

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**
Средства восстановления

Код модуля
1156189(1)

Модуль
Медицинские аспекты адаптивной физической
культуры

Екатеринбург

Оценочные материалы составлены автором(ами):

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Мехдиева Камилия Рамазановна	кандидат медицинских наук, доцент	Доцент	сервиса и оздоровительных технологий

Согласовано:

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

Авторы:

- Мехдиева Камилия Рамазановна, Доцент, сервиса и оздоровительных технологий

1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Средства восстановления

1.	Объем дисциплины в зачетных единицах	3	
2.	Виды аудиторных занятий	Лекции Практические/семинарские занятия	
3.	Промежуточная аттестация	Зачет	
4.	Текущая аттестация	Контрольная работа	1
		Домашняя работа	1

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Средства восстановления

Индикатор – это признак / сигнал/ маркер, который показывает, на каком уровне обучающийся должен освоить результаты обучения и их предъявление должно подтвердить факт освоения предметного содержания данной дисциплины, указанного в табл. 1.3 РПМ-РПД.

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)	Контрольно-оценочные средства для оценивания достижения результата обучения по дисциплине
1	2	3
ОПК-3 -Способен проводить исследования при решении прикладных и/или фундаментальных задач в области профессиональной деятельности, включая критическую оценку и интерпретацию результатов	П-1 - Планировать и осуществлять исследование для решения прикладных и/или фундаментальных задач в области профессиональной деятельности, включая обоснование методологии, методов оценки и интерпретации результатов У-1 - Критически оценивать существующие методологические подходы и определять адекватную задачам методологию проведения исследования У-2 - Выбирать оптимальные методы оценки и интерпретации полученных результатов исследования для	Домашняя работа Зачет Контрольная работа Лекции

	эффективного решения прикладных и/или фундаментальных задач в области профессиональной деятельности	
ОПК-2 -Способен использовать в профессиональной деятельности базовые знания в области теории, методологии и истории области знаний (в соответствии с направленностью (профилем) образовательной программы)	З-1 - Объяснять роль и значение базовых знаний в области теории, методологии и истории профильной области знаний в формулировании и решении задач профессиональной деятельности П-1 - Предлагать варианты решения задач профессиональной деятельности, опираясь на базовые знания в области теории, методологии и истории профильной области знаний	Домашняя работа Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия
ПК-1 -Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования	З-1 - Делает обзор основных эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья П-1 - Имеет опыт разработки наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья У-1 - Обосновывает основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий	Домашняя работа Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия
ПК-4 -Способен разрабатывать и внедрять инновационные технологии, позволяющие реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки у людей с ОВЗ и инвалидов	З-1 - Проводит обзор основных инновационных технологий, позволяющих реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки у людей с ОВЗ и инвалидов З-2 - Перечисляет психолого-педагогические основы и методики применения технических средств обучения, электронных образовательных и информационных ресурсов, дистанционных	Домашняя работа Зачет Практические/семинарские занятия

	<p>образовательных технологий и электронного обучения, если их использование возможно для освоения дополнительной общеобразовательной программы</p> <p>П-2 - Осуществляет методическое обеспечение адаптивного физического воспитания, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, активного отдыха, включая современные методы и инновационные технологии</p> <p>У-2 - Выбирает современные технологии реализации компетентного подхода, реабилитационные технологии в отношении инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья</p>	
--	---	--

3. ПРОЦЕДУРЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ В БАЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ (ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА БРС)

3.1. Процедуры текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

1. Лекции: коэффициент значимости совокупных результатов лекционных занятий – 0.50		
Текущая аттестация на лекциях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>конспект лекций</i>	7,10	46
<i>контрольная работа</i>	7,11	54
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.60		
Промежуточная аттестация по лекциям – зачет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.40		
2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.50		
Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
<i>активность</i>	7,12	68
<i>домашняя работа</i>	7,13	32

Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по практическим/семинарским занятиям– 1.00		
Промежуточная аттестация по практическим/семинарским занятиям–нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по практическим/семинарским занятиям– не предусмотрено		
3. Лабораторные занятия: коэффициент значимости совокупных результатов лабораторных занятий –не предусмотрено		
Текущая аттестация на лабораторных занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лабораторным занятиям -не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по лабораторным занятиям –нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лабораторным занятиям – не предусмотрено		
4. Онлайн-занятия: коэффициент значимости совокупных результатов онлайн-занятий –не предусмотрено		
Текущая аттестация на онлайн-занятиях	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по онлайн-занятиям -не предусмотрено		
Промежуточная аттестация по онлайн-занятиям –нет		
Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по онлайн-занятиям – не предусмотрено		

3.2. Процедуры текущей и промежуточной аттестации курсовой работы/проекта

Текущая аттестация выполнения курсовой работы/проекта	Сроки – семестр, учебная неделя	Максимальная оценка в баллах
Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта– не предусмотрено		
Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта– защиты – не предусмотрено		

4. КРИТЕРИИ И УРОВНИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

4.1. В рамках БРС применяются утвержденные на кафедре/институте критерии (признаки) оценивания достижений студентов по дисциплине модуля (табл. 4) в рамках контрольно-оценочных мероприятий на соответствие указанным в табл.1 результатам обучения (индикаторам).

Таблица 4

Критерии оценивания учебных достижений обучающихся

Результаты обучения	Критерии оценивания учебных достижений, обучающихся на соответствие результатам обучения/индикаторам
----------------------------	---

Знания	Студент демонстрирует знания и понимание в области изучения на уровне указанных индикаторов и необходимые для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Умения	Студент может применять свои знания и понимание в контекстах, представленных в оценочных заданиях, демонстрирует освоение умений на уровне указанных индикаторов и необходимых для продолжения обучения и/или выполнения трудовых функций и действий, связанных с профессиональной деятельностью.
Опыт /владение	Студент демонстрирует опыт в области изучения на уровне указанных индикаторов.
Другие результаты	Студент демонстрирует ответственность в освоении результатов обучения на уровне запланированных индикаторов. Студент способен выносить суждения, делать оценки и формулировать выводы в области изучения. Студент может сообщать преподавателю и коллегам своего уровня собственное понимание и умения в области изучения.

4.2 Для оценивания уровня выполнения критериев (уровня достижений обучающихся при проведении контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля) используется универсальная шкала (табл. 5).

Таблица 5

Шкала оценивания достижения результатов обучения (индикаторов) по уровням

Характеристика уровней достижения результатов обучения (индикаторов)				
№ п/п	Содержание уровня выполнения критерия оценивания результатов обучения (выполненное оценочное задание)	Шкала оценивания		
		Традиционная характеристика уровня		Качественная характеристика уровня
1.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты в полном объеме, замечаний нет	Отлично (80-100 баллов)	Зачтено	Высокий (В)
2.	Результаты обучения (индикаторы) в целом достигнуты, имеются замечания, которые не требуют обязательного устранения	Хорошо (60-79 баллов)		Средний (С)
3.	Результаты обучения (индикаторы) достигнуты не в полной мере, есть замечания	Удовлетворительно (40-59 баллов)		Пороговый (П)
4.	Освоение результатов обучения не соответствует индикаторам, имеются существенные ошибки и замечания, требуется доработка	Неудовлетворительно но (менее 40 баллов)	Не зачтено	Недостаточный (Н)
5.	Результат обучения не достигнут, задание не выполнено	Недостаточно свидетельств для оценивания		Нет результата

5. СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ

5.1. Описание аудиторных контрольно-оценочных мероприятий по дисциплине модуля

5.1.1. Лекции

Самостоятельное изучение теоретического материала по темам/разделам лекций в соответствии с содержанием дисциплины (п. 1.2. РПД)

5.1.2. Практические/семинарские занятия

Примерный перечень тем

1. Классификация восстановительных средств. Общие принципы использования средств восстановления
2. Медико-биологические средства ускорения восстановления и повышения работоспособности спортсменов
3. Питание, как средство восстановления работоспособности
4. Методы физической терапии, как средства восстановления. Аппаратные методы физиотерапии.
5. Современные технологии в физиотерапии.
6. Оксигенотерапия. Кислород-терапия для восстановления.
7. Фармакологическая реабилитация при перетренированности
8. Психологические и педагогические средства восстановления. Хронобиология
LMS-платформа – не предусмотрена

5.2. Описание внеаудиторных контрольно-оценочных мероприятий и средств текущего контроля по дисциплине модуля

Разноуровневое (дифференцированное) обучение.

Базовый

5.2.1. Контрольная работа

Примерный перечень тем

1. Цели и задачи дисциплины «Системы и средства восстановления».
2. Понятия «утомление» и «восстановление».
3. Виды восстановления, их физиологические характеристики.
4. Классификация восстановительных средств.
5. Общие принципы использования средств восстановления.
6. Что относится к медико-биологическим средствам восстановления. Основные характеристики системы медико-биологического восстановления.
7. Дайте краткую характеристику основным препаратам пластического и энергетического действия, используемым в спортивной медицине.
8. Роль питания в процессах восстановления. Физиологическое обоснование влияния макро- и микронутриентов на процессы восстановления.

9. Основные виды физических методов реабилитации, краткая характеристика каждого из видов.

Примерные задания

Привести примеры восстановительных средств (в соответствии с классификацией)

LMS-платформа – не предусмотрена

5.2.2. Домашняя работа

Примерный перечень тем

1. Принципы использования средств восстановления у лиц с отклонением в состоянии здоровья.

2. Виды медико-биологических средств восстановления.

3. Физическая терапия, методы. Современные аппаратные методы физиотерапии.

4. Фармакологическая реабилитация при перетренированности.

5. Средства ЛФК в системе восстановления при отклонении в состоянии здоровья.

Примерные задания

Разработать программу восстановления в межсезонный период спортсменам-лыжникам, имеющим нарушения в ОДА

LMS-платформа – не предусмотрена

5.3. Описание контрольно-оценочных мероприятий промежуточного контроля по дисциплине модуля

5.3.1. Зачет

Список примерных вопросов

1. 1. Средства и системы восстановления, как обобщающая наука. 2. Классификация восстановительных средств: по направленности и механизму действия, по времени и условиям использования и др. 3. Общие принципы использования средств восстановления у лиц с отклонениями в состоянии здоровья в образовательных учреждениях 4. Витамины, коферменты, микроэлементы, микроэлементы, продукты повышенной биологической ценности (ППБЦ). 5. Препараты пластического и энергетического действия. 6. Адаптогены растительного и животного происхождения. 7. Антиоксиданты и антигипоксанты. Иммуностимуляторы. 8. Ноотропы (психоэнергизаторы). 9. Печеночные протекторы. 10. Стимуляторы кроветворения. 11. Белки. Жиры. Углеводы. Микроэлементы. 12. Влияние различных микро- и макронутриентов на процессы восстановления организма. 13. Питьевой режим. 14. Питание на разных этапах годового цикла, а также в различных условиях окружающей среды (в условиях жаркого климата и пр. 15. Питьевые минеральные воды. 16. Гидротерапия и бальнеотерапия. Виды минеральных ванн. 17. Методы аппаратной физиотерапии. Амплипульстерапия. Импульсное электрическое поле УВЧ. Переменное низкочастотное магнитное поле. Ультразвуковая терапия. 18. Современные технологии в физиотерапии (новые аппаратные комплексы для медицинского и домашнего использования). 19. Влияние гипоксемии и гипоксии на организм человека. 20. Методы введения кислорода с лечебной целью. 21. Оксигенотерапия, как средство восстановления. 22. Гипербарическая оксигенация (ГБО). 23. Перетренированность – спортивная болезнь. Фармакологическая коррекция перетренированности. 24. Виды спортивного массажа. 25. Тренировочный массаж.

26. Подготовительный массаж. 27. Восстановительный массаж. 28. Использование спортивного массажа в различных видах спорта. 29. Психологические средства восстановления. 30. Современные подходы к психологическому сопровождению в спорте. 31. Применение педагогических средств в системе восстановления у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, а также у спортсменов и занимающихся физической культурой на различных этапах подготовки. 32. Хронобиология – наука о суточных ритмах организма. 33. Влияние циркадных ритмов на процессы восстановления.

LMS-платформа – не предусмотрена

5.4 Содержание контрольно-оценочных мероприятий по направлениям воспитательной деятельности

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения	Контрольно-оценочные мероприятия
Формирование социально-значимых ценностей	целенаправленная работа с информацией для использования в практических целях	Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности	ПК-1	3-1	Домашняя работа Зачет Контрольная работа Лекции Практические/семинарские занятия