

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Вятский государственный университет»

УТВЕРЖДАЮ  
Начальник Управления  
дополнительного образования  
Курагина Курагина К.А.  
«24» Июня 2022 г.

**ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**  
**дополнительной профессиональной программы -**  
**программы повышения квалификации**  
**«Основы кинезиологии и кинезиотейпирования»**

Киров, 2022

Итоговая аттестация проводится в форме зачета.

Зачет представляет собой итоговое испытание по профессионально-ориентированным проблемам, устанавливающим соответствие подготовленности выпускников требованиям ДПП.

Зачет проводится с целью проверки уровня и качества профессиональной подготовки слушателей, предусмотренных профессиональным стандартом и квалификационными характеристиками.

Зачет позволяет выявить и оценить уровень сформированности компетенций у выпускника для решения профессиональных задач, готовность к новым видам профессиональной деятельности.

### Перечень проверяемых результатов обучения

| Виды деятельности | Профессиональные компетенции   | Практический опыт   | Умения  | Знания   |
|-------------------|--|---|---|--|
| Практическая      | <b>ПК-1</b> -<br>Способность к определению состояния мышечно-связочного аппарата для повышения эффективности занятий адаптивной и оздоровительной физической культурой | Владение навыками определения состояния мышечно-связочного аппарата основных суставов тела человека, оценки положения частей тела | Умение оценивать состояние мышц и связок.<br>Определять временные адаптации мышц к выполнению физической нагрузки | Знание современных представлений и концепций механизмов и регуляции сократительной активности мышц при выполнении физической нагрузки и в покое, в норме и патологии |
| Практическая      | <b>ПК 2</b> –<br>Способность использовать приемы кинезиотейпирования в практике физической тренировки и физической реабилитации  | Владение навыками кинезиотейпирования при основных нарушениях состояний мышечно-связочного аппарата и                             | Умение оценивать возможность/невозможности применения мышечного тейпирования                                      | Знание анатомо-физиологических основ кинезиотейпирования, механизмов и эффектов тейпирования, алгоритмов действий при их применении                                  |

### Примерный перечень вопросов к итоговому зачету

1. Строение мышечного волокна, саркомер, сократительные элементы мышц.
2. Мышечный тонус, жесткость. Гипотонус. Гипертонус.
3. Сокращение мышечных волокон. Взаимодействие возбуждения – сокращения пв покое, при работе и после ее окончания.
4. Уровни нервной регуляции движений.

5. Построение программы движения.
6. Симптомы мышечной спастичности и ригидности. Причины болезненности и повреждения мышц.
7. Деформация мышц, судорога. Мышечное утомление.
8. Адаптационные реакции мышц. Адаптационные реакции на пониженный уровень физической активности.
9. Восстановление двигательных функций после травмы.
10. Стратегии движений. Ориентация сегментов тела. Стабилизация.
11. Оценка двигательных действий в кинезиологии.
12. Механические принципы и закономерности движений. Диагностика нарушений опорно-двигательного аппарата.
13. Триггерные точки и работа с ними.
14. Оценка состояния мышц. Мышечное тестирование.
15. Цвета тейпов и принципы работы с ними, особенности цветотерапии.
16. Виды и свойства тейпов, отличия.
17. Терминология тейпирования. Анатомия тейпирования.
18. Показания к применению методики тейпирования. Области медицины, в которых показано применение данной методики.
19. Противопоказания к применению методики тейпирования.
20. Механизм действия кинезиотейпов. Физиологический механизм проприоцептивный.
21. Основные правила работы с аппликациями в тейпировании.
22. Подготовка кожи к тейпированию. Нанесение и удаление тейпов. Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа.
23. Основные техники методики тейпирования.
24. Мышечное тейпирование и его особенности.
25. Методика ингибиции мышц, особенности нанесения аппликаций.
26. Методика фасциляции мышц, особенности нанесения аппликаций.
27. Корректирующие техники тейпирования в спорте и реабилитации.
28. Механическая коррекция, особенности нанесения аппликации.
29. Степени натяжений аппликаций, основные виды полосок кинезиотейпов.
30. Фасциальная коррекция, послабляющая коррекция, особенности нанесения аппликации.
31. Связочная/сухожильная коррекция, особенности нанесения аппликации.
32. Функциональная коррекция, особенности нанесения аппликации.
33. Лимфатическая коррекция, особенности нанесения аппликации.
34. Медицинское тейпирование, кинезиотейпирование, атлетическое тейпирование.
35. Особенности тейпирования в спорте и в реабилитации.

## Критерии оценивания

Оценка за зачет является интегрированной и включает в себя оценку уровня освоения всех компетенций, формируемых в ходе изучения ДПП. Оценка соответствует уровню освоения компетенций: пороговый, продвинутый, высокий. Результаты итоговой аттестации определяются по системе: «зачтено», «не зачтено».

Оценки «зачтено» заслуживает ответ слушателя, в котором полностью раскрыто теоретическое содержание заявленных в экзаменационном билете вопросов. Представлен анализ практической составляющей вопроса, слушатель приводит примеры, аргументирует и соотносит теоретические знания с профессиональной сферой; использует творческий подход к решению проблемных вопросов; владеет навыками обобщения, систематизации и обоснования выводов, предложений по конкретному вопросу; использует аргументацию в ответах на вопросы членов аттестационной комиссии, что позволяет сделать вывод о понимании, готовности к дискуссии по данной проблеме, теоретическому вопросу. Практическое задание выполнено в полном соответствии с требованиями ДПП. Слушатель демонстрирует сформированность компетенций в сфере профессиональной деятельности

Оценки «не зачтено» заслуживает слушатель, который обнаруживает существенные пробелы в знании основного учебного материала, допустивший принципиальные ошибки; если слушатель не дал правильных ответов на большинство заданных вопросов членов аттестационной комиссии. Выполнение практического задания не соответствует требованиям ДПП. Слушатель демонстрирует несформированность компетенций в сфере профессиональной деятельности.