогический подход: сотрудничество медицинских и педагогических специалистов для определения допустимых нагрузок и эффективных методов воспитания, без вреда для здоровья учащихся.

Контроль за состоянием здоровья: регулярные медицинские обследования и мониторинг физического состояния для коррекции программы и нагрузок.

Постепенность и прогрессия: постепенное увеличение интенсивности и объема физических нагрузок с учетом прогресса здоровья и физической подготовленности учащихся.

Вариативность программ: разнообразие упражнений и методов тренировки для учета различных потребностей и интересов учащихся.

Безопасность: соблюдение всех необходимых мер предосторожности для предотвращения

травм и обеспечения безопасности занятий.

Системность: регулярность занятий и систематический подход для достижения стабильных положительных результатов.

2. Подготовительный период обучения. Цель подготовительного периода заключается в создании базовых предпосылок для эффективного физического воспитания учащихся. Основная задача этого этапа – формирование общей физической подготовленности, адаптация к физическим нагрузкам и определение индивидуальных особенностей каждого ученика. Уроки в этот период ориентированы на разностороннее развитие физических качеств, включая координацию, выносливость, силу и гибкость. Основное внимание уделяется формированию правильной осанки, развитию базовых двигательных навыков и подготовке организма к более интенсивным тренировкам.

Основной период обучения. Цель основного периода – достижение высокого уровня физической подготовленности, поддержание и улучшение здоровья учащихся. Задачи включают в себя углубление знаний и навыков, приобретенных в подготовительном периоде, и переход к более сложным формам тренировок. Содержание уроков направлено на усиление физических качеств, развитие силы, выносливости и ловкости. Важным элементом является также работа над специфическими навыками, связанными с конкретными видами физической активности.

Формы физического воспитания. В рамках работы с учащимися, отнесенными к специальной медицинской группе, необходимо применять индивидуализированные программы, учитывая их физические возможности и медицинские ограничения. Формы воспитания должны быть доступными и безопасными. К ним относятся:

- Индивидуальные занятия: ориентированные на конкретные потребности и особенности каждого ученика.
- Групповые занятия с индивидуальной коррекцией: обеспечивают социальную адаптацию и поддержку, учитывая индивидуальные особенности.
- Акцент на адаптивных видах физической активности: например, водные виды спорта, йога, аэробика с низкой нагрузкой.

Содержание уроков для специальной медицинской группы. В подготовительном периоде – акцент на базовых физических навыках и адаптации. В основном периоде – углубленная работа с учетом медицинских рекомендаций, включая упражнения для коррекции и укрепления органов и систем организма. Формы занятий могут включать в себя адаптивные тренировки, рассчитанные на индивидуальные возможности каждого учащегося, а также занятия физиотерапией для поддержки здоровья. Неотъемлемой частью является регулярный мониторинг состояния здоровья и коррекция программы в соответствии с изменениями в медицинских показателях.

3. Требования к уроку в специальной медицинской группе:

Индивидуализация и дифференциация: урок должен быть адаптирован к индивидуальным особенностям учащихся, учитывая их медицинские диагнозы и физические ограничения.

Безопасность: все упражнения и методики тренировок должны быть безопасными для учащихся, учитывая их здоровенные состояния и возможные ограничения.

Регулярный медицинский мониторинг: необходимость постоянного контроля за состоянием здоровья учащихся и соответствующая коррекция программы тренировок.

Сбалансированность: урок должен включать в себя разнообразные виды физической активности, ориентированные на развитие различных физических качеств.

Постепенность и прогрессия: уроки должны быть построены с учетом постепенного увеличения интенсивности и объема нагрузок для предотвращения перегрузок и травм.

Структура урока:

Вводная часть:

- Обзор целей урока и напоминание о правилах безопасности.
- Краткое обсуждение состояния здоровья учащихся и особенностей, которые нужно учесть.

Разминка и подготовка организма к тренировке:

- Легкие упражнения, направленные на подготовку мышц, суставов и сердечно-сосудистой системы к физической активности.

Основная часть:

- Разнообразные упражнения, ориентированные на развитие физических качеств и коррекцию проблемных зон.
- Индивидуальные коррекции и подходы к каждому учащемуся с учетом его потребностей.

Завершающая часть:

- Растяжка и релаксация для уменьшения напряжения мышц и восстановления организма.
- Краткое обсуждение учебных навыков и ощущений после урока.

Классификация уроков в зависимости от решаемых задач:

1. Уроки поддержания здоровья и профилактики:

- Направлены на укрепление органов и систем организма, предотвращение обострений хронических заболеваний.

2. Уроки реабилитации:

- Ориентированы на восстановление физической формы после болезней, травм или операций.

3. Уроки адаптивной физической активности:

- Специально адаптированные занятия, учитывающие индивидуальные ограничения и возможности каждого ученика.

4. Уроки коррекции осанки и мышечного равновесия:

- Фокус на упражнениях, направленных на улучшение осанки и укрепление слабых мышечных групп.

5. Уроки повышения общей физической подготовленности:

- Основные тренировки с учетом постепенного увеличения нагрузок для достижения высокого уровня физической подготовленности.

4. Методы организации деятельности занимающихся на уроке физической культуры в специальной медицинской группе играют ключевую роль в обеспечении эффективности и безопасности занятий. В контексте специальной медицинской группы, где учащиеся имеют различные здоровенные ограничения и потребности, организация деятельности требует тщательного планирования и адаптации.

Методы организации деятельности:

Индивидуализированный подход: каждый учащийся имеет уникальные медицинские

показания, поэтому важно предоставить индивидуальные программы тренировок, учитывающие их конкретные ограничения и возможности.

Групповые занятия с индивидуальной коррекцией: объединение учащихся с подобными медицинскими диагнозами в группы позволяет им ощущать поддержку и социальную адаптацию. Однако важно предоставлять индивидуальные коррекции и рекомендации в рамках групповых занятий.

Специализированные программы: разработка уроков, ориентированных на конкретные потребности группы. Эти программы должны включать в себя адаптированные упражнения и методики, учитывающие ограничения занимающихся.

Дозирование физических нагрузок:

Контроль интенсивности тренировок: следует тщательно контролировать интенсивность упражнений и общей физической активности. Для этого используются шкалы восприятия нагрузки и мониторинг пульса.

Постепенное увеличение нагрузок: нагрузки должны постепенно увеличиваться, предостерегая от резких переходов, что может привести к перегрузкам и травмам. Принцип постепенности особенно важен для учащихся в специальной медицинской группе.

Использование адаптивных упражнений: включение адаптивных и модифицированных упражнений, которые соответствуют уровню физической подготовленности и медицинским ограничениям занимающихся.

Регулярный медицинский мониторинг: регулярные консультации с медицинскими специалистами и мониторинг состояния здоровья позволяют корректировать программу тренировок в соответствии с изменениями в медицинских показателях.

Индивидуальные паузы и отдых: предоставление индивидуальных пауз и периодов отдыха для учащихся с учетом их физического состояния и потребностей.

Обратная связь и коррекции: регулярные обратные связи от инструкторов помогают занимающимся адекватно оценивать свои возможности и вносить коррекции в технику выполнения упражнений.

Общий подход к деятельности и дозированию физических нагрузок в специальной медицинской группе требует тщательного планирования, гибкости и внимательного мониторинга, чтобы обеспечить максимальную эффективность и безопасность для учащихся.

5. Причины возникновения травматизма на уроках физической культуры:

Недостаточная подготовка и разминка: недостаточная разминка и подготовка к физической активности может увеличить риск получения травм, так как мышцы и суставы не будут готовы к нагрузкам.

Несоблюдение техники выполнения упражнений: неправильная техника выполнения упражнений может привести к перегрузкам определенных частей тела, что повышает риск травм.

Переутомление и чрезмерная нагрузка: слишком высокие интенсивность и объем тренировок без достаточного времени для восстановления могут привести к переутомлению и повышенному риску травм.

Отсутствие медицинского контроля: невнимательность к медицинским особенностям

учащихся и отсутствие медицинского мониторинга могут способствовать возникновению травм в контексте предыдущих заболеваний или ограничений.

Неподходящее оборудование: использование неудобной или неадекватной экипировки может увеличить риск получения травм, особенно в случае учащихся с особыми медицинскими требованиями.

Способы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений:

Инструктаж и обучение: важно предоставить подробный инструктаж по правильной технике выполнения упражнений, акцентируя внимание на безопасности.

Индивидуальные программы тренировок: разработка индивидуальных программ тренировок, учитывающих особенности здоровья каждого учащегося, помогает предотвратить травмы.

Контроль за интенсивностью тренировок: регулирование интенсивности тренировок в зависимости от физической подготовленности и здоровья учащихся снижает риск перегрузок и травм.

Обеспечение правильной экипировкой: гарантирование наличия правильной и безопасной экипировки для учащихся, адаптированной к их потребностям и физическим ограничениям.

Медицинский мониторинг: регулярные медицинские обследования и консультации специалистов позволяют следить за состоянием здоровья и предпринимать меры предосторожности.

Учебные программы по безопасности: введение в обучающие программы по безопасности, включая правила оформления страховки и самостраховки, помогает учащимся осознавать возможные риски и принимать ответственные решения.

В целом, сочетание правильной подготовки, контроля за техникой выполнения упражнений, индивидуализированных программ тренировок и регулярного медицинского мониторинга является ключевым в предотвращении травм на уроках физической культуры в специальной медицинской группе.

6. Физическое развитие и критерии оценки.

Физическое развитие представляет собой комплексный процесс, включающий в себя физическую подготовленность, формирование моторных навыков, силы, выносливости, координации и других физических качеств. Оценка физического развития проводится с целью определения текущего уровня физической подготовленности и эффективности тренировочных программ.

Цель оценки физического развития: целью оценки физического развития в специальной медицинской группе является выявление индивидуальных потребностей и возможностей учащихся с ограниченными физическими возможностями для последующего разработки индивидуализированных программ тренировок.

Задачи оценки физического развития:

1. Выявление физических ограничений:

- Определение наличия ограничений, связанных с хроническими заболеваниями, травмами или другими медицинскими состояниями.

2. Определение уровня физической подготовленности:

- Оценка общей физической подготовленности, включая анализ выносливости, силы, гибкости и координации движений.

3. Формирование базового уровня данных:

- Создание базового уровня данных для последующего сравнения результатов и мониторинга прогресса в динамике.

Методы оценки функционального состояния:

1. Тестирование физической подготовленности:

- Применение стандартных физических тестов для оценки выносливости, силы и гибкости.

2. Антропометрические измерения:

- Оценка основных антропометрических параметров, таких как рост, вес, объемы тела, для выявления изменений в физическом статусе.

3. Биометрические измерения:

- Мониторинг параметров сердечно-сосудистой системы, в том числе пульса, артериального давления и других индикаторов.

4. Функциональные тесты:

- Проведение тестов, оценивающих конкретные функциональные возможности, такие как баланс, координация движений, общая моторика.

5. Медицинский мониторинг:

- Регулярные консультации с медицинскими специалистами для отслеживания медицинских показателей и коррекции программ тренировок.

Критерии диагностики и оценки: диагностика физического развития включает в себя количественные и качественные характеристики, такие как результаты физических тестов, антропометрические данные, изменения в функциональных тестах и общем самочувствии учащихся. Качественные оценки также могут включать в себя наблюдения за техникой выполнения упражнений, наличием болевых ощущений и общим уровнем комфорта при тренировках.

Важно подчеркнуть, что оценка физического развития в специальной медицинской группе требует особого внимания к индивидуальным особенностям и ограничениям каждого учащегося, а также регулярного обновления данных в соответствии с изменениями их физического состояния.

7. Цель внеурочной работы по физическому воспитанию с учащимися специальной медицинской группы: целью внеурочной работы является создание условий для индивидуализированного физического развития учащихся специальной медицинской группы, направленного на поддержание и улучшение их физического состояния, адаптацию к физической активности и обеспечение общего благополучия.

Задачи внеурочной работы:

Индивидуализированный подход: разработка и внедрение индивидуализированных программ тренировок, учитывающих медицинские ограничения и потребности каждого учащегося.

Формирование интереса к физической активности: стимулирование интереса к занятиям физической культурой через использование разнообразных и адаптированных форм физической активности.

Развитие социальной адаптации: организация групповых занятий с целью развития социальных навыков, поддержки и взаимодействия между учащимися.

Специализированные виды занятий: проведение занятий, направленных на

развитие конкретных физических качеств, необходимых для учащихся специальной медицинской группы.

Контроль и коррекция программ тренировок: регулярный мониторинг физического состояния учащихся и коррекция индивидуализированных программ тренировок в соответствии с изменениями их здоровья.

Формы проведения внеурочной работы:

Индивидуальные занятия: предоставление персональных тренировок с индивидуальной коррекцией упражнений и учетом особенностей каждого учащегося.

Групповые занятия с индивидуальной коррекцией: организация групповых занятий с участием учащихся специальной медицинской группы с индивидуальной коррекцией упражнений.

Адаптивные виды физической активности: включение адаптированных видов физической активности, таких как водные тренировки, йога или физиотерапевтические занятия.

Физические игры и соревнования: организация игровых и соревновательных мероприятий для стимуляции интереса и мотивации.

Планирование внеурочной работы и ее контроль:

Разработка годового плана: определение основных направлений внеурочной работы, установка целей и задач на год.

Создание индивидуализированных программ: разработка индивидуальных программ тренировок для каждого учащегося, учитывая его здоровье и физические возможности.

Постоянный мониторинг и адаптация: регулярный контроль за прогрессом и изменениями в здоровье учащихся, а также коррекция программ тренировок в соответствии с полученной информацией.

Обратная связь и оценка результатов: проведение обратной связи с учащимися и оценка результатов внеурочной работы, учитывая их удовлетворенность и достижение целей.

Взаимодействие с медицинским персоналом: постоянное взаимодействие с медицинскими специалистами для обмена информацией о здоровье учащихся и получение рекомендаций для дальнейших коррекций.

8. Задачи медицинской и физической реабилитации:

1. Восстановление физических функций: основная задача реабилитации заключается в восстановлении или улучшении физических функций организма, которые могли быть нарушены из-за травм, хирургических вмешательств или заболеваний.

2. Уменьшение болевого синдрома: реабилитация направлена на снижение болевых ощущений и повышение порога болевой чувствительности.

3. Восстановление двигательной активности: постепенное возвращение к нормальной двигательной активности, улучшение координации и гибкости.

Психологическая реабилитация: включение мероприятий, направленных на укрепление психологического здоровья, уменьшение стресса, тревоги и депрессии.

Социальная адаптация: развитие навыков, необходимых для успешной социальной адаптации после травмы или заболевания.

Профилактика повторных травм: обучение пациентов техникам и упражнениям, направленным на профилактику повторных травм или обострений.

Принципы медицинской и физической реабилитации:

Индивидуализация: учет индивидуальных особенностей каждого пациента при разработке программы реабилитации.

Комплексный подход: использование различных методов реабилитации, включая медицинские, физические, психологические и социальные аспекты.

Постепенность: применение постепенного увеличения интенсивности тренировок и нагрузок с учетом физических возможностей пациента.

Систематичность: проведение регулярных занятий и процедур с целью достижения устойчивых и долгосрочных результатов.

Мониторинг и коррекция: постоянный мониторинг состояния пациента и коррекция программы реабилитации в зависимости от динамики здоровья.

Средства физической реабилитации:

Физические упражнения: специально разработанные комплексы упражнений, направленные на укрепление мышц, улучшение подвижности суставов и развитие координации.

Физиотерапия: применение физических факторов, таких как ультразвук, магнитотерапия, лазеротерапия, для улучшения тканевого заживления и снижения боли.

Массаж: применение различных техник массажа для улучшения кровообращения, снятия напряжения и спазмов, а также для общего расслабления.

Гидротерапия: использование водных процедур для релаксации, уменьшения нагрузки на суставы и улучшения общего состояния.

Электростимуляция: применение электрических импульсов для стимуляции мышц, улучшения их тонуса и восстановления нервных функций.

Кинезиотейпирование: использование эластичных бинтов (кинезиотейпов) для поддержки мышц, суставов и коррекции биомеханики движений.

Средства физической реабилитации подбираются с учетом особенностей заболевания, травмы или ограничения пациента, а также в зависимости от его целей и физического состояния. Реабилитация направлена на достижение оптимальных результатов в восстановлении функций и улучшении качества жизни.

9. Общая характеристика средств физической реабилитации:

Средства лечебной физической культуры (ЛФК):

Физические упражнения: специально разработанные комплексы упражнений, направленные на восстановление функций определенных групп мышц, суставов и общего физического состояния.

Физиотерапия: использование физических факторов (ультразвук, магнитотерапия, лазеротерапия) для улучшения тканевого заживления, снятия боли и улучшения общего состояния.

Массаж: применение массажных техник для улучшения кровообращения, снятия напряжения и поддержания тонуса мышц.

Гидротерапия: использование водных процедур для релаксации, уменьшения нагрузки на суставы и улучшения подвижности.

Электростимуляция: применение электрических импульсов для стимуляции мышц,

улучшения их тонуса и восстановления нервных функций.

Кинезиотейпирование: использование эластичных бинтов (кинезиотейпов) для поддержки мышц, суставов и коррекции биомеханики движений.

Принципы лечебной физической культуры (ЛФК):

- Индивидуализация: адаптация программы ЛФК к индивидуальным особенностям и медицинским показателям пациента.

- Постепенность: постепенное увеличение интенсивности тренировок и нагрузок с учетом физических возможностей пациента.

- Систематичность: регулярные занятия для достижения устойчивых и долгосрочных результатов.

- Комплексность: использование различных методов ЛФК для комплексного воздействия на различные аспекты физического состояния.

- Мониторинг и коррекция: постоянный мониторинг состояния пациента и коррекция программы ЛФК в зависимости от динамики здоровья.

3. Способы дозировки физической нагрузки на занятиях ЛФК:

- Учет физического состояния: дозировка нагрузки осуществляется с учетом текущего физического состояния пациента.

- Шкалы восприятия нагрузки: использование шкалы, например, шкалы Борха, для оценки интенсивности физической активности и регулирования нагрузки.

- Контроль пульса: измерение пульса во время занятий для контроля интенсивности физической активности.

- Прогрессивная нагрузка: постепенное увеличение интенсивности и объема тренировок в соответствии с прогрессом пациента.

Показания и противопоказания к применению ЛФК:

Показания: ортопедические заболевания (сколиоз, артроз), травмы и послеоперационное восстановление, неврологические заболевания (неврит, церебральный паралич), респираторные и кардиологические заболевания, сахарный диабет, ожирение, профилактика и укрепление общего физического состояния.

Противопоказания: острые инфекции и воспаления, онкологические заболевания.

Повышенное артериальное давление, сердечные заболевания (неустойчивая стенокардия, острая сердечная недостаточность), эмболии и тромбоз, проблемы с кожей (раны, ожоги), нарушения когнитивных функций, аллергические реакции на материалы.

Важно помнить, что перед началом занятий ЛФК рекомендуется консультация с врачом, особенно при наличии хронических заболеваний или других медицинских проблем.

10. Тонизирующее влияние и трофическое действие физических упражнений:

Тонизирующее влияние:

- Тонизация - это процесс повышения тонуса мышц и общей активности нервной системы. Физические упражнения, особенно аэробные и упражнения с умеренной интенсивностью, оказывают положительное тонизирующее воздействие на организм.

Механизмы тонизирующего влияния:

- Увеличение кровотока к мышцам, что способствует активации обменных процессов и поступлению кислорода.

- Стимуляция рецепторов суставов и мышц, что вызывает ответные реакции со

стороны нервной системы и мышц, усиливая их активность.

- Улучшение психоэмоционального состояния, что также способствует общему повышению тонуса и активности.

Трофическое действие: трофика - это процессы питания и обмена в клетках и тканях организма. Физические упражнения могут оказывать положительное трофическое действие на клетки и ткани.

Механизмы трофического действия:

- Улучшение кровоснабжения органов и тканей, что способствует доставке питательных веществ и кислорода.

- Активация обменных процессов в клетках, что способствует эффективному использованию полученных питательных веществ.

- Стимуляция секреции гормонов роста, которые участвуют в регуляции обмена веществ и роста клеток.

Механизмы формирования компенсации и нормализации функций:

Укрепление мышц и связок: физические упражнения, особенно упражнения на укрепление мышц и связок, способствуют повышению стабильности суставов и улучшению общей поддержки организма.

Улучшение координации движений: тренировки, направленные на улучшение координации и равновесия, способствуют формированию правильных двигательных навыков и уменьшению риска травм.

Стимуляция кровообращения и лимфотока: регулярные физические упражнения улучшают кровообращение и лимфоток, что способствует более эффективному удалению продуктов обмена веществ и токсинов из организма.

Улучшение общей физической подготовки: физическая активность, включая упражнения, направленные на улучшение выносливости и общей физической подготовки, способствует адаптации организма к физическим нагрузкам и повышению устойчивости к стрессам.

Повышение эластичности и подвижности: упражнения, направленные на растяжение мышц и суставов, способствуют улучшению подвижности и предотвращению ограничений в движениях.

Психологическое воздействие: регулярные тренировки могут оказывать положительное воздействие на психическое состояние, уменьшая стресс и тревожность, что, в свою очередь, благотворно влияет на нормализацию функций организма.

Важно отметить, что программы физической реабилитации и тренировок должны разрабатываться с учетом индивидуальных особенностей пациентов, их заболеваний и физического состояния. Консультация с медицинским специалистом перед началом занятий особенно важна для того, чтобы избежать возможных осложнений.

11. Правила проведения диагностики физической подготовленности обучающихся специальных медицинских групп могут варьироваться в зависимости от конкретных требований, нормативов и особенностей программы. Однако, общие принципы для такой диагностики могут включать в себя следующие:

Медицинское обследование:

- Перед началом физической диагностики проводится медицинское обследование с учетом особенностей здоровья обучающихся специальных медицинских групп.

- Оценка наличия хронических заболеваний, ограничивающих физическую активность.

Анамнез и консультации:

- Сбор анамнеза по физической активности и заболеваниям.
- Консультации с медицинскими специалистами для учета индивидуальных особенностей и рекомендаций.

Определение целей: установление конкретных целей диагностики, связанных с физической подготовленностью, с учетом специфики заболеваний.

Использование стандартизированных тестов:

- Применение стандартизированных тестов и методик для оценки физической подготовленности.
- Учитывание возможных ограничений при выборе тестов.

Мониторинг функциональных показателей:

- Оценка сердечно-сосудистой системы, дыхательной функции и общей физической выносливости.
- Использование измерительных приборов и технологий для точной диагностики.

Индивидуальный подход:

- Учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося.
- Разработка персонализированных программ тренировок и коррекции подготовленности.

Обратная связь и планирование:

- Предоставление обратной связи результатов обследования обучающимся и, при необходимости, их родителям.
- Разработка плана физической реабилитации и тренировок с учетом выявленных особенностей.

Безопасность:

- Соблюдение всех мер безопасности при проведении тестов и тренировок.
- Регулярный мониторинг состояния здоровья в процессе физической подготовки.

Контрольный и повторный анализ:

- Проведение периодических контрольных измерений и диагностических тестов для оценки динамики физической подготовленности.

Эти правила могут быть адаптированы в зависимости от конкретных условий и требований специфики медицинских групп.

12. Индивидуализация тренировочного процесса для обучающихся с особыми потребностями является ключевым аспектом успешной адаптации физической активности к их индивидуальным возможностям и особенностям. Вот несколько аспектов, которые подчеркивают роль и значение индивидуализации в тренировочном процессе для обучающихся с особыми потребностями:

Учет физического состояния: каждый обучающийся с особыми потребностями имеет уникальные физические особенности и ограничения. Индивидуализация тренировочного процесса позволяет учесть эти факторы и адаптировать программу к их физическому состоянию.

Специальные потребности: у обучающихся с особыми потребностями могут быть специфические медицинские или физиологические требования. Индивидуализированный

подход позволяет учесть эти потребности, предоставляя безопасные и эффективные тренировки.

Адаптация программы: индивидуализация включает в себя адаптацию стандартных тренировочных программ под конкретные потребности каждого обучающегося. Это может включать в себя изменение интенсивности, объема, длительности и характера упражнений.

Специализированные упражнения: разработка и внедрение специализированных упражнений, учитывающих индивидуальные потребности и возможности. Это может включать в себя упражнения для укрепления конкретных групп мышц, улучшения координации и гибкости.

Учет психологических аспектов: индивидуализированный подход также учитывает психологические аспекты, такие как мотивация и эмоциональное состояние. Это может способствовать созданию позитивного опыта от занятий, повышая мотивацию к физической активности.

Динамическая коррекция: индивидуализированный тренировочный процесс предоставляет возможность для динамической коррекции программы в зависимости от изменений в состоянии здоровья или физической подготовленности обучающегося.

Участие родителей и специалистов: индивидуализация тренировочного процесса также включает сотрудничество с родителями и медицинскими специалистами для обеспечения полного и точного понимания потребностей и возможностей обучающегося.

Индивидуализированный подход помогает обеспечить эффективность, безопасность и максимальное удовлетворение от физической активности для каждого обучающегося с особыми потребностями.

13. Вовлечение родителей и опекунов в процесс адаптивного физического воспитания играет ключевую роль в обеспечении успешности и эффективности занятий для детей с особыми потребностями. Вот несколько методов, которые могут быть использованы для вовлечения родителей и опекунов:

Информирование и обучение: предоставление родителям информации о важности физической активности для их детей., проведение обучающих семинаров и встреч для родителей по особенностям адаптивного физического воспитания.

Совместные занятия: организация совместных занятий, где родители могут участвовать вместе со своими детьми, создание специальных программ, которые включают в себя упражнения, подходящие как для детей, так и для их родителей.

Индивидуальные консультации: проведение индивидуальных консультаций с родителями для обсуждения потребностей и целей их детей в рамках адаптивного физического воспитания, предоставление конкретных рекомендаций и советов по вовлечению родителей в домашнюю практику.

Создание родительских групп: формирование групп родителей для обмена опытом и поддержки друг друга, организация регулярных встреч и мероприятий для создания сообщества родителей детей с особыми потребностями.

Обратная связь и отслеживание прогресса: регулярная обратная связь о прогрессе детей и их участии в физической активности, проведение встреч и обсуждение индивидуальных результатов, а также планов на будущее.

Участие в мероприятиях: приглашение родителей на спортивные мероприятия,

соревнования и дни открытых занятий, вовлечение родителей в подготовку и проведение мероприятий для детей.

Поддержка в домашней среде: предоставление родителям инструкций и материалов для проведения физических упражнений в домашних условиях, создание рекомендаций по поддержке здорового образа жизни и физической активности вне занятий.

Сотрудничество с учителями и специалистами: установление тесного взаимодействия между родителями и учителями/специалистами в области адаптивного физического воспитания, совместное разработка индивидуальных программ и планов занятий для детей.

Эти методы способствуют созданию позитивной и поддерживающей среды, которая стимулирует активное участие родителей в физическом воспитании детей с особыми потребностями.

14. Оценка индивидуальных достижений обучающихся в адаптивном физическом воспитании требует учета их особенностей, потребностей и способностей. Принципы оценки в этом контексте могут включать следующие аспекты:

Индивидуальный подход: оценка должна основываться на понимании индивидуальных особенностей каждого учащегося. Это включает в себя учет физических, психологических и социальных характеристик, а также уровня подготовки.

Целевая направленность: задачи и цели оценки должны быть ясно определены и соответствовать адаптивным потребностям обучающихся. Это могут быть индивидуальные цели развития физических навыков, улучшения здоровья или социальной адаптации.

Учет разнообразия: оценка должна учитывать разнообразие физических способностей и ограничений каждого учащегося. Это важно для создания справедливых и адаптированных критериев оценки.

Многофункциональность оценки: оценка должна включать разнообразные методы и инструменты, чтобы учитывать различные аспекты физического развития. Это может включать в себя тестирование, наблюдение, самооценку и др.

Обратная связь и планирование: оценка должна служить не только для выставления оценок, но и для предоставления обратной связи обучающимся и планирования их дальнейшего развития в области физической активности.

Способствование мотивации: оценка должна быть ориентирована на стимулирование мотивации обучающихся к физической активности. Это может быть достигнуто путем установления реалистичных и достижимых целей, поддержки индивидуальных успехов и поощрения усилий.

Учет контекста и среды: оценка должна учитывать влияние среды, в которой обучаются учащиеся, а также предоставлять возможности для адаптации к изменяющимся условиям.

Эти принципы обеспечивают более гибкую и эффективную систему оценки в адаптивном физическом воспитании, способствуя учету индивидуальных потребностей и поддержке разнообразия физической активности у обучающихся.

15. Совмещение адаптивных занятий физической активностью с основными учебными предметами для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

требует внимательного планирования и координации. Вот несколько рекомендаций:

Индивидуальный подход: учитывайте индивидуальные потребности и способности каждого обучающегося, разрабатывайте индивидуализированные программы, которые соответствуют уровню физической активности и уровню здоровья каждого учащегося.

Согласование с учебным планом: интегрируйте физическую активность в учебные предметы, выстраивая связи между физическими упражнениями и учебным материалом, рассмотрите возможность проведения коротких физических перерывов между уроками для поддержания активности.

Коллективная работа: способствуйте взаимодействию обучающихся в рамках физической активности. Это может способствовать формированию командного духа и социальной интеграции.

Доступность оборудования: обеспечьте наличие адаптированных средств и оборудования для физической активности, соответствующих потребностям обучающихся с ограниченными возможностями.

Обучение и поддержка педагогов: предоставляйте учителям дополнительное обучение и ресурсы по адаптивной физической активности для эффективной реализации программы, обеспечьте наставничество и обмен опытом между педагогами для повышения их компетентности.

Система оценки: используйте гибкую систему оценки, учитывающую индивидуальные успехи и прогресс в физической активности, оценивайте не только результаты, но и усилия и активное участие обучающихся.

Консультации с медицинскими специалистами: сотрудничайте с медицинскими специалистами для разработки программ, учитывающих медицинские ограничения и обеспечивающих безопасность учащихся.

Поддержка социальной интеграции: создавайте условия для взаимодействия обучающихся с ограниченными возможностями с их сверстниками вне рамок учебных занятий.

С учетом этих рекомендаций можно создать более инклюзивную образовательную среду, которая поддерживает развитие и социализацию обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

16. Адаптация программы адаптивного физического воспитания может требоваться в зависимости от динамики здоровья обучающихся. Этот процесс может включать несколько этапов:

Диагностика и оценка: проведение начальной диагностики здоровья обучающегося, включая физические возможности и ограничения, оценка текущего уровня физической активности и функциональных способностей.

Разработка индивидуализированной программы: на основе результатов диагностики разработка индивидуализированной программы, учитывающей потребности и способности обучающегося, определение целей программы, соответствующих его текущему состоянию здоровья.

Выбор адаптивных упражнений и методик: идентификация подходящих адаптивных упражнений и методик, которые соответствуют спецификациям программы, учет рекомендаций медицинских специалистов и физиотерапевтов.

Постепенное внедрение нагрузок: постепенное введение физических нагрузок с

учетом текущего состояния здоровья обучающегося, постепенное увеличение интенсивности тренировок, основываясь на реакции здоровья и физической подготовке.

Регулярный мониторинг и анализ: проведение регулярного мониторинга физического состояния обучающегося, анализ результатов и коррекция программы в соответствии с динамикой здоровья и достигнутыми результатами.

Сотрудничество с медицинскими специалистами: постоянное взаимодействие с медицинскими специалистами, врачами и физиотерапевтами для обсуждения динамики здоровья обучающегося, при необходимости внесение корректив в программу под руководством медицинских рекомендаций.

Обучение и поддержка педагогов: обеспечение поддержки и обучения педагогов по адаптации программы в соответствии с динамикой здоровья обучающихся, постоянное обновление знаний педагогов в области адаптивной физической активности.

Создание мотивации и поддержка: вовлечение обучающегося в процесс разработки и коррекции программы для повышения его мотивации, предоставление поддержки и поощрение достигнутых результатов.

Адаптация программы в зависимости от динамики здоровья обучающихся требует систематического и индивидуального подхода, учитывая изменения в физическом состоянии и адаптированную нагрузку для достижения максимальных результатов при минимизации рисков.

17. Критерии эффективности адаптивного физического воспитания направлены на оценку достижения целей программы, включая улучшение физического состояния, социальной адаптации и общего благополучия обучающихся. Влияние этих критериев может быть значительным и разносторонним. Ниже представлены критерии эффективности и их влияние:

Уровень физической подготовленности:

Критерий: улучшение физической выносливости, силы, гибкости и координации.

Влияние: повышение общего уровня физической активности и уменьшение риска заболеваний, связанных с недостаточной физической активностью.

Социальная адаптация:

Критерий: развитие социальных навыков, взаимодействия и коммуникации.

Влияние: улучшение социальной интеграции, формирование дружеских отношений и поддержка позитивного общественного восприятия обучающегося.

Психологическое благополучие:

Критерий: снижение уровня стресса, тревоги и депрессии.

Влияние: улучшение эмоционального состояния, повышение самооценки и уверенности.

Академические достижения:

Критерий: влияние физической активности на уровень когнитивных функций и учебные результаты.

Влияние: улучшение когнитивных способностей, повышение концентрации внимания, увеличение учебной мотивации и успешности.

Здоровье и профилактика заболеваний:

Критерий: уменьшение риска различных заболеваний и поддержание общего здоровья.

Влияние: снижение вероятности развития ожирения, болезней сердечно-сосудистой системы и других заболеваний.

Уровень энергии и жизненная активность:

Критерий: повышение уровня энергии и активности в повседневной жизни.

Влияние: улучшение общего физического самочувствия, повышение работоспособности и жизненного тонуса.

Саморегуляция и ответственность за свое здоровье:

Критерий: развитие навыков саморегуляции и ответственности за свое физическое состояние.

Влияние: формирование у обучающихся устойчивых привычек в поддержании здорового образа жизни и ухода за своим телосложением.

Оценка эффективности адаптивного физического воспитания через эти критерии позволяет создавать программы, которые не только улучшают физическое состояние обучающихся, но и оказывают положительное воздействие на их общее благополучие, социальную адаптацию и успехи в учебе.

18. Взаимодействие инструктора по адаптивному физическому воспитанию с медицинскими специалистами играет ключевую роль в обеспечении оптимальной поддержки обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Вот несколько принципов для эффективного взаимодействия:

Индивидуализация программы обучения: инструктор и медицинский специалист должны вместе определить индивидуальные потребности и возможности обучающегося, программа физического воспитания должна быть адаптирована к конкретным ограничениям здоровья каждого учащегося.

Обмен информацией: регулярное взаимодействие между инструктором и медицинским специалистом обеспечивает обмен актуальной информацией о состоянии здоровья обучающихся, инструктор должен быть в курсе любых изменений в состоянии здоровья, чтобы адаптировать программу обучения соответственно.

Согласованность подходов: инструктор и медицинский специалист должны разработать согласованный подход к обучению, учитывая медицинские рекомендации и возможности обучающегося, обсуждение целей и методов работы позволяет создать единый план поддержки.

Мониторинг прогресса: важно регулярно оценивать прогресс обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инструктор и медицинский специалист могут совместно анализировать данные и вносить коррективы в программу обучения при необходимости.

Соблюдение медицинских протоколов: инструктор должен строго следовать медицинским рекомендациям и протоколам для обеспечения безопасности обучающихся, в случае необходимости, инструктор может проконсультироваться с медицинским специалистом по вопросам безопасности занятий.

Обучение и поддержка: инструктору следует получить необходимые знания о медицинских аспектах заболеваний и ограничений, чтобы эффективно вести занятия с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, обучение и поддержка от медицинских специалистов помогут инструктору лучше понимать особенности работы с этой категорией обучающихся.

Сотрудничество инструктора по адаптивному физическому воспитанию с медицинскими специалистами на основе этих принципов содействует созданию безопасной, индивидуализированной и эффективной программы обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

19. Популяризация адаптивного физического воспитания в учебном заведении требует хорошо продуманных мероприятий, которые будут привлекать внимание и поддержку широкого круга участников. Вот несколько рекомендаций по организации таких мероприятий:

Информационные кампании: создайте информационные брошюры, плакаты и рекламные материалы, объясняющие преимущества адаптивного физического воспитания и целевую аудиторию, распространяйте материалы среди студентов, родителей и педагогов.

Тематические лекции и презентации: организуйте лекции и презентации с участием специалистов в области адаптивного физического воспитания, пригласите успешных спортсменов с ограниченными возможностями здоровья для вдохновляющих выступлений.

Демонстрационные занятия: проводите открытые занятия по адаптивному физическому воспитанию, чтобы позволить учащимся и их родителям непосредственно увидеть преимущества и результаты занятий.

Интеграция в учебный план: внедрите элементы адаптивного физического воспитания в общий учебный план, чтобы показать его важность и неотъемлемость в образовательном процессе.

Организация спортивных мероприятий: проводите спортивные соревнования и мероприятия с участием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, эти мероприятия помогут показать их спортивный потенциал и разрушить стереотипы.

Партнерство с местными организациями: сотрудничайте с местными организациями, занимающимися вопросами инклюзивного образования и здоровья, для создания совместных мероприятий, это может включать в себя совместные тренировки, мастер-классы или участие в общественных и спортивных мероприятиях.

Вовлечение обучающихся в планирование: позвольте студентам активно участвовать в планировании и проведении мероприятий по популяризации адаптивного физического воспитания, их участие сделает события более привлекательными и релевантными для широкой аудитории.

Использование социальных сетей: активно используйте социальные сети для распространения информации о мероприятиях и достижениях обучающихся, создайте хештеги для сбора отзывов и фотографий с мероприятий.

План по популяризации адаптивного физического воспитания должен быть всесторонним и учитывать различные каналы коммуникации, чтобы достичь максимального воздействия.

20. Обеспечение безопасности обучающихся в процессе занятий адаптивным физическим воспитанием требует внимательного подхода и учета их особенностей здоровья. Вот принципы и методы, которые следует применять:

Принципы безопасности:

Индивидуальный подход: учитывайте медицинские особенности каждого обучающегося при разработке индивидуализированных программ занятий.

Предварительная медицинская консультация: обязательно проводите предварительную медицинскую консультацию с каждым обучающимся перед включением его в программу занятий.

Регулярное обновление медицинских данных: собирайте и регулярно обновляйте информацию о состоянии здоровья обучающихся для актуализации программы обучения.

Соблюдение медицинских рекомендаций: внимательно следите за рекомендациями врачей и медицинских специалистов при планировании и проведении занятий.

Постепенная нагрузка: вводите физическую активность постепенно, учитывая текущую физическую форму обучающихся, чтобы избежать перенапряжений.

Обеспечение доступности оборудования: предоставляйте адаптированные тренажеры и оборудование для обучающихся с ограниченными физическими возможностями.

Тщательная подготовка инструкторов: инструкторы должны быть обучены распознавать и реагировать на чрезвычайные ситуации и применять первую помощь.

Специальные меры безопасности: разработайте процедуры для экстренных ситуаций, которые могут возникнуть в ходе занятий с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

Методы обеспечения безопасности:

Индивидуальные консультации: проводите индивидуальные консультации с обучающимися и их родителями для получения подробной информации о состоянии здоровья.

Систематический мониторинг: организуйте систему систематического мониторинга здоровья обучающихся в течение занятий и периодического оценивания их физического состояния.

Обучение инструкторов: предоставляйте инструкторам обучение по работе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, включая методы безопасности.

Использование адаптивного оборудования: применяйте специальные адаптивные тренажеры и оборудование, уменьшающие риск травм.

Коммуникация и согласование: обеспечивайте открытую коммуникацию между инструкторами, медицинским персоналом и родителями для эффективного согласования программы занятий.

Групповая поддержка: создавайте групповые занятия, где обучающиеся могут взаимодействовать и поддерживать друг друга, с учетом их особенностей здоровья.

Регулярные обновления программы: регулярно обновляйте программу занятий в соответствии с изменениями в состоянии здоровья обучающихся.

Экстренные меры: разработайте план действий в случае чрезвычайных ситуаций, обучите персонал реагировать на них и регулярно проводите учения.

Обеспечение безопасности обучающихся в адаптивном физическом воспитании требует совокупности аккуратной планировки, обучения персонала и постоянного мониторинга, чтобы создать безопасную и поддерживающую среду для физической активности.

1.2. Практические задания на экзамен по ПМ

1. Продемонстрируйте комплекс упражнений для реабилитации при травмах нижних конечностей.
2. Продемонстрируйте комплекс упражнений для коррекции осанки.
3. Продемонстрируйте комплекс упражнений для реабилитации при плоскостопии.
4. Продемонстрируйте комплекс упражнений для реабилитации после заболеваний сердечно-сосудистой системы.
5. Продемонстрируйте комплекс упражнений реабилитации при ожирении.
6. Продемонстрируйте комплекс упражнений реабилитации при травматической болезни спинного мозга.
7. Продемонстрируйте комплекс упражнений подготовительной части урока физической культуры в подготовительный период обучения в специальной медицинской группе.
8. Продемонстрируйте комплекс упражнений заключительной части урока физической культуры в основной период обучения в специальной медицинской группе.
9. Разработайте и продемонстрируйте комплекс упражнений, направленный на развитие силы и гибкости у обучающихся с различными ограниченными возможностями здоровья.
10. Продемонстрируйте, как правильно использовать адаптивные тренажеры для проведения эффективных занятий с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
11. Представьте и покажите адаптированный комплекс упражнений для развития силы у обучающихся с моторными ограничениями
12. Разработайте и проведите адаптированные физические игры на открытом воздухе, подходящие для обучающихся с разными ограничениями здоровья.
13. Представьте адаптированный комплекс упражнений для тренировки кардиоваскулярной системы обучающихся с разными медицинскими ограничениями.

Эталоны ответов на практические задания

1. Показ комплекса упражнений для реабилитации при травмах нижних конечностей.
2. Показ комплекса упражнений для коррекции осанки, обоснуйте их назначение, особенности проведения.
3. Показ комплекса упражнений для реабилитации при плоскостопии.
4. Демонстрация комплекса упражнений для реабилитации после заболеваний сердечно-сосудистой системы.
5. Демонстрация комплекса упражнений реабилитации при ожирении.
6. Демонстрация комплекса упражнений реабилитации при травматической болезни спинного мозга.
7. Демонстрация комплекса упражнений подготовительной части урока физической культуры в подготовительный период обучения в специальной медицинской группе.
8. Демонстрация комплекса упражнений заключительной части урока физической культуры в основной период обучения в специальной медицинской группе.
9. Демонстрация комплекса упражнений, направленный на развитие силы и гибкости у обучающихся с различными ограниченными возможностями здоровья.

10. Демонстрация, как правильно использовать адаптивные тренажеры для проведения эффективных занятий с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.

11. Показ адаптированного комплекса упражнений для развития силы у обучающихся с моторными ограничениями.

12. Проведите адаптированной физической игры на открытом воздухе, подходящие для обучающихся с разными ограничениями здоровья.

13. Представление адаптированного комплекса упражнений для тренировки кардиоваскулярной системы обучающихся с разными медицинскими ограничениями.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У.2 планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии; ОК 1-12	Умеют планировать физическое воспитание обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам, строить его с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера патологии.
У. 3 устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими); ОК 1-12	Умеют устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с обучающимися и их родителями (лицами, их заменяющими).
У.4 подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; ОК 1-12	Умеют подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь.
У.5 использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся;	Умеют использовать различные формы адаптивного физического воспитания; использовать различные методы и приемы обучения двигательным действиям, методики развития физических качеств, дозировать физическую нагрузку в соответствии с педагогическими задачами, формой организации физического воспитания, характером патологии, функциональными возможностями организма обучающихся.

ОК 1-12	
У.6 использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма; ОК 1-12	Умеют использовать различные средства и методы физической реабилитации и восстановления организма.
У.7 мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности; ОК 1-12	Умеют мотивировать обучающихся к участию в занятиях физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.
У.8 планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями; ОК 1-12	Умеют планировать и проводить педагогически целесообразную работу с родителями.
У.9 выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий; ОК 1-12	Умеют выполнять профессионально ориентированные виды двигательных действий.
У.10 применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях; ОК 1-12	Умеют применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях.
Знать:	
3.1 цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам; ОК 1-4	Знают цели, задачи, функции, содержание, формы и методы физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.2 медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам; ОК 4, 5-7	Знают медико-биологические и психологические основы построения физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.
3.3 критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую; ОК 8-11,	Знают критерии распределения детей, подростков и молодежи по группам здоровья и медицинским группам для занятий физической культурой и перевода из одной группы в другую.
3.4 причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы	Знают причины, условия возникновения, характеристику и профилактику болезней отдельных нозологических групп: травмы, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы

кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы; ОК 5-10	кровообращения, болезни органов дыхания, болезни органов пищеварения, болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ, болезни нервной системы.
3.5 основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам;	Знают основы физической реабилитации при заболеваниях, относящихся к вышеперечисленным нозологическим группам.
3. 6 средства физической культуры в системе реабилитации; ОК 1-12	Знают средства физической культуры в системе реабилитации.
3.7 показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося; ОК 3, 12	Знают показания и противопоказания к выполнению физических упражнений и рекомендации по дозированию физической нагрузки в связи с особенностями заболевания обучающегося.
3.9 методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам; ОК 5, 7, 11	Знают методические основы проведения занятий оздоровительной физической культурой с обучающимися, отнесенными к специальным медицинским группам.
3.10 методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности; ОК 1-12	Знают методические основы организации физкультурно-спортивной деятельности оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационно-досуговой направленности.
3.11 приемы, способы страховки и самостраховки; ОК 1-12	Знают приемы, способы страховки и самостраховки.
3.13 виды специального оборудования, его назначение; ОК 1-12	3.13 виды специального оборудования, его назначение.
ПК 2.1-2.6	

**МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ**
 краевое государственное автономное
 профессиональное образовательное учреждение

«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»		
Утверждаю Заместитель директора (Ф.И.О.) (подпись) « ____ » _____ 20__ г.	Экзаменационный билет №1 по ПМ (индекс, название) Группа (ы) _____ Специальность: _____ код, название	Рассмотрено _____ на заседании _____ цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) (подпись) « ____ » _____ 20__ г.
1. Сформулируйте цели и задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе, перечислите принципы комплектования специальных медицинских групп. 2. Продемонстрируйте комплекс упражнений для реабилитации при травмах нижних конечностей.		

Критерии оценки ответов на теоретические вопросы

Отметка 5 «отлично» - продемонстрирован высокий уровень знаний и умений по вопросу билета, правильно показано практико-ориентированная задача.

Отметка 4 «хорошо» - продемонстрировано понимание основного содержания всех вопроса билета, правильно показана практико-ориентированная задача.

Отметка 3 «удовлетворительно» - продемонстрировано владение основным содержанием по вопросу билета, частично показано практико-ориентированная задача.

Отметка 2 «неудовлетворительно» - не продемонстрировано владение знаниями и умениями, не решена практико-ориентированная задача.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

краевое государственное автономное
профессиональное образовательное учреждение
«Дальнегорский индустриально-технологический колледж»

**КОМПЛЕКТ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА**

*МДК 03.01 Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя
адаптивной физической культуры
для специальности*

49.02.02 Адаптивная физическая культура

Дальнегорск, 2023 год

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура программы МДК 03.01 «Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя адаптивной физической культуры».

Разработчики:

Организация-разработчик: КГА ПОУ «ДИТК»

Разработчик: Белай Полина Викторовна, преподаватель.

ОДОБРЕН
цикловой методической комиссией
Протокол № 3
от 30 августа 2023 г.
Председатель Н.В.Шульга

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств
2. Результаты освоения МДК
3. Оценка освоения МДК
 - 3.1. Контроль и оценка освоения
 - 3.1.1 Методы и критерии оценивания
4. Контрольно-оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
 - 4.1. Пакет экзаменатора
 - 4.2. Критерии оценки

1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

В результате освоения МДК 03.01 «Теоретические и прикладные аспекты методической работы учителя адаптивной физической культуры». обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по специальности СПО 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» следующими умениями, знаниями, которые формируют профессиональные компетенции, и общими компетенциями.

Обучающийся должен знать:

31 - теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи;

32 - теоретические основы, методику планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации;

33 - особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях;

34 - педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметноразвивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях;

35 - источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию;

36 - основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования.

Обучающийся должен уметь:

У1 - анализировать примерные программы;

У2 - определять цели и задачи, планировать адаптивное физическое воспитание обучающихся в образовательном учреждении;

У3 - осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии;

У4 - определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; - адаптировать имеющиеся методические разработки;

У5 - готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты;

У6 - с помощью руководителя определять цели, задачи, планировать исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи;

У7 - использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем; - оформлять результаты исследовательской и проектной работы;

У8 - определять пути самосовершенствования педагогического мастерства

Личностные результаты с учетом особенностей учебной дисциплины:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Портрет выпускника СПО	

Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера, общественного деятеля.	ЛР 5
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	ЛР 7
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.	ЛР 10
Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением.	ЛР 11
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Умение реализовывать личностные качества в производственном процессе	ЛР 13
Стрессоустойчивость, коммуникабельность	ЛР 14
Опыт научно-исследовательской деятельности	ЛР 15
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда, демонстрирующий навыки самообразования и саморазвития.	ЛР 16
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Инновационность мышления в реализации производственных задач	ЛР 17
Выполнение социальных норм и правил, внутреннего распорядка колледжа и предприятия	ЛР 28
Профессиональная идентичность и ответственность	ЛР 19
Самооценка и рефлексия результатов своей деятельности и развития	ЛР 20

Формируемые ОК:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
- ОК11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.
- ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Формируемые ПК:

ВД.3 Методическое обеспечение процесса адаптивного физического воспитания.

- ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.
- ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
- ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания.

Формами промежуточной аттестации по МДК являются: 5 и 7 семестры – зачёт, 6 семестр – дифференцированный зачет, 8 семестр - экзамен.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МДК ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ

В результате аттестации по МДК осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих и профессиональных компетенций:

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1 - анализировать примерные программы	- анализирует примерные программы

ОК2—организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК11-строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих ПК 3.1 - разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся	-определяет методы решения профессиональных задач - оценивает их эффективность и качество - проектирует образовательный процесс на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных и примерных адаптированных основных образовательных программ с учетом особенностей развития обучающихся - соотносит собственную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих - ориентируется в учебно-методических комплектах, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - владеет приемами систематизации и оценки педагогического опыта и образовательных технологий на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов
У2 - определять цели и задачи, планировать адаптивное физическое воспитание обучающихся в образовательном учреждении ОК 01- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 4 осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 7 - ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса ОК 9 - осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий	- определяет цели и задачи УМК, - умеет планировать урок - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - проектирует образовательный процесс на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных и примерных адаптированных основных образовательных программ с учетом особенностей развития обучающихся - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - работает в коллективе и команде, взаимодействует с руководством, коллегами и социальными партнерами - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организывает и контролирует их работу с принятием на себя

ОК 12 - владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности ПК 3.2 - систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов	ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности-владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
У3 - осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии ОК2—организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации ПК 3.1- разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся	- осуществляет планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии – составляет различные виды планов, оценивает их эффективность и качество - самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации - разрабатывает учебно-тематические планы на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся
У4 - определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; - адаптировать имеющиеся методические разработки ОК 3 - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК6 - работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами	- применяет приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений - соблюдает технику безопасности на занятиях - осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей - определяет педагогические проблемы методического характера и находит способы

ОК10. - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей	их решения; - адаптирует имеющиеся методические разработки - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - работает в коллективе и команде, взаимодействует с руководством, коллегами и социальными партнерами
У5 - готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты ОК5 использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 3.3- оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений	- использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - готовит и оформляет отчеты, рефераты, конспекты, выступления
У6 - с помощью руководителя определять цели, задачи, планировать исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи У7 - использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем; - оформлять результаты исследовательской и проектной работы ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ОК 6 работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами ПК 3.4 - участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания	- определяет цели, задачи, планирует исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи - использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работает в коллективе и команде, взаимодействует с руководством, коллегами и социальными партнерами - участвует в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания - использует методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем - оформляет результаты исследовательской и проектной работы
У8 - определять пути самосовершенствования педагогического мастерства ОК 8. - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- осуществляет самоконтроль при проведении уроков, анализ своей речи с точки зрения ее нормативности -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием - определяет пути самосовершенствования педагогического мастерства
Знать:	

31 - теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи	- теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи
32 - теоретические основы, методику планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации	- теоретические основы, методику планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации
33 - особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях	- особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях
34 - педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметноразвивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях	- педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметноразвивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях
35 - источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию	- источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию
36 - основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования	- основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования

3.1. Контроль и оценка освоения МДК по темам (разделам)

Элемент МДК	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Осва- иваемые результаты	Метод контроля	Проверя- емые результаты	Форма контроля
Раздел 1. Овладение основами методической работы учителя адаптивной физической культуры				
Тема 1.1. Теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи	У.1, 5 З1, 2, 4 ОК.2, 5, 11 ПК. 3.1, 3.3	Устный опрос, тестовое задание, практическая работа, самостоятельн ая работа	У. 2, 5 З 1-2, 4 ПК 3.3-3.2	5 семестр– дифферен цированн ый зачет
Тема 1.2. Теоретические основы и методика планирования адаптивного физического	У. 2, 8 З1, 2, 4			

воспитания и требования к оформлению соответствующей документации	ОК. 1, 4, 7, 8, 9, 12 ПК 3.2			
Тема 1.3. Создание предметно-развивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях	У. 2 ОК 1, 4, 7, 9, 12 ПК 3.2			
Раздел 2. Подготовка и оформление методических материалов				
Тема 2.1. Технология подготовки, оформления и представления методического материала.	У.3, 4 33 ОК 2, 3, 6, 8, 10 ПК 3.1	Устный опрос, тестовое задание, практическая работа, защита презентации	У.3 33 ПК 3.1	6 семестр–дифференцированный зачет
Раздел 3. Осуществление исследовательской и проектной деятельности				
Тема 3.1. Методологические основы исследования.	У.6, 7 35, 6 ОК 5, 6 ПК 3.4	Устный опрос, тестовое задание, практическая работа, защита презентации	У.7 3.5	7 семестр – дифференцированный зачет
Тема 3.2. Основы организации опытноэкспериментальной работы в сфере образования.	У.6, 7 ОК 5, 6 ПК 3.4		У.7 ПК 3.4	
Тема 3.3. Оформление и содержание, защита студенческой исследовательской работы.	У.6, 7 35 ОК 5, 6 ПК 3.4		У.6, 7 ПК 3.4	
Тема 3.4. Основы проектной деятельности в образовании.	У.6, 7 33, 5 ОК 5, 6 ПК 3.4		У.6, 7 ПК 3.4 У.6, 7 33, 5 ПК 3.4	
экзамен				8 семестр

3.1.1. Методы и критерии оценивания

1. Устный опрос. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, искажил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

2. Тестовое задание. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - правильно выполнено 85 – 100 % заданий.

Оценка 4 «хорошо» - правильно выполнено 70 – 84 % заданий.

Оценка 3 «удовлетворительно» правильно выполнено 55 – 69 % заданий.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - правильно выполнено 1 – 54 % заданий.

3. Самостоятельная работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме; учтены все требования к данной работе; самостоятельно поставлены цели и задачи работы, соответствующие заданной теме/проблеме; получены результаты в соответствии с поставленной целью; работа оформлена аккуратно и грамотно.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета; не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы позволяет получить недостаточно результатов в соответствии с поставленной целью.

4. Практическая работа. Критерии оценивания.

Оценка 5 «отлично» - работа выполнена в полном объеме, с соблюдением алгоритма выполнения: последовательности: 1) правильно и аккуратно выполнены все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики; 2) правильно проведена демонстрация. Получены результаты в соответствии с поставленной целью.

Оценка 4 «хорошо» - выполнены требования к отметке «5», но были допущены два-три недочета или не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 «удовлетворительно» - работа выполнена не в полном объеме, но объем выполненной части работы позволяет получить часть результатов в соответствии с поставленной целью.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - работа выполнена не полностью и объем выполненной части работы не позволяет получить никаких результатов в соответствии с поставленной целью.

6. Защита презентации. Критерии оценивания.

Оцениваемые показатели	Кол-во баллов
<u>Содержание</u>	
- наличие правильно оформленного титульного листа	1
- сформулированы тема, цель, задачи исследования	1
- ясно изложены и структурированы результаты исследования	2
- информация точная, полная, полезная и актуальная	3
- присутствуют иллюстрации, соответствующие содержанию	1
- грамотность (орфография и пунктуация)	1
<u>Дизайн</u>	
- читаемость текста	1
- цветовое решение	1
<u>Защита презентации</u>	

- свободное владение темой проекта	2
- способность кратко и грамотно изложить суть работы	2
- выражение своего мнения по проблеме	2
- культура речи, поведения	1
- удержание внимания аудитории	1
- эмоциональная окрашенность речи	1
Итого:	20 баллов

Критерии оценки:

Оценка 5 «отлично» - набрано 17-20 баллов

Оценка 4 «хорошо» - набрано 13-16 баллов

Оценка 3 «удовлетворительно» - набрано 8-12 баллов

Оценка 2 «неудовлетворительно» - набрано 0-7 баллов

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Контрольная работа (5 семестр)

1. Форма проведения: устная (защита статьи на заданную тему).

2. Условия выполнения

Время выполнения задания: 120 мин.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: телевизор, компьютер.

Информационные источники:

Требования охраны труда: выполнение норм СанПин, техники безопасности в спортивном зале.

3. Пакет материалов для проведения промежуточной аттестации

3.1. Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 1.1. Теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи

Тема 1.2. Теоретические основы и методика планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации

Тема 1.3. Создание предметно-развивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях

3.2. Темы статей, предложенных на защиту.

1. Эволюция и развитие адаптивной физической культуры: от прошлого к настоящему.
2. Роль адаптивной физической культуры в формировании здорового образа жизни у детей с ограниченными возможностями.
3. Методы и техники адаптации уроков физической культуры для детей с разными видами ограниченных возможностей здоровья.
4. Влияние адаптивной физической культуры на психоэмоциональное состояние детей с ограниченными физическими возможностями.
5. Использование средств и оборудования в адаптивной физической культуре: инновации и технологии.
6. Развитие координации и моторики у детей с ограниченными возможностями через занятия физической культурой.
7. Проблемы и перспективы инклюзивного обучения в области физической культуры.

8. Адаптация физических упражнений для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
9. Специфика применения техник релаксации в адаптивной физической культуре.
10. Развитие социальных навыков у детей через групповые занятия адаптивной физической культурой.
11. Взаимодействие учителя адаптивной физической культуры с медицинским персоналом: создание единой системы поддержки.
12. Эффективность применения игровых методик в адаптивной физической культуре.
13. Формирование у детей с ограниченными возможностями здоровья позитивного отношения к физической активности.
14. Развитие адаптивной физической культуры в системе внеурочной деятельности.
15. Оценка и коррекция физического развития детей с ограниченными возможностями.
16. Внедрение принципов универсального дизайна в среду физической культуры.
17. Организация спортивных соревнований и мероприятий для детей с различными формами ограниченных возможностей.
18. Индивидуализация программ тренировок для детей с интеллектуальными нарушениями.
19. Профессиональные навыки учителя адаптивной физической культуры: современные требования и стандарты.
20. Спорт как средство социальной интеграции для детей с ограниченными возможностями.
21. Развитие креативности и фантазии у детей через творческие методики адаптивной физической культуры.
22. Проблемы и пути их решения в вопросах адаптивной физической культуры в регионах с ограниченными ресурсами.
23. Использование адаптивной физической культуры в реабилитации детей после травм и операций.
24. Роль семьи в успешной адаптации детей к занятиям физической культурой.
25. Этические аспекты в адаптивной физической культуре: проблемы и решения.
26. Использование арт-терапии и музыкальных элементов в адаптивной физической культуре.
27. Оценка и учет индивидуальных особенностей при формировании тренировочных программ.
28. Роль педагога-психолога в системе адаптивной физической культуры.
29. Взаимосвязь адаптивной физической культуры с другими образовательными дисциплинами.
30. Тенденции развития адаптивной физической культуры в мировой практике.

закона об образовании 2022. – URL: <https://zakonobobrazovanii.ru>. Загл. с экрана. – Яз. рус. (дата обращения 10.03.2023). – Текст: электронный.

2.

3.

Материалы, представленные на защиту, должны отвечать следующим требованиям: материалы должны быть прошиты в пластиковом скоросшивателе (или оформлены в папку с файлами); статья должна быть объемом от 3-х страниц машинописного текста формата А4, размеры полей: верхнее, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 10 мм, абзацный отступ – 1,25 см., межстрочный интервал – 1,5, кегль 14. Ориентация листа – книжная. Материалы должны быть на русском языке, шрифт Times New Roman, без переносов; название статьи: строчные буквы, кегль 14, жирный, выравнивание по центру, точка в конце заголовка не ставится. Ниже размещается имя, отчество, фамилия автора, / курс, специальность / профессия строчными буквами, выравнивание по правому краю, кегль 14, курсив. Ниже, через один интервал, размещается текст статьи: кегль 14, выравнивание по ширине. Текст таблиц: кегль 11, заголовки граф центрируются. Таблицы должны иметь нумерацию и заголовки. Ссылки на таблицы в тексте обязательны. Страницы статьи нумеруются арабскими цифрами; сокращения и аббревиатуры в тексте допускаются только при наличии обязательной расшифровки. Список литературы является обязательным элементом, оформляется согласно ГОСТ 7.0.100-2018. Список литературы выполняется в виде нумерованного списка арабскими цифрами, выравнивание по левому краю. Продолжительность выступления до 5-7 минут. Публичное выступление обучающихся должно соответствовать критериям: актуальность темы; логичность и содержательность материала; соответствие выводов поставленным цели и задачам; наглядность представленного материала (макет, презентация); ораторское искусство и грамотность изложения материала.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения (элементы)	Показатели оценки результата
У2 - определять цели и задачи урока, планировать его с учетом особенностей учебного предмета У4 - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений, соблюдать технику безопасности на занятиях У7- выполнять физические упражнения ОК 1,3,4,6,7 ПК1.1.	- определяет цели и задачи УМК, - умеет планировать урок согласно санитарно-гигиеническим нормам - применяет приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений - соблюдает технику безопасности на занятиях - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - осуществляет самоконтроль при проведении уроков, анализ своей речи с точки зрения ее нормативности
З1 - особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности младших школьников	- знает особенности психических познавательных процессов и учебной деятельности младших школьников

33 - требования образовательного стандарта и примерные программы начального общего образования; - программы и учебно-методические комплексы	- знает требования образовательного стандарта начального общего образования и примерные программы начального общего при составлении рабочей программы
34 - воспитательные возможности урока в начальной школе	- знает воспитательные возможности урока в начальной школе
35 - методы и приемы развития мотивации учебно-познавательной деятельности	- перечисляет методы и приемы развития мотивации учебно-познавательной деятельности на уроках по всем предметам, дает им характеристику
37- основы построения коррекционно-развивающей работы с детьми имеющие трудности	- знает основы построения коррекционно-развивающей работы с детьми имеющие трудности
38- содержание учебного предмета начального общего образования	- знает содержание учебного предмета начального общего образования - знает структуру урока физической культуры

4.Критерии оценки ответов обучающихся.

Оценка 5 «отлично»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3-х машинописных листов; выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 4 «хорошо»: 1) материал статьи изложен логично, стиль изложения научный; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть 1-2 недочета или 1 ошибка); 4) культура оформления материала высокая; 5) публичное выступление соответствует требованиям.

Оценка 3 «удовлетворительно»: 1) материал статьи соответствует теме; 2) продемонстрирована авторская позиция, умение формулировать выводы; 3) объем статьи не менее 3х машинописных листов; в целом выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы (есть ошибки); 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям по 1-3 критериям.

Оценка 2 «неудовлетворительно»: 1) материал статьи не в полной мере соответствует теме; 2) авторская позиция, умение формулировать выводы не продемонстрированы; 3) объем статьи менее 3х машинописных листов; не выполнены требования к оформлению статьи и списку литературы; 4) культура оформления материала низкая; 5) публичное выступление не соответствовало заявленным требованиям.

5. Зачетная ведомость.

2.Дифференцированный зачёт (6 семестр)

1.Форма проведения: устная (собеседование)

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: соблюдение СанПиН.

3.Пакет материалов для проведения дифференцированного зачёта

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 1.3. Создание предметно-развивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях.

Тема 2.1. Технология подготовки, оформления и представления методического материала.

1.1. Перечень вопросов для собеседования

1. Какие принципы лежат в основе адаптивного физического воспитания?
2. Какова роль предметно-развивающей среды в формировании адаптивного физического воспитания?
3. Какие адаптации среды обучения и тренировок могут быть внедрены для поддержки учащихся с ограниченными физическими возможностями?
4. Каким образом можно индивидуализировать программы физического воспитания в зависимости от потребностей каждого учащегося?
5. Как обеспечить включение учащихся с разными физическими способностями в общий процесс физического воспитания?
6. Как оценивается эффективность созданной среды для адаптивного физического воспитания?
7. Какова роль учителя физической культуры в организации адаптивного воспитания и поддержке учащихся с особыми потребностями?
8. Как вы понимаете понятие "методический материал" в контексте физического воспитания?
9. Какие технологии используются вами для подготовки методического материала?
10. Каким образом вы структурируете методический материал для более эффективного представления?
11. Какие инновационные подходы вы используете при разработке методических материалов для уроков физической культуры?
12. Как обеспечивается доступность методического материала для всех учащихся, включая тех, у кого есть особые потребности?
13. Как вы проверяете и оцениваете эффективность применения методического материала на практике?
14. Какую роль технологии играют в представлении методического материала, и какие инструменты вы предпочитаете использовать?

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У1 - анализировать примерные программы ОК2—организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	- анализирует примерные программы -определяет методы решения профессиональных задач - оценивает их эффективность и качество - проектирует образовательный процесс на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных

ОК11-строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих ПК 3.1 - разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся	основных и примерных адаптированных основных образовательных программ с учетом особенностей развития обучающихся - соотносит собственную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих - ориентируется в учебно-методических комплектах, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - владеет приемами систематизации и оценки педагогического опыта и образовательных технологий на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов
У2 - определять цели и задачи, планировать адаптивное физическое воспитание обучающихся в образовательном учреждении ОК 01- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 7 - ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса ОК 9 - осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ОК 12 - владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности ПК 3.2 - систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов	- определяет цели и задачи УМК, - умеет планировать урок - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - проектирует образовательный процесс на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных и примерных адаптированных основных образовательных программ с учетом особенностей развития обучающихся - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организовывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения

	профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности- владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
У8 - определять пути самосовершенствования педагогического мастерства ОК 8. - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- осуществляет самоконтроль при проведении уроков, анализ своей речи с точки зрения ее нормативности -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием - определяет пути самосовершенствования педагогического мастерства
Знать:	
31 - теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи	- теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи
32 - теоретические основы, методику планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации	- теоретические основы, методику планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации
33 - особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях	- особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях
35 - источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию	- источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию

4.Эталоны ответов

1. Принципы адаптивного физического воспитания включают в себя:

- Индивидуализация: учет особенностей каждого ученика при разработке программы занятий.
- Дифференциация: адаптация уровня нагрузки и задач в соответствии с физическими возможностями и потребностями каждого учащегося.
- Вариативность: использование разнообразных методов и средств физической активности для достижения целей воспитания.
- Прогрессивность: постепенное увеличение интенсивности и объема нагрузок для поддержания и улучшения физической формы.

- Систематичность: регулярные и систематические занятия для достижения стабильных и устойчивых результатов.
- Учет здоровья: ориентация на укрепление здоровья, предотвращение травм и обеспечение безопасности в процессе занятий.
- Адаптация к условиям: приспособление программы к особенностям окружающей среды, возможностям оборудования и физическому состоянию учащихся.
- Мотивация и позитивное воздействие: создание стимулов и поощрений для поддержки интереса к занятиям и формирования положительной мотивации.

2. Предметно-развивающая среда играет ключевую роль в формировании адаптивного физического воспитания, обеспечивая условия для эффективной адаптации и разностороннего развития учащихся. Важные аспекты роли предметно-развивающей среды в этом контексте включают:

- Индивидуализация и дифференциация: Предметы и оборудование должны быть разнообразными и настраиваемыми, чтобы соответствовать уникальным потребностям и способностям каждого ученика.
- Многообразие средств активности: Разнообразие физических упражнений, игр и тренировок, предоставляемых средой, позволяет адаптировать занятия под конкретные физические и моторные навыки учащихся.
- Безопасность и поддержка здоровья: Предметно-развивающая среда должна быть безопасной, предотвращая травмы, и способствовать укреплению здоровья учащихся.
- Стимулирование интереса и мотивации: Привлекательные и мотивирующие предметы могут способствовать участию и увлечению учащихся, поддерживая их интерес к физической активности.
- Адаптация к различным условиям: Предметы должны быть адаптивными к различным условиям и потребностям, что позволяет эффективно организовывать занятия в различных средах и контекстах.
- Формирование социальных навыков: Среда может способствовать развитию социальных навыков через кооперативные игры, совместные тренировки и другие виды взаимодействия между учащимися.

В целом, предметно-развивающая среда является важным инструментом в создании эффективной и адаптивной системы физического воспитания, способствуя разностороннему развитию и удовлетворяя индивидуальные потребности каждого учащегося.

3. Адаптации среды обучения и тренировок для поддержки учащихся с ограниченными физическими возможностями могут включать:

- Специализированное оборудование и инвентарь: Использование специальных инвентарей и оборудования, адаптированных для различных физических ограничений, например, специальные рукоятки, сиденья, или другие устройства.
- Индивидуализированные программы: Разработка персонализированных программ тренировок и упражнений, учитывая уровень физических возможностей и потребностей каждого учащегося.

- Тренировки в индивидуальной форме: Предоставление возможности для индивидуальных тренировок, где учащиеся могут работать под руководством инструктора с учетом их уникальных особенностей.
- Доступная инфраструктура: Обеспечение доступности физической среды, такой как специальные пандусы, лифты и другие улучшения, чтобы обеспечить учащимся с ограниченными физическими возможностями удобство и безопасность.
- Обучение адаптированным техникам: Предоставление обучения и поддержки по использованию адаптированных техник тренировок и упражнений для соблюдения индивидуальных потребностей.
- Специализированные программы поддержки: Внедрение программ поддержки, таких как физиотерапия или реабилитация, чтобы помочь учащимся с ограниченными физическими возможностями улучшить свои физические способности.
- Специальные формы физической активности: Предложение альтернативных видов физической активности, которые соответствуют уровню и способностям каждого учащегося, например, водные виды спорта, йога и т. д.
- Поддержка инструкторов и тренеров: Обучение инструкторов и тренеров работе с учащимися с ограниченными физическими возможностями для эффективного руководства и поддержки в процессе занятий.

Эти адаптации помогают создать инклюзивную среду, где учащиеся с ограниченными физическими возможностями могут эффективно участвовать в физическом воспитании и тренировках, получая положительный опыт и развивая свои способности.

4. Индивидуализация программ физического воспитания осуществляется через разносторонний подход, учитывающий уникальные потребности каждого учащегося. Вот несколько методов:

- Оценка физического состояния:
 - Проведение начальной оценки физического состояния, включая анализ медицинской и физиологической истории учащегося.
 - Учет возраста, пола, уровня физической активности и наличия хронических заболеваний.
- Составление индивидуальных целей:
 - Разработка конкретных и реалистичных целей, вытекающих из потребностей и желаний каждого учащегося.
 - Вовлечение учащегося и, при необходимости, родителей или опекунов в установление целей.
- Дифференциация уровней нагрузки:
 - Адаптация интенсивности и объема физических упражнений в зависимости от физической подготовки каждого учащегося.
 - Предоставление вариантов выполнения упражнений с различной сложностью.
- Использование индивидуальных тренировок:
 - Проведение индивидуальных занятий под руководством инструктора для более точного учета особенностей каждого учащегося.
 - Разработка персонализированных тренировочных программ, соответствующих целям и возможностям учащегося.
- Вариативность методов обучения:

- Использование различных методов физической активности, таких как игры, групповые занятия и индивидуальные упражнения, чтобы удовлетворить разнообразные интересы и предпочтения учащихся.

- Обратная связь и коррекция:

- Регулярная обратная связь по результатам тренировок и достижениям каждого учащегося.

- Коррекция программы в соответствии с изменениями в физическом состоянии или достижениями учащегося.

- Специальные методики для особых потребностей:

- Разработка индивидуальных подходов для учащихся с особыми потребностями, такими как адаптация тренировок для детей с ограниченными физическими возможностями.

Индивидуализация программ физического воспитания обеспечивает оптимальное соответствие потребностям каждого учащегося, содействуя их личному развитию и максимальному использованию своего потенциала.

5. Обеспечение включения учащихся с разными физическими способностями в общий процесс физического воспитания требует создания инклюзивной среды, где каждый учащийся может участвовать, вносить свой вклад и чувствовать себя частью общей команды. Вот несколько способов:

- Индивидуальные подходы: Разработка индивидуальных планов и подходов для учащихся с различными физическими способностями, учитывая их уровень подготовки и потребности.

- Дифференцированный уровень нагрузки: Предоставление вариантов упражнений и тренировочных программ с различной интенсивностью и сложностью, чтобы каждый учащийся мог выбрать подходящий для себя.

- Обеспечение доступности: Предоставление доступных средств и оборудования для учащихся с физическими ограничениями, например, использование специализированных спортивных инвентарей или адаптированных площадок.

- Обучение взаимопомощи: Содействие развитию взаимопомощи и партнерства между учащимися, чтобы они могли поддерживать друг друга в процессе физической активности.

- Вовлечение родителей и общественности: Взаимодействие с родителями, опекунами и общественностью для создания понимания и поддержки в инклюзивном физическом воспитании.

- Обучение персонала: Обучение педагогического и инструкторского персонала работе с учащимися с разными физическими способностями, включая методы адаптации и мотивации.

- Организация адаптированных мероприятий: Проведение специальных мероприятий и соревнований, которые могут быть адаптированы под различные физические возможности учащихся.

- Создание позитивной атмосферы: Формирование открытой и поддерживающей атмосферы, где разнообразие физических способностей рассматривается как богатство, а не как преграда.

- Инклюзивные игры и задания: Включение в программу физического воспитания игр и заданий, которые могут быть успешно выполняемы учащимися с разными физическими способностями. Совместные усилия и стремление к включению всех учащихся в физическое воспитание способствуют созданию более справедливой и равноправной образовательной среды.

6. Оценка эффективности созданной среды для адаптивного физического воспитания может включать в себя следующие аспекты:

- Учебные результаты: Оценка уровня достижений учащихся в рамках адаптивной программы физического воспитания. Это может включать в себя улучшение физической формы, развитие моторных навыков, повышение уровня активности и др.
- Участие и вовлеченность: Измерение активности и участия учащихся в физических занятиях. Эффективная среда должна стимулировать учащихся принимать активное участие в занятиях и способствовать их вовлеченности.
- Обратная связь от учащихся: Получение обратной связи от учащихся относительно их удовлетворенности и эффективности проводимых занятий. Это может включать в себя анкетирование, беседы, обсуждение совместных занятий и т. д.

- Адаптация программы: Оценка готовности и способности программы адаптироваться под изменяющиеся потребности учащихся. Гибкость и адаптивность программы физического воспитания являются важными критериями эффективности.

- Безопасность: Оценка безопасности проводимых занятий и предоставляемой среды. Эффективная адаптивная среда должна обеспечивать безопасность для всех учащихся, учитывая их индивидуальные особенности.

- Социальные взаимодействия: Измерение уровня социальных взаимодействий между учащимися с разными физическими способностями. Эффективная среда должна способствовать формированию позитивных взаимоотношений и включению каждого учащегося в общество.

- Профессиональное развитие персонала: Оценка готовности и способности педагогов и тренеров к работе с учащимися с разными физическими способностями, а также оценка их профессионального развития в этой области.

- Изменения в общественном восприятии: Оценка того, как адаптивное физическое воспитание влияет на общественное восприятие и отношение к людям с разными физическими способностями.

Оценка эффективности должна быть систематической и комплексной, охватывая различные аспекты, чтобы обеспечить успешное функционирование адаптивной среды физического воспитания.

7. Роль учителя физической культуры в организации адаптивного воспитания и поддержке учащихся с особыми потребностями включает в себя следующие аспекты:

- Индивидуализация программ: Разработка индивидуализированных программ физического воспитания, учитывая физические, моторные и здоровенные особенности каждого учащегося.

- Оценка потребностей: Определение особых потребностей учащихся с учетом их физического состояния и способностей, а также консультация с родителями, специалистами и другими учителями.

- Адаптация упражнений и методов: Модификация упражнений, методов и средств физической активности для соответствия уровню и возможностям каждого учащегося.

- Обеспечение безопасности: Предоставление безопасной среды для занятий, а также использование специальных средств и оборудования, чтобы предотвратить травмы и обеспечить безопасность учащихся.

- Поддержка мотивации: Стимулирование интереса к занятиям физической активностью и

поддержка мотивации учащихся через позитивное обучение и подбор подходящих упражнений.

- Сотрудничество с родителями и специалистами: Взаимодействие с родителями учащихся и специалистами (например, специалистами по инклюзивному образованию, физиотерапевтами) для обмена информацией и совместной работы над потребностями учащихся.

- Организация индивидуальных занятий: Проведение индивидуальных занятий с учащимися с особыми потребностями, если необходимо, для более эффективного воздействия и адаптации учебного процесса.

- Развитие навыков коммуникации: Развитие навыков общения и взаимодействия с учащимися, способствуя созданию доверительных отношений и пониманию их потребностей.

- Профессиональное обучение: Обучение и повышение квалификации учителя физической культуры в области адаптивного воспитания и работы с учащимися с особыми потребностями.

- Создание инклюзивной атмосферы: Формирование атмосферы в классе, способствующей включению, поддержке и взаимодействию учащихся независимо от их физических способностей. Учитель физической культуры играет ключевую роль в создании положительной и адаптивной среды, где каждый учащийся может получить максимальную поддержку и участвовать в физическом воспитании в соответствии с его потребностями и возможностями.

8. В контексте физического воспитания, термин "методический материал" относится к различным учебным и организационным ресурсам, предназначенным для поддержки процесса обучения и тренировок. Эти материалы представляют собой средства и средства, направленные на эффективное внедрение методов обучения, адаптацию занятий под потребности учащихся и обеспечение качественного образовательного процесса. В методический материал могут входить:

Учебные планы и программы: Содержание учебных материалов, описания уроков, планы занятий, определение целей и задач для каждого этапа обучения.

Учебники и пособия: Специализированные книги и учебные пособия, предназначенные для изучения теоретических аспектов физической культуры, правильной техники выполнения упражнений, принципов тренировки и т. д.

Методические рекомендации: Разработки, включающие методические рекомендации для учителей физической культуры, ориентированные на эффективную организацию учебного процесса и проведение занятий.

Видеоматериалы: Видеоролики и видеокурсы, демонстрирующие правильные техники выполнения упражнений, примеры тренировок, а также методы обучения и воспитания через визуальные средства.

Аудиоматериалы: Аудиозаписи, которые могут использоваться для проведения различных физических упражнений, релаксации, медитации и других видов активности.

Интерактивные задания и игры: Задачи и игры, предоставляющие учащимся интерактивные возможности для практического применения полученных знаний и навыков.

Электронные ресурсы: Веб-сайты, приложения, онлайн-платформы и другие электронные ресурсы, предоставляющие учебные материалы, учебные задания и тесты.

Оценочные материалы: Критерии оценки, методы оценивания и другие материалы, необходимые для оценки достижений учащихся.

Методический материал в физическом воспитании направлен на поддержку учителей, тренеров и других специалистов в обеспечении качественного и эффективного обучения, а также

участвует в формировании позитивного отношения учащихся к физической активности.

9. Для подготовки методического материала я использую различные технологии, включая:

- Интернет-ресурсы: Поиск и анализ информации на веб-сайтах, электронных библиотеках и специализированных платформах, чтобы получить актуальные данные и научные материалы.
- Электронные базы данных: Использование баз данных, содержащих учебные материалы, статьи, исследования и другие научные ресурсы, чтобы обеспечить достоверность и актуальность методического материала.
- Онлайн-коммуникация: Взаимодействие с сообществами учителей, тренеров и других специалистов в области физического воспитания через социальные сети, форумы и онлайн-конференции для обмена опытом и получения обратной связи.
- Видео- и аудио-ресурсы: Использование видеоматериалов для демонстрации правильной техники выполнения упражнений, а также аудиозаписей для создания аудиоматериалов, например, для релаксации или проведения тренировок.
- Онлайн-платформы и приложения: Использование различных образовательных онлайн-платформ и приложений для создания интерактивных учебных материалов, тестов, заданий и упражнений.
- Графические редакторы: Создание графических схем, диаграмм и других визуальных материалов с использованием графических редакторов для наглядной демонстрации концепций и упражнений.
- Электронные таблицы и документы: Использование электронных таблиц и документов для организации информации, разработки планов уроков, создания шаблонов и других материалов.
- Онлайн-ресурсы для обучения: Прохождение онлайн-курсов и обучение новым методам и технологиям в области физического воспитания и спорта.

Использование современных технологий позволяет эффективно собирать, обрабатывать и представлять информацию, создавая качественные и актуальные методические материалы для поддержки образовательного процесса в физическом воспитании.

10. Структурирование методического материала играет ключевую роль в его эффективном представлении. Вот несколько принципов, которые я применяю для более удачной организации методического материала:

- Цель и задачи: Я начинаю с четкого определения цели и задач, которые должны быть достигнуты при использовании материала. Это помогает учащимся и учителям понимать, какие конкретные результаты ожидаются.
- Введение: Предоставление краткого введения, где я формулирую ключевые темы, цели и важность предлагаемого материала. Это помогает создать контекст и привлечь внимание аудитории.
- Структура и логика: Разделение материала на логические блоки или разделы с четкой структурой. Я стремлюсь укрупнить информацию, выделяя основные темы и подтемы, что облегчает понимание и запоминание.
- Визуализация: Использование графиков, диаграмм, таблиц и других визуальных элементов для наглядного представления информации. Это помогает улучшить восприятие и понимание материала.

- Примеры и кейсы: Включение примеров, кейсов и практических заданий, чтобы продемонстрировать применение теоретических знаний в практике. Это помогает учащимся лучше усвоить материал.
 - Активные задания: Предоставление активных заданий и вопросов для обсуждения, что способствует взаимодействию и участию аудитории. Активное участие обычно способствует лучшему усвоению материала.
 - Резюме и повторение: Подведение итогов и краткое повторение основных положений в конце материала. Это помогает закрепить ключевые моменты и подготовить к дальнейшему использованию полученных знаний.
 - Ресурсы и ссылки: Предоставление дополнительных ресурсов, рекомендованных для дополнительного изучения, чтобы учащиеся и учителя могли углубить свои знания.
 - Обратная связь: Предоставление возможности для обратной связи и вопросов, чтобы учащиеся могли высказать свои мысли, а также получить дополнительные пояснения и поддержку.
- Структурирование методического материала таким образом способствует более эффективному усвоению информации и создает более удобное и понятное обучающее средство для учащихся и учителей.

11. При разработке методических материалов для уроков физической культуры я стремлюсь интегрировать инновационные подходы, чтобы сделать учебный процесс более интересным и эффективным:

- Виртуальные и расширенные реальности: Использование технологий виртуальной и расширенной реальности для создания иммерсивных опытов. Это может включать в себя виртуальные тренировки, 3D-моделирование движений, а также применение AR-элементов на уроках.
- Мобильные приложения: Разработка и использование мобильных приложений, которые предлагают учащимся доступ к учебным материалам, тренировочным планам, средствам самооценки и мотивационным элементам.
- Интерактивные доски и презентации: Использование интерактивных досок и презентаций для демонстрации упражнений, объяснения теории и визуализации концепций. Это делает уроки более динамичными и привлекательными.
- Онлайн-платформы для тренировок: Интеграция онлайн-платформ, предоставляющих персонализированные тренировочные программы, отслеживание прогресса и мотивационные элементы. Это может включать в себя использование фитнес-приложений и трекеров.
- Геймификация: Применение принципов геймификации для создания игровых элементов в уроках. Игры, соревнования, бонусы и достижения могут стимулировать учащихся к более активному участию в занятиях.
- Онлайн-ресурсы для самостоятельного обучения: Предоставление учащимся доступа к онлайн-ресурсам, таким как видеоуроки, вебинары, электронные учебники, чтобы они могли дополнять свои знания вне классной комнаты.
- Использование датчиков и носимых устройств: Интеграция данных с датчиков и носимых устройств для отслеживания физической активности, сердечного ритма, прогресса тренировок. Это обеспечивает объективные данные для анализа и оценки результатов.
- Сетевые платформы для обмена опытом: Создание сетевых платформ или онлайн-сообществ, где учителя и учащиеся могут обмениваться опытом, делиться лучшими практиками и обсуждать

новые тенденции в физическом воспитании.

Интеграция этих инновационных подходов помогает сделать уроки физической культуры более интересными, вовлекающими и поддерживает лучшее усвоение материала.

12. Обеспечение доступности методического материала для всех учащихся, включая тех, у кого есть особые потребности, важно для создания инклюзивной образовательной среды. Вот некоторые методы обеспечения доступности:

- Адаптированный контент: Создание адаптированных версий методического материала с учетом потребностей различных учащихся. Это может включать в себя использование более ясных и простых формулировок, увеличенный шрифт, изображения, аудиоинформацию или другие адаптации.

- Специальные технологии: Использование специальных технологий, таких как программы для чтения текста, средства увеличения экрана, адаптированные приложения или дополнительное оборудование для учащихся с ограниченными физическими возможностями.

- Индивидуальные планы обучения: Разработка индивидуальных образовательных планов (ИОП) для учащихся с особыми потребностями. В этих планах определяются конкретные потребности, цели и подходы к обучению.

- Консультации с родителями и специалистами: Регулярное взаимодействие с родителями и специалистами (например, психологами, реабилитологами) для получения дополнительной информации о потребностях учащихся и получения рекомендаций по адаптации методического материала.

- Обучение персонала: Проведение тренингов и обучения педагогического персонала в области работы с учащимися с особыми потребностями и адаптации методического материала.

- Инклюзивный подход: Развитие инклюзивной образовательной среды, где изначально учитываются различия между учащимися и создается атмосфера взаимопомощи и поддержки.

- Обратная связь и коррекция: Регулярное получение обратной связи от учащихся и их родителей о доступности материала. Внесение коррекций и доработок в методический материал на основе этой обратной связи.

- Многоязычные и многокультурные ресурсы: Предоставление материала на нескольких языках и с учетом культурных особенностей, чтобы учесть разнообразие ученической аудитории.

Обеспечение доступности методического материала для всех учащихся требует системного и внимательного подхода, включая адаптацию контента, использование технологий и взаимодействие с родителями и специалистами.

13. Для проверки и оценки эффективности применения методического материала на практике используются различные методы и инструменты:

- Обратная связь от учащихся: Сбор мнений, отзывов и предложений от учащихся о восприятии и полезности методического материала. Это может быть осуществлено через устные обсуждения, анкеты, онлайн-опросы и т.д.

- Анализ успеваемости и прогресса: Оценка успеваемости учащихся и анализ их прогресса в освоении учебного материала. Сравнение результатов до и после использования методического материала.

- Тестирование и задания: Проведение тестов, тестирований и выполнения заданий для оценки

уровня понимания и усвоения материала. Может включать в себя как традиционные тесты, так и практические задания.

- Наблюдение и анализ занятий: Наблюдение за процессом обучения и применения методического материала на уроках. Это может включать в себя оценку преподавательских методов, вовлеченности учащихся и общей динамики занятий.
- Интервью с учителями: Проведение интервью с учителями, использующими методический материал, чтобы выявить их мнение о его эффективности, обнаружить проблемы и предложить улучшения.
- Анализ статистики использования: Мониторинг статистики использования онлайн-ресурсов и приложений, если таковые используются. Это включает в себя оценку активности, времени использования и других метрик.
- Сравнение с учебными целями: Сопоставление достижений и результатов с заранее поставленными учебными целями и ожиданиями. Это позволяет оценить, насколько методический материал соответствует учебным потребностям.
- Пилотные проекты и тестирование: Проведение пилотных проектов и тестирование новых методических материалов на ограниченной группе учащихся для последующей коррекции и улучшения.
- Сопоставление с лучшими практиками: Анализ результатов и сравнение с лучшими практиками в области физического воспитания и образования.

Комбинированный подход, включающий в себя различные методы оценки, позволяет получить более полное представление об эффективности применения методического материала и внести коррективы в случае необходимости.

14. Технологии играют значительную роль в представлении методического материала, делая учебный процесс более интересным, доступным и эффективным. Вот несколько ключевых ролей, которые технологии играют в этом контексте, а также некоторые предпочтительные инструменты:

- Интерактивные презентации: Использование интерактивных презентаций, таких как Microsoft PowerPoint, Google Slides или Prezi, для демонстрации теоретического материала с использованием визуальных элементов, анимации и встроенных заданий.
- Онлайн-платформы и приложения: Интеграция онлайн-платформ и мобильных приложений, таких как Google Classroom, Moodle, Edmodo или учебные приложения для физической активности, чтобы обеспечить доступ к учебным материалам, тренировочным планам и взаимодействию с учащимися.
- Виртуальная и расширенная реальность: Создание виртуальных и расширенных реальностей с использованием VR- и AR-технологий. Это может включать в себя виртуальные тренировки, интерактивные симуляции движений и визуализацию сложных концепций.
- Видео-материалы: Использование видео-ресурсов для демонстрации правильной техники выполнения упражнений, обзоров материала или создания обучающих роликов. Популярные платформы включают YouTube, Vimeo, и специализированные видеоплатформы для образования.
- Электронные учебники: Работа с электронными учебниками и интерактивными электронными ресурсами, такими как iBooks Author, Book Creator или другие платформы для создания мультимедийных учебных материалов.

- Онлайн-тестирование и оценивание: Использование онлайн-платформ для проведения тестирования, оценивания и отслеживания успеваемости. Это может включать в себя инструменты, такие как Google Forms, Quizizz, Kahoot! или платформы для онлайн-тестирования.
- Мобильные приложения и трекеры: Применение мобильных приложений и устройств отслеживания для мониторинга физической активности, создания персонализированных тренировочных планов и мотивации. Примеры включают MyFitnessPal, Strava, Nike Training Club и другие.
- Вебинары и онлайн-курсы: Участие в вебинарах и онлайн-курсах для дополнительного обучения и обмена опытом. Популярные платформы включают Zoom, Microsoft Teams, Webex и платформы для онлайн-обучения, такие как Coursera или edX.

Выбор конкретных инструментов зависит от конкретных целей, потребностей учащихся и темы обучения. Использование разнообразных технологий позволяет создать более интересное и адаптированное обучение для разнообразных аудиторий.

Критерии оценки ответов

Оценка 5 «отлично» - ответил на вопросы в объеме лекционного и дополнительного материала, дал полные грамотные ответы на все дополнительные вопросы.

Оценка 4 «хорошо» - грамотно изложил ответы на вопросы, но содержание и формулировки имеют отдельные неточности (допускается нечеткая формулировка определений), в полной мере ответил на заданные дополнительные вопросы.

Оценка 3 «удовлетворительно» - ответил на часть вопросов в объеме лекционного материала и ответил на часть дополнительных вопросов.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - допустил ошибки в определении базовых понятий, исказил их смысл, не ответил на дополнительные вопросы.

3. Контрольная работа (7 семестр)

1.Форма проведения: устная (защита презентации).

2.Условия выполнения

Время выполнения задания: 90 минут.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: компьютер, телевизор.

Информационные источники: нет.

Требования охраны труда: выполнение требований СанПин.

3.Пакет материалов для проведения зачёта

1.Перечень тем, контролируемых в ходе промежуточной аттестации.

Тема 3.1. Методологические основы исследования

Тема 3.2. Основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования.

2. Перечень тем для защиты презентаций обучающихся

1. Роль методологии в научном исследовании: основные принципы и подходы.

2. Философские основы методологии исследования в образовании.

3. Основные методологические подходы к исследованию в области образования.

4. Значение выбора методологии для успешного проведения исследования.

5. Сравнение качественных и количественных методов исследования в образовании.

6. Проблемы и вызовы, связанные с методологическими аспектами исследования в образовании.

7. Влияние выбора методологии на результаты и интерпретацию исследования.
8. Опыт-экспериментальная работа в образовании: суть, цели, задачи.
9. Проектирование и организация образовательного эксперимента.
10. Роли участников в опыт-экспериментальной работе: учителя, ученики, родители.
11. Мониторинг и оценка результатов опыт-экспериментальной работы.
12. Преимущества и ограничения методов образовательного эксперимента.
13. Влияние опыт-экспериментальной работы на развитие образовательной системы.
14. Сравнение опыт-экспериментальной работы с другими методами исследования в образовании.
15. Интеграция методологии в образовательный процесс: как методология влияет на структурирование учебных программ.
16. Применение качественных методов в педагогических исследованиях: особенности сбора и анализа данных.
17. Этические аспекты исследований в образовании: важность соблюдения этических норм при проведении исследований в сфере образования.
18. Методологические вызовы в междисциплинарных исследованиях в образовании: как объединить разные методологические подходы.
19. Сравнительный анализ методологических подходов в педагогической науке: сходства и различия.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У3 - осуществлять планирование с учетом возраст-половых, морф-функциональных и индивидуаль-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии ОК2–организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации ПК 3.1- разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся	- осуществляет планирование с учетом возраст-половых, морф-функциональных и индивидуаль-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии – составляет различные виды планов, оценивает их эффективность и качество - самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации - разрабатывает учебно-тематические планы на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся

У5 - готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты ОК5 использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 3.3- оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений	- использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - готовит и оформляет отчеты, рефераты, конспекты, выступления
У6 - с помощью руководителя определять цели, задачи, планировать исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи У7 - использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем; - оформлять результаты исследовательской и проектной работы ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 3.4 - участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания	- определяет цели, задачи, планирует исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи - использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - участвует в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания - использует методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем - оформляет результаты исследовательской и проектной работы
У8 - определять пути самосовершенствования педагогического мастерства ОК 8. - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- осуществляет самоконтроль при проведении уроков, анализ своей речи с точки зрения ее нормативности -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием - определяет пути самосовершенствования педагогического мастерства
Знать:	
З5 - источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию	- источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию
З6 - основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования	- основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования

4.Эталоны ответов

Требования к оформлению презентаций

Таблица 1. Оформление слайдов

Стиль	единый стиль (шаблон) оформления; следует избегать стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; дизайн презентации не должен противоречить содержанию
Колонтитул	Каждый слайд должен содержать нижний колонтитул, отображающий информацию: фамилию и инициалы студента, и наименование темы работы
Фон	для фона желательно использовать цвета пастельных тонов
Использование цвета	цветовая гамма текста должна состоять не более чем из двух-трех цветов; назначить каждому из текстовых элементов свой цвет (например, заголовки - зеленый, текст - черный и т.п.
Анимационные эффекты	анимационные эффекты использовать в презентации запрещено, если это не предусмотрено тематикой работы
Содержание информации	на слайде используют короткие слова и предложения; заголовки должны привлекать внимание аудитории
Расположение информации на странице	предпочтительно горизонтальное расположение информации
Нумерация страниц	каждый слайд, кроме титульного должен быть пронумерован (размер шрифта: 16 пт)
Текстовая информация	размер шрифта: 24 - 48 пт (заголовков), 20 - 32 пт (обычный текст); цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не «резать» глаза; тип шрифта: для заголовка и основного текста гладкий шрифт без засечек (Arial); курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста.
Способы выделения информации	следует использовать: рамки; границы, заливку; штриховку, стрелки; рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.
Графическая информация	для наглядного отображения и сравнения данных рекомендуется использовать диаграммы; все рисунки, диаграммы, графики должны иметь заголовки; рисунки и диаграммы должны соответствовать содержанию; рисунки, фотографии, диаграммы призваны дополнить текстовую информацию или передать ее в более наглядном виде; желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки; цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда

Объем информации	не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом текстовой информации
Требования к оформлению заголовков	точку в конце заголовка не ставить; не следует писать длинные заголовки
Виды слайдов	для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: с текстом; с таблицами; с диаграммами и т.п.

Требования к содержанию презентации

Содержание презентации должно быть четко структурировано. Это относится как к плану устного выступления, так и к визуальным элементам.

Каждый новый слайд должен логически вытекать из предыдущего и одновременно подготавливать появление следующего (лучший способ проверить правильно ли построена презентация, – быстро прочитать только заголовки, если после этого станет ясно, о чем презентация – значит, структура построена верно).

Слайды, сопровождающие доклад, должны обеспечить полное и точное представление материала в максимально удобной для восприятия форме в пределах отведенного времени. Они должны отражать ключевые моменты доклада, но не дублировать его. А также содержать материал, который либо трудно, либо долго описывать словами. Слайды позволяют «оживить» доклад и избежать монотонности.

Автор при изложении материала доклада должен строго следовать последовательности слайдов.

Таблица 3. Требования к содержанию презентации

№ слайда	Содержание
Слайд № 1	Титульный слайд: Наименование учредителя (все буквы прописные, размер шрифта – 16 пт.) Полное наименование колледжа (все буквы строчные, кроме слова «Дальнегорский» размер шрифта – 16 пт.) Наименование вида работы (все буквы прописные, размер шрифта – 20-24 пт.) Наименование темы (размер шрифта – не менее 20 пт, жирный), Номер группы, Ф.И.О. студента, Ф.И.О. руководителя (размер шрифта – 16 пт.) Место и год составления презентации
Слайд № 2	Содержит актуальность и цель работы
Слайд № 3	Должен описывать задачи, которые необходимо решить в ходе выполнения работы (общий объём слайда – не более 10 строк текста)
Слайд № 4	Слайд может быть посвящен теоретической части работы (если без этого слайда невозможно выстроить логично и последовательно доклад)
Слайды № 5 - ...	На слайдах размещается информация по практической части работы, представленная в виде рисунков, таблиц, графиков или диаграмм
Заключительный слайд	Заключение, выводы

После создания презентации необходимо отрепетировать ее показ и свое выступление, проверить, как будет выглядеть презентация в целом (на экране компьютера или проекционном экране), как она воспринимается из разных мест аудитории, при разном освещении, шумовом сопровождении, в обстановке, максимально приближенной к реальным условиям выступления.

Критерии оценки ответов

Оценка «5».

Содержание. Содержание работы полностью соответствует теме исследования и излагается последовательно. Достигнуто стилевое единство и выразительность текста. Работа отличается богатством словаря, синтаксических конструкций и точностью словоупотребления. Фактические ошибки отсутствуют. Допускается 1- 2 речевых недочета. Наиболее важная информация располагается в центре экрана. Использованы шрифты одного типа. Для выделения информации использованы рамки, границы. Объем информации на слайдах – не более трех фактов. Оформление слайдов: соблюден единый стиль оформления, использовано не более трех цветов на слайде.

Оценка «4».

Содержание. Содержание работы соответствует теме исследования. Достигнуто стилевое единство и выразительность текста. В работе допущена фактическая ошибка. Допускается 3 -4 речевых недочета. Наиболее важная информация располагается в центре экрана. Использованы шрифты разных типов. Для выделения информации использованы рамки, границы. Допускается незначительная перегрузка слайда информацией. Оформление слайдов: соблюден единый стиль оформления, использовано более трех цветов на слайде.

Оценка «3».

Содержание. В работе допущены существенные отклонения от темы. Имеются отдельные фактические неточности. Допущены нарушения в последовательности изложения. Беден словарь, встречается неправильное словоупотребление. Стиль работы не отличается единством, речь недостаточно выразительна. Допущены нарушения в расположении информации, в перегрузке слайдов информацией. Оформление слайдов: единый стиль оформления нарушен, использовано более трех цветов на слайде.

6.Зачетная ведомость

4.Экзамен (8 семестр)

1.Форма проведения: письменная (тестирование).

2.Условия выполнения:

Инструкция для обучающихся.

Время выполнения: 90 мин.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники:

- Матвеев А.П. Методика физического воспитания в начальной школе: Учебное пособие для
Требования охраны труда: выполнение норм СанПин.

3.Пакет экзаменатора

3.1. Перечень тем, выносимых на экзамен:

Тема 1.1. Теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи

Тема 1.2. Теоретические основы и методика планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации

Тема 1.3. Создание предметно-развивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях

Тема 2.1. Технология подготовки, оформления и Представления методического материала

Тема 3.1. Методологические основы исследования

Тема 3.2. Основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования.

Тема 3.3. Оформление и защита студенческой исследовательской работы

Тема 3.4. Основы проектной деятельности в образовании.

3.2. Практические задания к экзамену

Часть А: 10 вопросов с выбором ответа

1. Каков уровень когнитивной деятельности, когда студенты анализируют и выделяют основные принципы теоретических основ методической деятельности в адаптивном физическом воспитании? а) Понимание б) Анализ с) Синтез d) Оценка
2. Какие требования к оформлению документации должны быть учтены при планировании адаптивного физического воспитания? а) Требования к дизайну б) Требования к печати с) Требования к структуре и содержанию d) Требования к цветовой гамме
3. Какой этап включает в себя создание предметно-развивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях? а) Подготовка методических материалов б) Организация исследований с) Оформление студенческой исследовательской работы d) Разработка плана воспитательной деятельности
4. Какой вид деятельности относится к технологии подготовки, оформления и представления методического материала? а) Экспериментальная работа б) Исследование с) Проектирование d) Подготовка презентаций.
5. Какие методологические основы используются в исследованиях в области адаптивного физического воспитания? а) Методы анатомии б) Методы физики с) Методы педагогики d) Методы химии.
6. Как организовать опытно-экспериментальную работу в сфере образования?
а) Провести лекции б) Провести занятия на открытом воздухе с) Разработать и провести эксперимент d) Оформить методический материал.
7. Что включает в себя тема "Оформление и защита студенческой исследовательской работы"?
а) Подготовка презентаций б) Работа с методическим материалом с) Оформление и защита научных исследований d) Проектирование уроков.
8. Какие темы могут быть связаны с теоретическими основами методической деятельности в адаптивном физическом воспитании? а) Исследование природы б) Психологические аспекты обучения с) Астрономические явления d) Технические новинки.
9. Какой уровень когнитивной деятельности включает в себя планирование адаптивного физического воспитания? а) Понимание б) Анализ с) Синтез d) Оценка.
10. Какие документы могут быть частью оформления соответствующей документации адаптивного физического воспитания? а) Рецензии на книги б) Записки о путешествиях с) Педагогические карты d) Рецепты блюд.

Часть В.

Вставьте пропущенные слова.

1. В адаптивном физическом воспитании особое внимание уделяется _____ подходов к каждому учащемуся. Это предполагает учет особенностей развития и специфики здоровья каждого ребенка, подростка или молодого человека. Таким образом, при планировании уроков и занятий необходимо использовать _____ методы и задания, учитывая индивидуальные потребности учеников.

2. Одним из ключевых аспектов планирования адаптивного физического воспитания является _____ индивидуальных планов для каждого обучающегося. В этих планах следует учитывать не только физические параметры, но и _____ особенности, чтобы обеспечить максимальную адаптацию к учебному процессу. Требования к оформлению документации также включают в себя _____ и _____ информации, обеспечивая надлежащую документацию для эффективного мониторинга прогресса.

3. При создании предметно-развивающей среды важно учесть принципы _____ дизайна. Это предполагает, что окружающая среда и образовательные материалы должны быть доступными и поддерживать разнообразные потребности обучающихся. Также необходимо предусмотреть _____ средства и оборудование, чтобы обеспечить полноценное включение всех учащихся в физическую активность и образовательные мероприятия.

Часть С.

1. Объясните, почему в адаптивном физическом воспитании важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка. Приведите примеры методов адаптации занятий в зависимости от физических, психологических или социальных особенностей детей.

2. Объясните роль семьи в успешной адаптации детей с особыми потребностями к занятиям физической культурой. Предложите конкретные методы вовлечения семей в процесс адаптивного физического воспитания.

Эталоны ответов на вопросы

Часть А. 1. В; 2. С; 3. D; 4. D; 5. С; 6. С; 7. С; 8. В; 9. С; 10. С.

Часть В. Вставьте пропущенные слова.

1. Индивидуализации; дифференцированные.
2. Составление; психосоциальные; четкость; полноту.
3. Универсального; адаптированные.

Часть С.

1. В адаптивном физическом воспитании индивидуальный подход к каждому ребенку является основополагающим принципом. Это связано с тем, что дети могут иметь различные уровни физической подготовки, специфические потребности, а также различные социальные и психологические особенности. Адаптация занятий позволяет эффективно включать детей с разными потребностями, создавая условия для оптимального развития каждого ребенка.

2. Семья играет ключевую роль в поддержке и стимулировании занятий физической культурой для детей с особыми потребностями. Вовлечение семей в процесс адаптивного физического воспитания способствует созданию благоприятной среды для развития физических навыков и социальной адаптации. Методы вовлечения могут включать в себя проведение родительских мастер-классов, консультации по адаптации физических упражнений для выполнения в домашних условиях и другие формы сотрудничества.

5. Экзаменационная ведомость.

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
У2 - определять цели и задачи, планировать адаптивное физическое воспитание обучающихся в образовательном учреждении ОК 01- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 4 осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 9 - осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ОК 12 - владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности ПК 3.2 - систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов	- определяет цели и задачи УМК, - умеет планировать урок - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - проектирует образовательный процесс на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных и примерных адаптированных основных образовательных программ с учетом особенностей развития обучающихся - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - работает в коллективе и команде, взаимодействует с руководством, коллегами и социальными партнерами - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности-владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
У3 - осуществлять планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии ОК2—организовывать собственную деятельность, определять методы решения	- осуществляет планирование с учетом возрастно-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии – составляет различные виды планов, оценивает их эффективность и качество

профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации
У4 - определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; - адаптировать имеющиеся методические разработки ОК6 - работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами	- применяет приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений - соблюдает технику безопасности на занятиях - определяет педагогические проблемы методического характера и находит способы их решения; - адаптирует имеющиеся методические разработки - работает в коллективе и команде, взаимодействует с руководством, коллегами и социальными партнерами
Знать:	
З1 - теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи	- теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи
З2 - теоретические основы, методику планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации	- теоретические основы, методику планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации
З3 - особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях	- особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях
З4 - педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметноразвивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях	- педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметноразвивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях

Критерии оценки ответов, обучающихся:

Оценка «5» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В + 50% заданий части С

Оценка «4» - выполнено 80% заданий части А + 50% заданий части В

Оценка «3» - выполнено 80% заданий части А

Оценка «2» - выполнено менее 80% заданий части А

5. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

1. Форма проведения: устно (по билетам).

2. Условия выполнения

Инструкция для обучающихся:

Уважаемые студенты!

Вы присутствуете на комплексном экзамене по ПМ.03 Методическое обеспечение процесса адаптивного физического воспитания. Данный экзамен состоит из двух частей: устный ответ на теоретический вопрос, письменная разработка практического задания. Не забывайте делать перерывы в работе. Желаем вам успехов в сдаче экзамена!

Время выполнения: 180 мин.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся.

Технические средства обучения: нет.

Информационные источники: нет.

3. Пакет экзаменатора:

3.1. Перечень тем, выносимых на экзамен:

Тема 1.1. Теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи

Тема 1.2. Теоретические основы и методика планирования адаптивного физического воспитания и требования к оформлению соответствующей документации

Тема 1.3. Создание предметно-развивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях

Тема 2.1. Технология подготовки, оформления и Представления методического материала

Тема 3.1. Методологические основы исследования

Тема 3.2. Основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования.

Тема 3.3. Оформление и защита студенческой исследовательской работы

Тема 3.4. Основы проектной деятельности в образовании.

3.2 Перечень вопросов, выносимых на экзамен.

1. Какова роль методического обеспечения в процессе адаптивного физического воспитания?

2. Какие основные принципы лежат в основе разработки методических материалов для адаптивного физического воспитания?

3. Какие задачи ставит перед собой методическое обеспечение в процессе адаптивного физического воспитания?

4. Каковы особенности планирования занятий по адаптивному физическому воспитанию?

5. Какие методы и приемы используются при оценке адаптивных физических упражнений?

6. Каковы критерии выбора адаптивных физических упражнений для различных категорий людей?

7. Какие адаптивные технологии можно применять в процессе физического воспитания?

8. Какова роль индивидуального подхода при проведении адаптивных занятий?

9. Какие адаптивные физические упражнения могут быть эффективными для людей с ограниченными возможностями?

10. Как организовать безопасность при проведении занятий адаптивным физическим воспитанием?

11. Какие факторы следует учитывать при выборе средств обучения в адаптивном физическом воспитании?
12. Какова роль мониторинга и анализа результатов при оценке эффективности адаптивных программ?
13. Каким образом можно интегрировать адаптивное физическое воспитание в общую систему образования?
14. Каковы особенности работы с различными возрастными группами в контексте адаптивного физического воспитания?
15. Какие психологические аспекты следует учитывать при взаимодействии с учащимися в процессе адаптивного физического воспитания?
16. Какие методы стимулирования интереса и мотивации можно применять в адаптивном физическом воспитании?
17. Как обеспечить доступность адаптивных занятий для различных категорий людей?
18. Какова роль технологий в процессе адаптивного физического воспитания?
19. Какие принципы эффективной коммуникации с учащимися важны при проведении адаптивных занятий?
20. Какие перспективы развития адаптивного физического воспитания в современном образовании?

Эталоны ответов

1. Методическое обеспечение в адаптивном физическом воспитании играет ключевую роль в создании эффективной образовательной среды. Оно включает в себя:

- Разработку индивидуализированных программ тренировок, учитывающих физические, психологические и медицинские особенности каждого учащегося.
- Предоставление методов адаптации стандартных упражнений и спортивных игр для различных уровней физической подготовленности и возможностей.
- Создание специальных пособий и материалов, направленных на обучение учащихся основам здорового образа жизни и физической активности.

- Обеспечение поддержки педагогов в оценке и анализе индивидуального прогресса каждого учащегося.

- Содействие в формировании позитивного отношения к занятиям физической культурой, развивая интерес и мотивацию к здоровому образу жизни.

Таким образом, методическое обеспечение способствует успешной адаптации физической активности к разнообразным потребностям учащихся, обеспечивая им полноценное участие в процессе физического воспитания.

2. Принципы разработки методических материалов для адаптивного физического воспитания включают:

Индивидуализация: Учет индивидуальных особенностей учеников, их физического состояния и уровня подготовленности.

Дифференциация: Создание материалов, адаптированных к разным уровням способностей и активности учащихся.

Вариативность: Предоставление разнообразных упражнений и заданий, позволяющих выбирать подходящие варианты.

Постепенность: Плавное увеличение сложности и интенсивности упражнений для избежания переутомления и травм.

Вовлеченность: Активное участие учащихся, создание условий для самостоятельного поиска и открытий.

Адаптация: Готовность реагировать на изменения в физическом состоянии и потребностях учащихся.

Позитивное обучение: Стимулирование позитивного отношения к физической активности и достижению успехов в занятиях.

3. Методическое обеспечение в процессе адаптивного физического воспитания ставит перед собой ряд задач:

Индивидуализация обучения: Разработка методик и материалов, учитывающих особенности каждого ученика.

Создание дифференцированных программ: Разнообразие упражнений и задач для адаптации к разным уровням физической подготовки.

Формирование мотивации: Разработка методов, способствующих вовлечению учащихся в физическую активность и поддерживающих интерес к занятиям.

Обеспечение безопасности: Разработка инструкций и рекомендаций по безопасному выполнению упражнений, учитывая особенности здоровья учащихся.

Адаптация программ по мере необходимости: Гибкость и способность быстро реагировать на изменения в физическом состоянии учащихся.

Обеспечение доступности обучения: Создание условий, позволяющих учащимся с различными физическими ограничениями полноценно участвовать в занятиях.

Развитие позитивного отношения к физической активности: Формирование у учащихся положительного восприятия занятий спортом и физической активностью.

Оценка и коррекция: Разработка методов оценки физического развития и коррекции программ в зависимости от результатов.

Сотрудничество с родителями и специалистами: Взаимодействие с родителями учащихся, медицинскими специалистами и другими сторонами для максимальной эффективности адаптации занятий.

4. Особенности планирования занятий по адаптивному физическому воспитанию включают:

Индивидуализация плана: Учет индивидуальных особенностей и потребностей каждого учащегося при разработке занятий.

Дифференциация уровней сложности: Включение в план занятий различных уровней сложности упражнений и задач для соответствия разным уровням физической подготовки.

Гибкость и адаптивность: Возможность быстро изменять план занятий в зависимости от потребностей и изменений в физическом состоянии учащихся.

Безопасность: Предварительная оценка рисков и включение безопасных упражнений в план, учитывая особенности здоровья учащихся.

Вариативность: Предоставление разнообразных вариантов упражнений и заданий для удовлетворения различных интересов и потребностей.

Учет доступности оборудования: Планирование занятий с учетом наличия адаптированных спортивных приспособлений и оборудования для разных физических возможностей.

Мотивационный аспект: Включение в план мероприятий, способствующих мотивации учащихся к регулярным занятиям и достижению целей.

Оценка и коррекция: Установка ясных критериев оценки, а также возможность корректировки плана в зависимости от результатов и динамики прогресса.

Коммуникация и сотрудничество: Планирование мероприятий с учетом взаимодействия с родителями, медицинскими специалистами и другими участниками образовательного процесса для обеспечения успешности адаптации.

5. При оценке адаптивных физических упражнений используются различные методы и приемы:

Наблюдение: Визуальная оценка выполнения упражнений инструктором или тренером для выявления технических навыков и соблюдения правильной формы.

Анкетирование и интервью: Сбор информации от учащихся о своем восприятии урока, уровне комфорта, удовлетворенности занятиями и физическими ощущениями.

Тестирование физической активности: Использование стандартных тестов для оценки уровня физической активности, выносливости, силы и гибкости учащихся.

Функциональные тесты: Оценка функциональных возможностей учащихся, таких как баланс, координация и моторика.

Антропометрические измерения: Измерение параметров телосложения и физического развития, таких как рост, вес, обхват груди, для оценки прогресса.

Самооценка и самоконтроль: Вовлечение учащихся в оценку своего физического состояния, уровня удовлетворенности и постановку личных целей.

Оценка общей активности: Использование технологий и устройств (например, фитнес-трекеров) для отслеживания уровня физической активности учащихся в течение времени.

Динамическое тестирование: Оценка изменений в физическом состоянии учащихся в течение времени, чтобы адаптировать программы и методику занятий.

Эти методы и приемы позволяют создать комплексный подход к оценке адаптивных физических упражнений, учитывая как технические, так и индивидуальные аспекты.

6. При выборе адаптивных физических упражнений для различных категорий людей учитываются следующие критерии:

Физическое состояние и уровень подготовки: Учитываются индивидуальные особенности физического здоровья, текущий уровень физической активности и подготовленности учащихся.

Возрастные особенности: Выбор упражнений адаптируется под возрастные характеристики, уровень энергии и особенности физического развития соответствующей возрастной группы.

Наличие ограничений и заболеваний: Учет медицинских противопоказаний и ограничений, чтобы предотвратить травмы и обеспечить безопасность занятий.

Индивидуальные цели: Соотнесение упражнений с индивидуальными физическими целями, которые ставит перед собой каждый учащийся.

Мотивация и интересы: Выбор упражнений, которые соответствуют интересам и мотивациям учащихся, чтобы поддерживать их участие в физической активности.

Социальные и культурные аспекты: Учитываются культурные особенности и предпочтения, а также возможность проведения занятий в группах для улучшения социального взаимодействия. Возможности доступности оборудования: Выбор упражнений, которые соответствуют наличию адаптированных спортивных приспособлений и оборудования.

Динамичность и вариативность: Включение динамичных и разнообразных упражнений, чтобы предоставить различные варианты тренировок в зависимости от предпочтений и потребностей. Выбор адаптивных упражнений должен быть гибким и основан на комплексном подходе, учитывая разнообразные факторы, чтобы обеспечить максимальную эффективность и безопасность занятий.

7. В процессе физического воспитания могут применяться различные адаптивные технологии, направленные на улучшение учебного процесса и удовлетворение потребностей разнообразных групп учащихся. Некоторые из таких технологий включают:

Фитнес-трекеры и приложения: Позволяют отслеживать уровень физической активности, измерять пульс, шаги, калории, что помогает мотивировать учащихся и адаптировать тренировочные программы.

Виртуальная реальность (VR): Создание виртуальных сред для проведения занятий, где учащиеся могут участвовать в интересных сценариях и тренировках, что способствует большей мотивации.

Аудио и видео материалы: Использование аудио- и видеоинструкций для наглядного представления техники выполнения упражнений и обеспечения лучшего понимания материала.

Адаптированные спортивные приспособления: Разработка специальных инструментов и оборудования для облегчения упражнений и тренировок для людей с ограниченными возможностями.

Игровые технологии (exergaming): Использование видеоигр, которые требуют физической активности (например, Nintendo Wii Fit), для увлекательного сочетания физических упражнений и развлечения.

Мобильные приложения для тренировок: Предоставление персонализированных тренировочных программ, поддержки и мониторинга физического состояния через мобильные устройства.

Специализированные программы обучения через Интернет: Использование онлайн-курсов и платформ для дистанционного обучения с возможностью адаптации материалов под индивидуальные потребности.

Бесконтактные игры и занятия: Внедрение технологий для проведения занятий с минимальным физическим контактом, что может быть важно в условиях пандемии или для учащихся с ограниченными возможностями.

Применение таких технологий в физическом воспитании способствует более эффективному адаптивному обучению, повышению мотивации и снижению барьеров для вовлечения всех учащихся в физическую активность.

8. Индивидуальный подход играет ключевую роль при проведении адаптивных занятий в физическом воспитании. Этот подход ориентирован на учет уникальных особенностей каждого учащегося и создание условий для максимально эффективного участия в физической активности. Роль индивидуального подхода включает в себя:

Учет физического состояния: Адаптация упражнений и программы под уровень физической подготовленности, здоровья и ограничений каждого учащегося.

Развитие персональных целей: Помощь учащимся в определении своих индивидуальных физических целей и планирование занятий в соответствии с этими целями.

Дифференцированный подход: Предоставление разнообразных вариантов упражнений и заданий, учитывая различные уровни способностей и интересы.

Индивидуализированные инструкции: Предоставление детальных инструкций и демонстраций, чтобы каждый учащийся мог понимать и выполнять упражнения правильно.

Адаптация оборудования: Использование специализированных спортивных приспособлений и оборудования для обеспечения доступности занятий для всех.

Оценка и коррекция: Регулярная оценка прогресса каждого учащегося и внесение корректив в программу в соответствии с его индивидуальными потребностями.

Создание поддерживающей среды: Содействие созданию положительной и поддерживающей атмосферы, где каждый учащийся чувствует себя комфортно и мотивированно.

Коммуникация и взаимодействие: Активное общение с учащимися, родителями и другими специалистами для получения обратной связи и коррекции методик в соответствии с потребностями.

Индивидуальный подход в адаптивных занятиях создает условия для более эффективного обучения, повышения уровня мотивации и удовлетворенности учащихся.

9. Адаптивные физические упражнения для людей с ограниченными возможностями должны быть разнообразными и адаптированными под конкретные потребности каждого индивида. Ниже приведены примеры таких упражнений:

1. Аэробные упражнения:

- Ходьба с опорой: Использование тростей, ходунков или других поддерживающих средств для занятий аэробикой.

- Велотренажер: Безопасные упражнения на стационарном велотренажере, которые развивают кардио-сосудистую выносливость.

2. Упражнения для укрепления мышц:

- Упражнения на нижние конечности: например, подъем ног в положении сидя или лежа.

- Использование легких гантелей: Упражнения с гантелями для укрепления верхних конечностей.

3. Гибкостные и растяжочные упражнения:

- Йога и пилатес: Адаптированные упражнения для улучшения гибкости и силы тела.

- Растяжка с использованием лент и полотенец: для развития гибкости.

4. Упражнения для равновесия и координации:

- Упражнения на одной ноге: Улучшение равновесия и координации.

- Игры с мячами и мягкими подушками: для тренировки координации и развития моторики.

5. Водные занятия:

- Аквааэробика: Занятия в воде для уменьшения нагрузки на суставы и развития силы.

- Плавание: Безопасное упражнение для улучшения кардио-сосудистой выносливости.

6. Танцевальные упражнения:

- Адаптированные танцы: Использование движений и стилей танцев, соответствующих физическим возможностям.

7. Упражнения на тренажерах с адаптациями:

- Эллиптический тренажер: Использование тренажеров с ручками для согласованных движений верхних и нижних конечностей.

- Роторные тренажеры: Упражнения, предназначенные для тренировки вращательных движений.

8. Специализированные виды спорта:

- Бочче: Игра для людей с ограниченными физическими возможностями.

- Паравелик: Адаптированный велосипед с трехколесной поддержкой.

Эффективные адаптивные упражнения должны быть подобраны с учетом индивидуальных особенностей и ограничений каждого человека, чтобы обеспечить безопасность и максимальную эффективность тренировок.

10. Организация безопасности при проведении занятий адаптивным физическим воспитанием включает в себя ряд важных аспектов:

Оценка физического состояния учащихся: перед началом занятий необходимо провести анкетирование и консультации с учащимися, чтобы оценить их здоровье, физические возможности и наличие ограничений.

Предварительный медицинский осмотр: рекомендуется провести предварительный медицинский осмотр учащихся с ограниченными возможностями для выявления особенностей и ограничений, а также получения рекомендаций от врачей.

Обучение инструкторов и тренеров: Персонал, работающий с адаптивной группой, должен быть обучен основам безопасности, уметь проводить адаптированные упражнения и реагировать на возможные ситуации.

Индивидуальный подход: учитывать индивидуальные потребности каждого учащегося, особенности его здоровья, а также следить за возможными изменениями в физическом состоянии.

Адаптация оборудования: использовать специализированные средства и оборудование для обеспечения безопасности занятий, например, спортивные приспособления, предотвращающие травмы.

Система сигнализации и связи: В случае проведения занятий в открытом пространстве или на большой площади, обеспечить наличие системы связи для оперативного взаимодействия.

Регулярные паузы и отдых: предусмотреть регулярные перерывы, чтобы предотвратить переутомление и обеспечить отдых для учащихся.

Эвакуационные планы: разработать планы эвакуации и знакомить учащихся с ними, особенно в случае проведения занятий в специальных условиях или на открытом воздухе.

Персональные средства безопасности: обеспечить наличие средств индивидуальной защиты, таких как защитные нарукавники, коленные накладки и другие средства, если это необходимо.

Обеспечение доступности помещения: сделать помещение, где проводятся занятия, доступным для людей с ограниченными возможностями, устроить рампы, поручни и другие средства для обеспечения доступности.

Адекватное медицинское обеспечение: при наличии учащихся с серьезными медицинскими проблемами, иметь систему медицинской поддержки или вызова скорой помощи при необходимости.

Организация безопасности в адаптивном физическом воспитании требует комплексного подхода, включающего в себя как предварительные меры, так и готовность к оперативному реагированию на различные ситуации.

11. При выборе средств обучения в адаптивном физическом воспитании следует учитывать ряд факторов, чтобы обеспечить эффективность и безопасность обучения. Вот некоторые из этих факторов:

Индивидуальные потребности: Средства обучения должны быть адаптированы под индивидуальные потребности учащихся с учетом их физических ограничений, уровня подготовленности и целей.

Безопасность: Выбранные средства обучения должны обеспечивать безопасность для учащихся с ограниченными возможностями. Это может включать в себя специализированный инвентарь, мягкие поверхности, предотвращающие травмы, и т.д.

Универсальная доступность: Средства обучения должны быть доступными для всех учащихся, независимо от их физических ограничений. Например, использование адаптированных инвентарей или технологий.

Мотивационный аспект: Средства обучения должны быть мотивирующими для учащихся. Это могут быть игровые элементы, интересные сценарии, приложения или другие технологии, стимулирующие учеников к активному участию.

Дифференцированный подход: Средства обучения должны предоставлять возможность для дифференциации, учитывая разные уровни физической подготовки и способностей учащихся.

Система обратной связи: Наличие системы обратной связи помогает учащимся следить за своими успехами, а также получать рекомендации и коррекции от инструкторов.

Вариативность и гибкость: Средства обучения должны предоставлять разнообразные варианты занятий и быть гибкими для адаптации под изменения в физическом состоянии учащихся.

Специальные технологии: Использование технологий, таких как виртуальная реальность, мобильные приложения и аудио-визуальные материалы, способствует эффективному обучению.

Сотрудничество с медицинскими специалистами: при выборе средств обучения важно сотрудничество с медицинскими специалистами, чтобы учесть медицинские рекомендации и ограничения.

Учитывая эти факторы, педагоги и инструкторы могут эффективно выбирать средства обучения, обеспечивая максимальную поддержку и эффективность адаптивного физического воспитания.

12. Роль мониторинга и анализа результатов при оценке эффективности адаптивных программ в адаптивном физическом воспитании:

Оценка Прогресса и Динамики: Мониторинг и анализ позволяют следить за физическим прогрессом учащихся с ограниченными возможностями, выявлять позитивные изменения и измерять динамику достижений.

Индивидуализация программ: Результаты мониторинга помогают адаптировать программы под каждого учащегося, учитывая его индивидуальные потребности, способности и цели.

Оценка Соответствия Целям: Анализ результатов позволяет оценить, насколько адаптивные программы соответствуют поставленным целям и требованиям, и вносить коррективы в случае необходимости.

Коррекция Методики: на основе мониторинга можно корректировать методику занятий, внедрять новые подходы и методы в соответствии с эффективностью и потребностями учащихся.

Определение Эффективности Инвентаря: если в адаптивных программах используется специализированный инвентарь и оборудование, мониторинг помогает оценить их эффективность и вносить необходимые улучшения.

Сопоставление с Нормами и Стандартами: Результаты мониторинга могут быть сопоставлены с общепринятыми нормами и стандартами, что позволяет оценить эффективность адаптивных программ на фоне общих требований.

Мотивация и Участие: Мониторинг помогает отслеживать уровень мотивации и участия учащихся, а также выявлять факторы, которые могут повлиять на их активность в физических занятиях.

Оценка Безопасности: путем мониторинга результатов можно оценивать безопасность занятий, выявлять потенциальные риски и внедрять меры для их предотвращения.

Система Ответности: Мониторинг предоставляет информацию для системы отчетности, которая может использоваться для обоснования эффективности программы перед заинтересованными сторонами, включая родителей, администрацию и медицинский персонал.

Мониторинг и анализ результатов являются ключевыми элементами в оценке и улучшении адаптивных программ, позволяя создавать более эффективные и индивидуально ориентированные подходы к физическому воспитанию.

13. Интеграция адаптивного физического воспитания в общую систему образования требует комплексного подхода и учета различных аспектов. Вот несколько способов, как это можно осуществить:

Разработка Индивидуализированных Учебных Планов: Создание индивидуализированных учебных планов для учащихся с ограниченными физическими возможностями, учитывающих их потребности и цели в области физического воспитания.

Обучение и Поддержка Педагогов: Обеспечение учителей общего образования соответствующими знаниями и навыками в области адаптивного физического воспитания. Обучение может включать методы работы с разнообразными ограничениями, использование специализированных оборудования и т.д.

Создание Адаптированных Учебных Материалов: Разработка и использование учебных материалов, которые могут быть легко адаптированы для различных уровней физической подготовленности и ограничений учащихся.

Инфраструктурные Изменения: Внесение изменений в школьную инфраструктуру для обеспечения барьеров для учащихся с ограниченными возможностями, такие как доступные спортивные площадки и помещения, адаптированные раздевалки и туалеты.

Создание Инклюзивных Спортивных Классов: Интеграция учащихся с ограниченными возможностями в общие физические занятия, при этом обеспечивается поддержка индивидуальных потребностей и адаптация упражнений.

Вовлечение Родителей и Специалистов: Включение родителей учащихся и медицинских специалистов в процесс планирования и оценки адаптивных программ, обеспечивая тесное взаимодействие и обмен информацией.

Сотрудничество с Общественными Организациями: Взаимодействие с общественными организациями, занимающимися вопросами инклюзивности и поддержки людей с ограниченными возможностями, для обмена опытом и ресурсами.

Обеспечение Технической Поддержки: Использование технических средств, таких как адаптивные спортивные приспособления, программное обеспечение и технологии, которые могут помочь в индивидуализации обучения.

Оценка и Мониторинг Эффективности: Внедрение системы оценки и мониторинга результатов адаптивных программ для регулярного анализа эффективности и внесения корректив при необходимости.

Интеграция адаптивного физического воспитания в общую систему образования требует совместных усилий педагогов, родителей, администрации и специалистов, чтобы создать включительную и поддерживающую образовательную среду для всех учащихся.

14. Работа с различными возрастными группами в контексте адаптивного физического воспитания требует учета особенностей каждой возрастной категории, их физического и психологического развития. Вот некоторые общие особенности, которые стоит учитывать:

Дошкольный возраст (3-6 лет):

- Внимание к развитию базовых двигательных навыков, координации и баланса.
- Использование игровых элементов и веселых форматов занятий для стимуляции интереса и мотивации.
- Краткие и разнообразные упражнения, учитывающие короткое внимание детей.

Младший школьный возраст (7-10 лет):

- Углубление в основы физической грамотности, включая бег, прыжки, метание и другие базовые двигательные умения.
- Введение элементов командной игры для развития социальных навыков.
- Использование разнообразных методов обучения, включая визуальные демонстрации и мнемонические приемы.

Старший школьный возраст (11-14 лет):

- Фокус на развитие выносливости, силы и гибкости.
- Развитие навыков сотрудничества и лидерства через командные занятия и спортивные игры.
- Адаптация программы под индивидуальные предпочтения и интересы подростков.

Подростковый возраст (15-18 лет):

- Более сложные тренировочные программы, направленные на улучшение физической формы и подготовки к специализированным видам спорта.
- Учет психосоциальных аспектов, связанных с изменениями в теле и самооценкой.
- Поддержка самостоятельности и ответственности за свое физическое здоровье.

Молодежь и взрослые (18 лет и старше):

- Персонализированные программы, учитывающие индивидуальные потребности и уровень физической подготовки.
- Фокус на поддержание общего физического здоровья и профилактику травм.
- Возможность участия в адаптированных видах спорта или рекреационных занятиях.

Пожилой возраст (60+ лет):

- Основное внимание на укрепление мышц, гибкость и поддержание общей подвижности.
- Бережное внедрение аэробных упражнений с учетом индивидуальных ограничений и здоровья.

- Фокус на социальном взаимодействии и поддержке ментального здоровья через групповые занятия.

Важно учитывать индивидуальные особенности каждой возрастной группы, применять разнообразные методы обучения и создавать позитивное обучающее окружение, способствующее физическому развитию и общему благополучию участников.

15. При взаимодействии с учащимися в процессе адаптивного физического воспитания важно учитывать ряд психологических аспектов:

Индивидуальные потребности и способности: учитывайте разнообразие индивидуальных потребностей и способностей учащихся. Адаптируйте подход в зависимости от уровня физической подготовленности, мотивации и психологических особенностей каждого.

Поддержка и Поощрение: обеспечивайте поддержку и поощрение как физически, так и эмоционально. Положительная обратная связь и поощрение могут стимулировать мотивацию и улучшение результатов.

Формирование Позитивного Опыта: старайтесь создать положительный опыт в области физической активности. Это поможет учащимся ассоциировать занятия с приятными впечатлениями, что способствует долгосрочной мотивации.

Уважение к Индивидуальности: уважайте индивидуальность каждого учащегося. Это включает в себя уважение к их предпочтениям, культурным особенностям, а также учет физических и психологических ограничений.

Создание Безопасного Пространства: обеспечивайте безопасное и поддерживающее окружение. Это важно для учащихся с ограниченными возможностями, которые могут испытывать более высокий уровень стресса или тревожности.

Сотрудничество и Коммуникация: стимулируйте сотрудничество и коммуникацию между учащимися. Это помогает создать сильный социальный связующий элемент и улучшить общее эмоциональное состояние группы.

Учет Эмоционального Состояния: будьте внимательными к эмоциональному состоянию учащихся. Помните, что адаптивное физическое воспитание может вызывать разные эмоции, и важно предоставлять поддержку в случае необходимости.

Стимулирование Самостоятельности: поощряйте учащихся к самостоятельности в обучении и выполнении упражнений. Это способствует развитию их ответственности за свои физические возможности.

Учет Индивидуальных Целей: интегрируйте индивидуальные цели учащихся в программу обучения. Это может усилить их мотивацию и интерес к занятиям.

Толерантность и Понимание: будьте толерантными и понимающими к различиям среди учащихся. Это включает в себя понимание особенностей каждого и умение поддерживать их на пути физического развития.

Учитывая эти психологические аспекты, педагоги и инструкторы могут создать поддерживающую и стимулирующую обстановку для учащихся в рамках адаптивного физического воспитания.

16. Для стимулирования интереса и мотивации в адаптивном физическом воспитании можно применять разнообразные методы:

Индивидуальный Подход: необходимо учитывать индивидуальные предпочтения, интересы и цели каждого учащегося. Это может включать в себя выбор конкретных видов спорта или упражнений, которые соответствуют их интересам.

Игровые Элементы: внедрять игровые элементы в уроки физического воспитания. Игры создают позитивный опыт, стимулируют соревновательный дух и способствуют обучению новым двигательным навыкам.

Вариативность упражнений: предоставить разнообразие упражнений, чтобы избежать монотонности и поддерживать интерес. Регулярное изменение программы помогает избежать рутины и стимулирует учащихся к участию.

Сотрудничество и командные задания: вовлекать учащихся в совместные деятельности и командные задания. Работа в команде способствует развитию социальных навыков, создает поддерживающую атмосферу и мотивирует через взаимодействие.

Специальные инвентари и оборудование: использовать специализированные инвентари и оборудование, которые могут быть более привлекательными и интересными для учащихся. Например, адаптированные спортивные снаряды или технологические средства.

Организация соревнований и мероприятий: проводить регулярные соревнования и мероприятия. Это может включать в себя внутренние или внешние соревнования, способствующие формированию целей, а также дополнительной мотивации для достижения успеха.

Обратная связь и поощрение: предоставлять четкую обратную связь и поощряйте достижения учащихся. Положительная обратная связь стимулирует усилия, а поощрение создает положительный опыт.

Внедрение технологий: использовать современные технологии в обучении. Мобильные приложения, виртуальная реальность или даже видеоуроки могут сделать занятия более интересными и увлекательными.

Целеполагание и планирование: вовлекать учащихся в процесс целеполагания и планирования. Это помогает создать четкие цели и направлять их усилия на достижение конкретных результатов.

Поддержка со стороны педагогов и родителей: обеспечивать поддержку со стороны учителей, инструкторов и родителей. Открытая коммуникация и поддержка из окружающей среды могут повысить уровень мотивации.

Эти методы, примененные в комбинации, могут создать стимулирующую обстановку, поддерживающую учащихся в процессе адаптивного физического воспитания.

17. Обеспечение доступности адаптивных занятий для различных категорий людей включает в себя несколько аспектов:

Инклюзивность пространства: создавать физические условия, которые обеспечивают доступность для всех. Рассмотрите вопросы доступности к спортивным площадкам, залам и инвентарю, учитывая особенности мобильности и комфорта для всех участников.

Специализированные инвентари и оборудование: обеспечить наличие специализированных инвентарей и оборудования, которые могут быть адаптированы под различные физические ограничения. Это может включать в себя специализированные инвентари, такие как адаптированные мячи, рукоятки, оборудование для поддержки равновесия и другие.

Индивидуальные подходы и программы: разработать индивидуальные программы, учитывающие физические и психологические особенности каждого участника. Это позволяет адаптировать уровень сложности, интенсивность и виды упражнений под индивидуальные потребности.

Обучение и поддержка инструкторов: обучить инструкторов и учителей особенностям работы с различными категориями людей с ограниченными возможностями. Это может включать в себя техники адаптации занятий, а также обучение общению и взаимодействию с учащимися с разными потребностями.

Использование технологий: внедрять технологии, которые могут помочь в адаптации занятий. Виртуальная реальность, мобильные приложения или онлайн-ресурсы могут предоставлять доступ к индивидуализированным тренировкам и рекомендациям.

Доступные варианты занятий: предоставить разнообразные варианты занятий, чтобы участники могли выбирать те, которые соответствуют их интересам и физическим возможностям. Это может включать в себя различные виды физической активности, такие как плавание, йога, танцы и другие.

Сотрудничество с медицинскими специалистами: взаимодействовать с медицинскими специалистами для получения рекомендаций и советов по адаптации занятий в соответствии с медицинскими ограничениями участников.

Оптимизация коммуникации: обеспечить четкую и открытую коммуникацию с участниками и их семьями. Предоставляйте информацию о доступности и адаптации занятий, а также собирайте обратную связь для постоянного улучшения программ.

Финансовая доступность: разрабатывать программы, которые финансово доступны для различных групп населения. Это может включать в себя программы поддержки, скидки или бесплатные занятия.

Обеспечение доступности адаптивных занятий требует комплексного подхода, учета индивидуальных потребностей и активного взаимодействия со всеми участниками процесса.

18. Роль технологий в процессе адаптивного физического воспитания огромна, и они могут эффективно использоваться для улучшения доступности, мотивации и результативности занятий. Вот несколько аспектов роли технологий в данном контексте:

Индивидуализированные программы и приложения: технологические средства могут быть использованы для создания персонализированных программ тренировок и приложений, учитывающих индивидуальные потребности и ограничения учащихся. Это может включать в себя инструкции, видеоролики и интерактивные упражнения.

Виртуальная реальность (VR) и дополненная реальность (AR): VR и AR могут создавать иммерсивные среды для физической активности. Например, виртуальные тренажеры или игры могут быть адаптированы под конкретные потребности, предоставляя учащимся уникальный и мотивирующий опыт.

Мобильные приложения для трекинга и мониторинга: приложения для мобильных устройств позволяют отслеживать физическую активность, измерять пульс, шаги, расход калорий и другие параметры. Это обеспечивает возможность мониторинга прогресса и адаптации программы обучения.

Онлайн-Ресурсы и видеоуроки: интернет и видеоуроки могут быть использованы для обучения новым двигательным навыкам, предоставления инструкций по выполнению упражнений и обеспечения доступа к обучающим материалам в любое удобное время.

Специализированные устройства и оборудование: различные технические средства, такие как адаптированные спортивные приспособления или электронные тренажеры, могут помочь учащимся с ограниченными возможностями активно участвовать в физической активности.

Сенсорные технологии: использование сенсорных технологий, таких как носимые устройства, может предоставлять реальные данные о физической активности и помогать адаптировать программы в соответствии с индивидуальными показателями.

Онлайн-Платформы для сотрудничества и мотивации: создание онлайн-сообществ, платформ для обмена опытом и соревновательных элементов может стимулировать взаимодействие между учащимися, создавая дополнительный источник мотивации.

Технологии дополненной и виртуальной реальности для обучения инструкторов: инструкторы могут использовать технологии VR и AR для обучения более эффективным методам адаптации упражнений и взаимодействия с учащимися с различными потребностями.

Технологии для улучшения доступности: различные технологии, такие как подъемники, рельсы и другие инженерные решения, могут быть внедрены для обеспечения легкого доступа к спортивным объектам и площадкам.

Технологии аудио и видео доступности: создание контента с поддержкой аудио и видео доступности для людей с ограниченными возможностями может обеспечить равный доступ к информации и инструкциям.

Использование технологий в адаптивном физическом воспитании может существенно расширить возможности учащихся и улучшить эффективность образовательного процесса.

19. Эффективная коммуникация с учащимися в процессе адаптивных занятий играет ключевую роль в обеспечении понимания инструкций, поддержки мотивации и создании позитивной обучающей среды. Вот несколько принципов, которые важны при проведении адаптивных занятий:

Ясность и простота: используйте ясные и простые слова, чтобы учащиеся легко могли понять ваши инструкции. Избегайте излишней технической терминологии и старайтесь предоставлять информацию в доступной форме.

Позитивное общение: поддерживайте позитивное общение и используйте мотивационные высказывания. Поощряйте учащихся при достижении целей и подчеркивайте их усилия, что может способствовать улучшению мотивации.

Адаптация к индивидуальным особенностям: учитывайте индивидуальные особенности каждого учащегося при выборе методов коммуникации. Некоторые могут предпочитать визуальные инструкции, в то время как для других более эффективными могут быть устные или тактильные подходы.

Слушание и обратная связь: внимательно слушайте вопросы и замечания учащихся. Предоставляйте конструктивную обратную связь, учитывая их индивидуальные успехи и помогая в преодолении трудностей.

Визуализация и демонстрации: используйте визуализацию и демонстрации для пояснения упражнений. Визуальные образы могут значительно улучшить понимание, особенно для тех, кто лучше воспринимает информацию через зрение.

Создание безопасной среды: обеспечивайте открытую и поддерживающую обстановку. Учащиеся должны чувствовать, что они могут свободно задавать вопросы и высказывать свои потребности без страха судебного осуждения.

Учет невербальных сигналов: обращайтесь внимание на невербальные сигналы, такие как жесты, мимика и поза. Они могут предоставить дополнительную информацию о том, как учащиеся воспринимают инструкции и испытывают ли они трудности.

Индивидуальные консультации: предоставляйте индивидуальные консультации и время для вопросов. Это помогает учащимся получать дополнительные пояснения и чувствовать себя поддержанными.

Сотрудничество с семьями: взаимодействуйте с семьями учащихся, чтобы получать информацию о их особенностях и советы относительно наилучших методов общения с ребенком.

Регулярные обновления и планирование: предоставляйте регулярные обновления по ходу занятий и планируйте время для обсуждения будущих шагов. Это помогает учащимся быть в курсе процесса и чувствовать себя вовлеченными.

Флексибельность и терпимость: будьте гибкими и терпимыми к различным стилям обучения и уровням участия. Учитывайте, что каждый учащийся уникален, и подходите к ним с пониманием. Соблюдение этих принципов обеспечит эффективное взаимодействие с учащимися в адаптивном физическом воспитании и создаст благоприятное обучающее окружение.

20. Развитие адаптивного физического воспитания в современном образовании предвещает многообещающие перспективы, направленные на создание более инклюзивных, эффективных и доступных программ для всех учащихся. Вот несколько перспектив развития:

Инклюзивность в образовательных институтах: развитие адаптивного физического воспитания связано с движением в сторону более инклюзивных образовательных институтов. Это включает в себя создание условий для участия всех учащихся, вне зависимости от их физических способностей.

Технологические инновации: использование новых технологий, таких как виртуальная и дополненная реальность, мобильные приложения и онлайн-ресурсы, может улучшить эффективность и доступность адаптивных занятий. Технологии также могут быть использованы для обучения инструкторов и создания персонализированных программ.

Развитие специализированных тренингов и курсов: специализированные программы обучения для инструкторов и учителей по адаптивному физическому воспитанию могут содействовать повышению их квалификации и пониманию особенностей работы с учащимися с различными потребностями.

Сотрудничество с медицинскими специалистами: более тесное сотрудничество с медицинскими специалистами, физиотерапевтами и другими профессионалами здравоохранения может улучшить индивидуальный подход и адаптацию программ под конкретные медицинские особенности учащихся.

Укрепление инфраструктуры для физической активности: создание инфраструктуры, которая учитывает потребности всех учащихся, может включать в себя адаптированные спортивные площадки, специализированные инвентари и устройства, обеспечивающие барьерную доступность.

Создание комьюнити и обмен опытом: развитие сетей и комьюнити для обмена опытом между учителями, инструкторами, родителями и медицинскими специалистами может способствовать лучшему пониманию и развитию эффективных практик в адаптивном физическом воспитании.

Исследования и инновации: исследования в области адаптивного физического воспитания могут привести к новым методам и инновациям, улучшая качество обучения и разрабатывая более эффективные программы.

Внедрение инклюзивных спортивных мероприятий: поощрение участия учащихся с различными способностями в инклюзивных спортивных мероприятиях и соревнованиях может способствовать формированию позитивного общественного отношения и развитию социальных навыков.

Глобальная интеграция адаптивного физического воспитания: повышение осведомленности и глобальная интеграция адаптивного физического воспитания в систему образования различных стран может создать более равные возможности для учащихся с ограниченными возможностями. Развитие адаптивного физического воспитания представляет собой важную составляющую современной образовательной системы и обещает стать все более востребованным и внедренным в будущем.

3.2. Практические задания к экзамену

1. Разработать план-конспект урока физической культуры по плану:

- Определить цели и задачи урока
- Определить тип урока и место его в теме в соответствии с КТП
- Структура и содержание урока физической культуре
- Использование методов организации учащихся, дидактических средств, инвентаря и оборудования
- Планируемые результаты в соответствии с ФГОС

2. Разработайте форму дневника самоконтроля для самостоятельных занятий на тренировочном этапе по избранному виду адаптивного спорта по следующей схеме:

№ п/п	Объективные данные	дата	дата	дата	дата
1					
2					
3					
4					
	Субъективные данные				
1					
2					
3					

3. Составьте план работы по обобщению и систематизации педагогического опыта:

- Избранная тема и ее значение для совершенствования учебно-воспитательного процесса; поставленные задачи;
- условия, в которых формировался опыт;
- описание проделанной работы (какие велись наблюдения, исследования, что проверялось, удачи, трудности); обнаруженные факты и их анализ, результаты;
- выводы по работе;

- использованная литература.

4. Разработать план мероприятий по внедрению ВФСК «ГТО» в общеобразовательной школе для лиц с ограниченными возможностями здоровья по следующему плану:

- Цель и задачи
- Ожидаемый результат
- Целевая аудитория

План мероприятий по внедрению ВФСК «ГТО»

№ п/п	Мероприятия	Сроки реализации	ответственный

5. Разработать план методической работы педагога по адаптивной физической культуре по следующему плану:

ПЛАН методической работы педагога по ФКиС

на 2021-2022 учебный год

Тема методической работы:

Цель методической работы:

Задачи:

- 1.
- 2.

Направления методической работы

№	Направления работы	Мероприятия	Сроки выполнения

6. Разработайте план-конспект физкультурно-оздоровительного занятия для детей дошкольного возраста (возраст по выбору) по следующему плану:

Тема занятия:

Задачи:

Место проведения занятия

Дата проведения занятия

Инвентарь и оборудования

Содержание	Дозировка, подходы	Организационно-методические указания
Вводная часть (5 мин)		
Основная часть (16 мин.)		
Заключительная часть (4 мин.)		

7. Разработать Положение о проведении спортивно-оздоровительного мероприятия для определенной группы населения (по выбору):

- Цели и задачи
- Сроки и место проведения
- Руководство проведением
- Участники
- Программа
- Обеспечение безопасности участников и зрителей
- Подведение итогов
- Финансирование
- Награждение
- Заявки

8. Разработать план - сценарий проведения физкультурно-оздоровительного мероприятия:

- Тема
- Цель
- Форма проведения
- Место и время проведения
- Участники
- Инвентарь
- Сценарный план:

9. Разработать план - конспект тренировочного занятия по избранному виду адаптивного спорта в группе начальной подготовки:

- Спортивная специализация
- Задачи:

1) _____

2) _____

- Дата и место проведения _____

Части занятия и их продолжительность	Содержание занятия	Дозировка	Методические указания

10. Представить аспектный педагогический анализ учебно-тренировочного занятия по следующему плану:

- Организация учебно-тренировочного занятия:
 - тип занятия, подготовка группы к нему;
 - Структура построения занятия, рациональность подбора упражнений для решения задач в каждой части занятия;
 - соответствие объема и интенсивности нагрузки специальной подготовленности занимающихся и задачам учебно-тренировочного занятия;
 - общая моторная плотность занятия;
 - использование и оптимальность сочетания методов организации тренировки;
- Содержание учебно-тренировочного занятия:
- Методика проведения учебно-тренировочного занятия
- Выводы и практические рекомендации

11. Разработать план-конспект фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом раздела ООП для обучающихся школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья (9-11 класс)

Раздел:

Класс:

Цель:

Задачи:

Образовательные:

Оздоровительная:

Воспитательные:

Инвентарь и оборудование:

Конспект составил (Ф.И.О.):

Ход фрагмента

Содержание фрагмента основной части учебного занятия	Дозировка	Организационно-методические указания

12. Разработать план проведения консультации по здоровому образу жизни для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата

- Тема
- Возрастная категория
- Цель и задачи консультации
- Содержание консультации
- Практическая часть
- Рекомендации по ведению ЗОЖ для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата

13. Разработать план проведения консультации по здоровому образу жизни (возраст по выбору студента)

- Тема
- Возрастная категория
- Цель и задачи консультации
- Содержание консультации
- Практическая часть
- Рекомендации по ведению ЗОЖ для лиц с нарушением зрения

Эталоны ответов к практической части.

1. Разработка плана-конспекта урока физической культуры.
2. Разработка формы дневника самоконтроля для самостоятельных занятий на тренировочном этапе по избранному виду адаптивного спорта.
3. План работы по обобщению и систематизации педагогического опыта.
4. Разработка плана мероприятий по внедрению ВФСК «ГТО» в общеобразовательной школе для лиц с ограниченными возможностями здоровья.
5. Разработка плана методической работы педагога по адаптивной физической культуре.
6. Разработка плана-конспекта физкультурно-оздоровительного занятия для детей дошкольного возраста (возраст по выбору).
7. Разработка Положения о проведении спортивно-оздоровительного мероприятия для определенной группы населения (по выбору).
8. Разработка плана - сценарий проведения физкультурно-оздоровительного мероприятия.
9. Разработка плана - конспект тренировочного занятия по избранному виду адаптивного спорта в группе начальной подготовки.
10. Аспектный педагогический анализ учебно-тренировочного занятия.
11. Разработка плана-конспекта фрагмента основной части учебного занятия по физической культуре с учетом раздела ООП для обучающихся школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья (9-11 класс).
12. Разработка плана проведения консультации по здоровому образу жизни для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.
13. Разработка плана проведения консультации по здоровому образу жизни (возраст по выбору студента).

Оценка запланированных результатов по МДК

Результаты обучения: умения, знания и компетенции	Показатели оценки результата
Уметь:	
ОК2—организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	-определяет методы решения профессиональных задач - оценивает их эффективность и качество - проектирует образовательный процесс на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных и примерных адаптированных
ОК11-строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих	

ПК 3.1 - разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся	основных образовательных программ с учетом особенностей развития обучающихся - соотносит собственную деятельность с соблюдением правовых норм ее регулирующих - ориентируется в учебно-методических комплектах, разрабатывает учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учетом вида образовательного учреждения, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся - владеет приемами систематизации и оценки педагогического опыта и образовательных технологий на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов
У2 - определять цели и задачи, планировать адаптивное физическое воспитание обучающихся в образовательном учреждении ОК 01- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес ОК 4 осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК 7 - ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса ОК 9 - осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий ОК 12 - владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности ПК 3.2 - систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов	- определяет цели и задачи УМК, - умеет планировать урок - понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес - проектирует образовательный процесс на основе федеральных государственных образовательных стандартов, примерных основных и примерных адаптированных основных образовательных программ с учетом особенностей развития обучающихся - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - работает в коллективе и команде, взаимодействует с руководством, коллегами и социальными партнерами - ставит цели, мотивирует деятельность обучающихся, организовывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса - осуществляет профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий - систематизирует и оценивает педагогический опыт и образовательные

	технологии в области адаптивной физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов - владеет базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности - владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
У3 - осуществлять планирование с учетом возрастного-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии ОК2—организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 8 - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации ПК 3.1- разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся	- осуществляет планирование с учетом возрастного-половых, морфофункциональных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся, уровня их физической подготовленности, характера дефекта и патологии - составляет различные виды планов, оценивает их эффективность и качество - самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации - разрабатывает учебно-тематические планы на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся
У4 - определять педагогические проблемы методического характера и находить способы их решения; - адаптировать имеющиеся методические разработки ОК 3 - оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях ОК6 - работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами ОК10. - осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей	- применяет приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений - соблюдает технику безопасности на занятиях - осуществляет профилактику травматизма, обеспечивает охрану жизни и здоровья детей - определяет педагогические проблемы методического характера и находит способы их решения; - адаптирует имеющиеся методические разработки - оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях - работает в коллективе и команде, взаимодействует с руководством, коллегами и социальными партнерами

У5 - готовить и оформлять отчеты, рефераты, конспекты ОК5 использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ПК 3.3- оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений	- использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - готовит и оформляет отчеты, рефераты, конспекты, выступления
У6 - с помощью руководителя определять цели, задачи, планировать исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи У7 - использовать методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем; - оформлять результаты исследовательской и проектной работы ОК 5 - использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности ОК 6 работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами ПК 3.4 - участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания	- определяет цели, задачи, планирует исследовательскую и проектную деятельность в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи - использует информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности - работает в коллективе и команде, взаимодействует с руководством, коллегами и социальными партнерами - участвует в исследовательской и проектной деятельности в области адаптивного физического воспитания - использует методы и методики педагогического исследования и проектирования, подобранные совместно с руководителем - оформляет результаты исследовательской и проектной работы
У8 - определять пути самосовершенствования педагогического мастерства ОК 8. - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- осуществляет самоконтроль при проведении уроков, анализ своей речи с точки зрения ее нормативности -самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием - определяет пути самосовершенствования педагогического мастерства
Знать:	
31 - теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи	- теоретические основы методической деятельности в области адаптивного физического воспитания детей, подростков и молодежи
32 - теоретические основы, методику планирования адаптивного физического	- теоретические основы, методику планирования адаптивного физического

воспитания и требования к оформлению соответствующей документации	воспитания и требования к оформлению соответствующей документации
33 - особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях	- особенности современных подходов и педагогических технологий адаптивного физического воспитания; - концептуальные основы и содержание примерных программ по адаптивной физической культуре в общеобразовательных организациях
34 - педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметноразвивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях	- педагогические, гигиенические, специальные требования к созданию предметноразвивающей среды адаптивного физического воспитания в общеобразовательных организациях
35 - источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию	- источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта; - логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию
36 - основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования	- основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования

4. Образец билета.

МИНИСТЕРСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ЗАНЯТОСТИ НАСЕЛЕНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Дальнегорский индустриально-технологический колледж»		
Утверждаю Заместитель директора (Ф.И.О.) (подпись) «___» _____ 20__ г.	Экзаменационный билет №1 по ПМ (индекс, название) Группа(ы) _____ Специальность: код, название	Рассмотрено на заседании цикловой методической комиссии Председатель _____ (Ф.И.О.) (подпись) «___» _____ 20__ г.
1. Какова роль методического обеспечения в процессе адаптивного физического воспитания? 2. Разработать план-конспект урока физической культуры по плану: • Определить цели и задачи урока • Определить тип урока и место его в теме в соответствии с КТП • Структура и содержание урока физической культуре		

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Использование методов организации учащихся, дидактических средств, инвентаря и оборудования• Планируемые результаты в соответствии с ФГОС |
|--|

5. Критерии оценки ответов обучающихся:

Оценка 5 «отлично» - продемонстрирован высокий уровень знаний, правильно решена практико-ориентированная задача (на примере разработанных материалов).

Оценка 4 «хорошо» - продемонстрировано хороший уровень знаний, владение содержанием теоретического вопроса билета, правильно решена практико-ориентированная задача (на примере разработанных материалов).

Оценка 3 «удовлетворительно» - продемонстрировано понимание основного содержания теоретического вопроса билета, частично решена практико-ориентированная задача.

Оценка 2 «неудовлетворительно» - не продемонстрировано владение знаниями, не решена практико-ориентированная задача.

6. Экзаменационная ведомость.