

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**
Основы кинезиологии

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 | Кочина Вероника Руслановна | без ученой степени, без ученого звания | Преподаватель | сервиса и оздоровительных технологий |
| 2 | Серова Нина Борисовна | кандидат педагогических наук, доцент | Заведующий кафедрой | сервиса и оздоровительных технологий |

Согласовано:

Управление образовательных программ

С.А. Иванченко

Авторы:

- **Кочина Вероника Руслановна, Преподаватель, сервиса и оздоровительных технологий**
- **Серова Нина Борисовна, Заведующий кафедрой, сервиса и оздоровительных технологий**

1. СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ Основы кинезиологии

| | | | |
|----|--------------------------------------|--|---|
| 1. | Объем дисциплины в зачетных единицах | 5 | |
| 2. | Виды аудиторных занятий | Лекции Практические/семинарские занятия | |
| 3. | Промежуточная аттестация | Экзамен Курсовая работа | |
| 4. | Текущая аттестация | Контрольная работа | 1 |
| | | Домашняя работа | 2 |

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ИНДИКАТОРЫ) ПО ДИСЦИПЛИНЕ МОДУЛЯ Основы кинезиологии

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 | Д-1 - Демонстрировать навыки критического и логического мышления в научной деятельности З-1 - Определять основные принципы и методологию проведения исследований, методы оценки и интерпретации результатов при решении прикладных и/или фундаментальных задач в области профессиональной деятельности У-2 - Выбирать оптимальные методы оценки и интерпретации полученных результатов исследования для | Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Контрольная работа Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен |

| | | |
|--|---|--|
| | 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 У-1 - Обосновывать варианты решения задач профессиональной деятельности, используя базовые знания в области теории, методологии и истории профильной области знаний | Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Контрольная работа Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен |
| 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 (Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)) | З-2 - Перечисляет методы сбора, оценки качества и результативности работы инструкторов-методистов по адаптивной физической культуре, тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре, тренеров по адаптивному спорту П-2 - Использует формы и методы обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика У-1 - Обосновывает основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий | Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Контрольная работа Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен |
| ПК-2 -Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма | З-1 - Характеризует закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека П-2 - Проводит отбор, профессиональную | Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Контрольная работа Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия |

| | | |
|---|--|---------|
| человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)) | пригодность обучающихся в объединения спортивной направленности (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта) У-2 - Выбирает способы координирования тренировочного, воспитательного и реабилитационного процесса инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с видами адаптивной физической культуры | Экзамен |
|---|--|---------|

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 – 0.60 | | |
| Текущая аттестация на лекциях | Сроки – семестр, учебная неделя | Максимальная оценка в баллах |
| <i>контрольная работа</i> | 7,8 | 36 |
| <i>активность</i> | 7,9 | 32 |
| <i>конспект лекций</i> | 7,10 | 32 |
| Весовой коэффициент значимости результатов текущей аттестации по лекциям – 0.60 | | |
| Промежуточная аттестация по лекциям – экзамен | | |
| Весовой коэффициент значимости результатов промежуточной аттестации по лекциям – 0.40 | | |
| 2. Практические/семинарские занятия: коэффициент значимости совокупных результатов практических/семинарских занятий – 0.40 | | |
| Текущая аттестация на практических/семинарских занятиях | Сроки – семестр, учебная неделя | Максимальная оценка в баллах |
| <i>домашняя работа</i> | 7,11 | 26 |
| <i>домашняя работа</i> | 7,12 | 26 |
| <i>активность</i> | 7,13 | 48 |
| 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 – 0.00 | | |
| 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 |
| ритмичность | 7,13 | 100 |
| Весовой коэффициент текущей аттестации выполнения курсовой работы/проекта – 0.60 | | |
| Весовой коэффициент промежуточной аттестации выполнения курсовой работы/проекта – защиты – 0.40 | | |

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 (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. 1. Принципы построения занятий на нестабильных балансировочных платформах разной стабильности. 2. Принципы построения занятия на взаимосвязи нижней челюсти и мышцами шеи. Улучшение постурального тонуса. 3. Методы соматики: метод Фельденкрайза, Розен-метод 4. Миофасциальный релиз мышц лица и головы, шеи и верхней апертуры грудной клетки. 5. Артикуляционная гимнастика.

Примерные задания

Подготовить презентацию по теме: Техника - как основной выбор специалиста при работе со сверхрастянутыми мышцами.

LMS-платформа

1. не предусмотрено

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. 1. Адаптация к физической нагрузке. 2. Нейроэндокринные и метаболические факторы регуляции двигательной активности. 3. Центральная нервная система и факторы внешней среды. 4. Потребность в двигательной активности у человека. 5. Развивающая роль физической культуры в общеобразовательной школе. 6. Роль физических упражнений в формировании осанки. 7. Физиологические особенности человека с противоположной выраженностью потребности в двигательной активности. 8. Дозирование нагрузок в отдельных формах физического воспитания в течение дня, недели, года. 9. Дозирование нагрузок в юношеском спорте. 10. Индивидуальная норма как критерий адаптации и здоровья. 11. Физическая культура в режиме здорового образа жизни. 12. Механизмы оздоровительного действия физических упражнений. 13. Влияние физических упражнений на организм человека. 14. Влияние больших физических нагрузок на опорно-двигательный аппарат. 15. Физические упражнения и функциональные резервы организма. 16. Физические упражнения и система иммунитета. 17. Физические упражнения как средство закаливания

Примерные задания

Провести тестирование походки: Визуальная оценка походки. Важность работы по восстановлению синхронизации положения тела в пространстве ,верхних и нижних конечностей

LMS-платформа

1. не предусмотрено

5.2.2. Домашняя работа № 1

Примерный перечень тем

1. 1. Эмоциональная боль в спине. 2. Этиология дисфункции стопы. 3. Примеры ортопедических приспособлений для коррекции и стабилизации при нарушениях стопы. 4. Структурные причины деформации при сколиозе. Привести пример нарушения. Составить программу на месяц занятий (упражнения) для коррекции сколиотических нарушений с объяснением динамики в ходе программы. 5. Тазовое дно. Составление одного или двух занятий для корректной (согласованной) работы мышц тазового дна. При каких условиях будет предложена соматическая версия занятия, при каких состояниях пациента тренировочная по принципу от простого к сложному.

Примерные задания

Составить программу на месяц занятий (упражнения) для коррекции сколиотических нарушений с объяснением динамики в ходе программы.

LMS-платформа

1. не предусмотрено

5.2.3. Домашняя работа № 2

Примерный перечень тем

1. 1. Лимфатическая система. Техники для улучшения плохого лимфатического дренажа. Комплекс упражнений при проблемах в этой системе организма. Рекомендации для домашней работы пациенту. 2. Влияние напряжения твёрдой мозговой оболочки спинного мозга на бег и ходьбу. 3. Принцип техники напряжение/противонапряжение. Тактика работы. Техника-как основной выбор специалиста при работе со сверххрастянутыми мышцами. Понимание удобных поз для пациента при наличии боли после возникновения травматических ситуаций при которых связки, сухожилия и мышцы оказались сверххрастянутыми. 4. Стоматогнатическая система и взаимовлияние на постуральную систему человека. Нейроанатомическая основа движения нижней челюсти. 5. Дисфункция стопы и её роль в общей организации тела. 6. Плечо и плечевой пояс. Ритм движения лопатки. Комплекс упражнений на улучшение подвижности и стабилизации лопаток. 7. Идиопатический сколиоз. Методы коррекции применяемые в кинезиологии. 8. Типы стрессов. Общий адаптационный синдром. Наследственные факторы. Физиология надпочечников. 9. Нейрофизиологические характеристики мышц. Уровни обеспечивающие активность миотатического рефлекса. Патобиомеханика мышечных нарушений. 10. Биомеханика скелетных мышц: 12 законов.

Примерные задания

Сделать конспект по теме: Сколиоз. Методы коррекции. Описать определение данного заболевания и написать методы, которые применяют для коррекции и лечения сколиоза.

LMS-платформа

1. не предусмотрено

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

5.3.1. Экзамен

Список примерных вопросов

1. 1. Влияние физической активности на функциональное состояние центральной нервной системы. 2. Влияние физической активности на психическую деятельность. 3. Влияние физической активности на функциональное состояние внутренней среды организма. 4. Адаптация к физической нагрузке. 5. Роль физической активности в развитии перекрестной адаптации. 6. Спонтанная двигательная активность как физиологический регулятор постоянства суточного объема движений. 7. Кинезофилия как физиологический механизм регуляции двигательной активности. 8. Значение потребности в движениях для оптимизации двигательной активности. 9. Потребность в двигательной активности у человека. 10. Влияние различных двигательных режимов на спонтанную двигательную активность и адаптивные возможности. 11. Роль физических упражнений в формировании осанки. 12. Физиологические особенности человека с противоположной выраженностью потребности в двигательной активности. 13. Физическая культура в режиме здорового образа жизни. 14. Влияние физических упражнений на организм человека. 15. Влияние больших физических нагрузок на опорно-двигательный аппарат. 16. Срочная адаптация к произвольной и максимальной физическим нагрузкам. 17. Срочная адаптация к произвольной и адекватной ей навязанной физическим нагрузкам. 18. Физическая работоспособность здоровых людей. 19. Толетарность к физическим нагрузкам больных ишемической болезнью сердца. 20. Предупреждение гипокинезии с помощью физических упражнений. 21. Качественные особенности двигательной деятельности. 22. Тренировочный эффект и направленность физических нагрузок. 23. Доза и норма физической нагрузки для детей и подростков. 24. Нормирование восстановительных, подготовительно-стимулирующих и обучающих нагрузок для детей и подростков. 25. Нормы двигательной активности детей и подростков. 26. Физиологическая эффективность школьного урока физической культуры. 27. Дозирование нагрузок на уроках физической культуры. 28. Дозирование нагрузок на занятиях в группе «здоровья». 29. Дозирование нагрузок в туристическом походе. 30. Дозирование нагрузок в юношеском спорте. 31. Индивидуальная норма как критерий адаптации и здоровья. 32. Механизмы оздоровительного действия физических упражнений. 33. Физические упражнения и функциональные резервы организма. 34. Физические упражнения и система иммунитета. 35. Физические упражнения как средство закаливания.

LMS-платформа

1. не предусмотрено

5.3.2. Курсовая работа

Примерный перечень тем

1. 1. Лимфатическая система. Техники для улучшения плохого лимфатического дренажа. Комплекс упражнений при проблемах в этой системе организма. Рекомендации для домашней работы пациенту. 2. Влияние напряжения твёрдой мозговой оболочки спинного мозга на бег и ходьбу. 3. Принцип техники напряжение/противонапряжение. Тактика работы. Техника-как основной выбор специалиста при работе со сверхрастянутыми мышцами. Понимание удобных поз для пациента при наличии боли

после возникновения травматических ситуаций при которых связки, сухожилия и мышцы оказались сверхрастянутыми. 4. Стоматогнатическая система и взаимовлияние на поструральную систему человека. Нейроанатомическая основа движения нижней челюсти. 5. Дисфункция стопы и её роль в общей организации тела. 6. Плечо и плечевой пояс. Ритм движения лопатки. Комплекс упражнений на улучшение подвижности и стабилизации лопаток. 7. Идиопатический сколиоз. Методы коррекции применяемые в кинезиологии. 8. Типы стрессов. Общий адаптационный синдром. Наследственные факторы. Физиология надпочечников. 9. Нейрофизиологические характеристики мышц. Уровни обеспечивающие активность миотатического рефлекса. Патобиомеханика мышечных нарушений. 10. Биомеханика скелетных мышц; 12 законов.

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 |
|---|--|---|-------------|---------------------|--|
| Профессиональное воспитание | целенаправленная работа с информацией для использования в практических целях | Технология формирования уверенности и готовности к самостоятельной успешной профессиональной деятельности | ОПК-2 | 3-1 | Домашняя работа № 1 Домашняя работа № 2 Контрольная работа Курсовая работа Лекции Практические/семинарские занятия Экзамен |