

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 18.07.2023 11:41:20
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Лечебная физическая культура и массаж

(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки

Физическая культура

(код и направление подготовки)

Профиль(и) подготовки

«Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация бакалавр

Форма обучения заочная

Год набора 2023

Грозный, 2023

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ МОДУЛЯ

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» к.м.03.04 (Б1.В.01.11) относится к обязательным дисциплинам блока 1 «Дисциплины (модули)» (модуль "Здоровьесберегающий") основной образовательной программы по профилям «Физическая культура и массаж».

Для освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплины «Возрастная физиология», «Физиология», «Морфология» и др.

Изучение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» является необходимой основой для прохождения научно-исследовательской и преддипломной практик, для подготовки к государственной итоговой аттестации.

1.2. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» – формирование готовности студентов к профессиональной деятельности для сохранения и укрепления здоровья людей, занимающихся физической культурой и спортом, профилактики у них патологических состояний и заболеваний, содействие рациональному использованию средств и методов физической культуры и спорта, оптимизации процессов пост нагрузочного восстановления и повышению работоспособности, продлению активного, творческого периода жизни.

Цели и задачи дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» заключаются в формировании и обобщении в одной научной парадигме сведений по возрастной анатомии, физиологии, полученных студентами на предыдущих курсах.

1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Достижение цели освоения дисциплины (модуля) обеспечивается через формирование следующих компетенций (*с указанием шифра компетенции*):

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенций, которые формирует дисциплина (модуль)	Планируемые результаты обучения
--------------------------------	---	---------------------------------

<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p>УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять и подбирать комплексы упражнений
---	--	---

	<p>возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p> <p>УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурноспортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p>	<p>атлетической, ритмической и аэробной гимнастики;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности; - простейшими приемами самомассажа и релаксации;
--	---	---

<p>УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>– УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.</p> <p>УК-8.2. Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - цель, задачи и структуру службы медицины катастроф; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать все виды аптечек для оказания самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи; - уметь пользоваться простейшими средствами индивидуальной защиты; <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приемами оказания доврачебной помощи при травмах;
<p>ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p>	<p>- ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p> <p>– ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся-</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности функционального развития организма; - особенности анатомофизиологического строения организма; - общие особенности построения процесса обучения в учреждениях общего и дополнительного образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учитывать особенности возрастного и индивидуального развития обучаю-

	<p>ся.</p> <p>– ОПК-3.3. Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.</p> <p>– ОПК-3.4. Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.</p> <p>ОПК-3.5. Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.</p>	<p>щихся;</p> <p>- выстраивать педагогически оправданные взаимодействия с обучающимися различных социальнодемографических групп.</p> <p>Владеет:</p> <p>- навыками осуществления образовательно-воспитательного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.</p>
--	---	--

<p>ПК-1. Способен организовать индивидуальную и совместную учебнопроектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области</p>	<p>ПК-1.1. Совместно с обучающимися формулирует проблемную тематику учебного проекта;</p> <p>ПК-1.2. Определяет содержание и требования к результатам индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности</p> <p>ПК-1.3. Планирует и осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности, в том числе в онлайн среде</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта; - основы возрастной педагогики и психологии; - основы видов спорта, входящих в программу обучения различных категорий населения. - основы педагогики физической культуры; - основы теории и методики физического воспитания; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать в процессе обучения современные виды спорта и оздоровительные технологии; - реализовывать учебные программы в зависимости от возраста и двигательной подготовленности обучающихся. - разрабатывать учебные программы по предмету
		<p>физическая культура на основе государственных образовательных стандартов</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки и осуществления учебновоспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура».

<p>ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.</p>	<p>ПК-5.1. Владеет санитарногигиеническими правилами и нормами организации учебновоспитательного процесса</p> <p>ПК-5.2. применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе, оказывает первую доврачебную помощь обучающимся</p> <p>ПК-5.3. Применяет меры профилактики детского травматизма.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - современные методики и технологии реализации образовательной деятельности в рамках основной общеобразовательной программы; основные подходы к реализации учебных программ, в том числе системно-деятельностный подход. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать учебные программы по физической культуре и спорту на основе государственных образовательных стандартов; Владеет: - навыками разработки и осуществления учебновоспитательного процесса в системе общего образования по физической культуре и спорту.
---	--	--

1.4. Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет ... з.е. (академ. часов)

Таблица 2

Вид учебной работы	Количество академ. часов	
	Очно	Заочно
4.1. Объем контактной работы обучающихся с преподавателем		6
4.1.1. аудиторная работа		
в том числе:		
лекции		2
практические занятия, семинары, в том числе практическая подготовка		4
лабораторные занятия		

7	Раздел 7. Особенности занятий физическими упражнениями со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.									6ч
8	Раздел 8. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов.									6ч
9	Раздел 9. ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии.									4ч
10	Раздел 10. ЛФК при заболеваниях нервной системы.					2ч		2ч		4ч
11	Раздел 11. Физическая культура в медицинских группах.									4ч
12	Раздел 12. Физическая культура для лиц пожилого и старческого возраста.									4ч
13	Раздел 13. Лечебная физическая культура при травмах. Спортивный массаж.									4ч
14	Раздел 14. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению.									4ч
	Курсовое проектирование/ работа									
	Подготовка к экзамену, (зачету)									2ч
	Итого		72		2		4		4	62

Таблица 3

Часы, отведенные на лабораторные занятия, все считаются как практическая подготовка. Из часов практических занятий через косую линию указываются часы, отведенные на практическую подготовку.

1.2. Содержание разделов дисциплины (модуля):

Таблица 4

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание дисциплины (дидактические единицы) (для педагогических профилей наполняется с учетом ФГОС основного общего и среднего общего образования)
1	Раздел 1. Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	Основные этапы возникновения и развития ЛФК. Общие основы лечебных физических упражнений (физическая активность как биологический раздражитель, стимулирующий процессы роста, формирования организма). Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма. Формы проведения занятий ЛФК. Отчетная документация.
2	Раздел 2. Формы и методы проведения упражнений ЛФК.	Оздоровляющие двигательные режимы. Гидрокинезотерапия. Гиподинамия и физическая деятельность. Виды упражнений ЛФК. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Систематизация физических упражнений по анатомическому признаку и по степени нагрузки и активности. Формы ЛФК (физические упражнения в воде, ходьба, терренкур, туризм, механотерапия, спортивно-прикладные упражнения).
3	Раздел 3. ЛФК при заболеваниях сердечно-	Улучшение кровообращения в органах и тканях под влиянием упражнений ЛФК. Влияние умеренных мышечных нагрузок на микроциркуляцию мышечного кровотока. Профилактическая роль упражнений ЛФК при повышенном

	сосудистой системы	риске ишемической болезни сердца, атеросклерозе, нарушениях биохимического состава и свертывающей функции крови. Клинико-физиологическое обоснование выбора упражнений ЛФК, показания и противопоказания к ЛФК при различных стадиях болезни. Снижение сосудистого тонуса, механизм перераспределения кровяного потока по организму. Нормализация деятельности нервной системы, эндокринных желез, функции почек.
4	Раздел 4. ЛФК при заболеваниях органов дыхания	Показания, противопоказания, задачи, формы и методы ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Пневмония. Задачи, формы и методы ЛФК при пневмонии. Бронхит. Задачи, формы и методы ЛФК при бронхите. Плеврит. Формы и методы ЛФК при плеврите. Эмфизема легких. Клинические проявления. Причины возникновения. Задачи ЛФК при эмфиземе легких. Бронхиальная астма. Причины возникновения, клинические проявления. Задачи, формы и методы ЛФК при бронхиальной астме.
5	Раздел 5. ЛФК при заболеваниях пищеварения и расстройствах обмена веществ.	Врачебно-педагогический контроль за переносимостью физических нагрузок. Использование ЛФК в качестве общетонизирующего средства, для стимуляции перистальтики, улучшения секреторной функции. Строение и функции каждого отдела ЖКТ. Противопоказания к проведению ЛФК при заболеваниях ЖКТ. Гастриты, задачи, формы и методы ЛФК при гастритах. Язвенная болезнь желудка и 12-ти перстной кишки. Дискинезия желчевыводящих путей. Сахарный диабет, ожирение.

6	Раздел 6. ЛФК при детских заболеваниях.	Детские болезни. Профилактика, лечение детских заболеваний. Применение массажа и ЛФК детям. Противопоказания к применению массажа детям. Активизация физиологических функций под влиянием ЛФК и массажа, повышение устойчивости к неблагоприятным факторам внешней среды. Методика проведения ЛФК с детьми по корригирующей гимнастике.
7	Раздел 7. Особенности занятий физическими упражнениями со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.	Основные критерии для комплектования медицинских групп. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физической культурой. Профилактические мероприятия при проведении занятий со студентами имеющими отклонения в состоянии здоровья. Дневник самоконтроля. Внешние признаки утомления.
8	Раздел 8. ЛФК при травмах опорнодвигательного аппарата и заболеваниях суставов.	Приемы мануальной терапии при коррекции нарушений осанки и сколиозов 1, 2, 3 степеней у детей и у взрослых людей. Показания к применению мануальной терапии. Дефекты осанки и отклонения в физиологических изгибах позвоночника. Частные методики ЛФК и массажа для коррекции нарушений осанки у подростков и взрослых. Методика ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания. Использование специальных тренажеров и биомеханических блоков вытяжения поврежденных костей для правильного сопоставления травмированных костей и лучшей регенерации участков тканей. Особенности ЛФК и массажа для постельных больных (учет зон поражения, создание условий).
9	Раздел 9. ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии.	Общие данные о деформациях стопы (плоскостопии, косолапости). Авторские методики коррекции деформации стопы.
10		Структурно-функциональная организация нервной системы.
	Раздел 10. ЛФК при заболеваниях нервной системы.	Возможные причины развития полиневрита. Остеохондроз, классификация, клинические проявления. Причины развития остеохондроза. ДЦП, причины развития, лечение.
11	Раздел 11. Физическая культура медицинских групп.	Формирование и распределение по медицинским группам. Общие рекомендации по формированию групп физической подготовки. Рекомендации по физическому воспитанию школьников в группах физической подготовки. Эффективность физического воспитания в медицинских группах.
12	Раздел 12. Физическая культура для лиц пожилого и старческого возраста.	Биологические механизмы старения. Основные формы и методы проведения занятий ЛФК с пожилыми людьми. Влияние физических упражнений на пожилых людей. Противопоказания к назначению ЛФК. Формы занятий ЛФК с пожилыми людьми.

13	Раздел 13. Лечебная физическая культура при травмах. Спортивный массаж.	Авторские методики массажа. Массаж со льдом, анальгезирующий массаж. Виды массажа. Основные приемы массажа, порядок их выполнения. Требования к помещению, массажисту, нормы нагрузки.
14	Раздел 14. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению.	Понятие о массаже. Влияние массажа на центральную и периферическую нервную систему, крово- и лимфообращение и мышечную деятельность. Изменения в организме, происходящие под влиянием различных видов массажа. Массаж при различных заболеваниях и травмах. 2. Лечебные виды массажа. Лечебный и спортивный массаж. Гигиенические основы массажа (помещение и инвентарь), требования к массажисту и к массируемому. Противопоказания к массажу. Техника и методика выполнения массажных приемов. Механизм физиологического влияния массажных приемов на организм. Виды спортивного массажа и особенности его проведения.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

3.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Таблица 5

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
		<i>Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.</i> <i>Подготовка докладов/сообщений.</i> <i>Выполнение практико-ориентированных заданий ...</i>
	Раздел 1. Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	Ответить на вопросы: 1. Что такое ЛФК? 2. История развития лечебной физкультуры и массажа 3. Что такое физические упражнения? 4. В чем основное отличие физических упражнений при спортивной и оздоровительной тренировке? 5. Что такое проводимость, возбудимость, сократимость мышц, мышечный тонус? 6. Что такое рефлекс, рефлекторная дуга? 7. Что такое кинезофилия, гиподинамия?

		<p>8. В чем состоит теория М.Р. Могиленко?</p> <p>9. Охарактеризуйте механизмы влияния физических упражнений на организм.</p> <p>10. Показания и противопоказания к проведению ЛФК.</p> <p>11. Дать классификацию лечебных физических упражнений.</p> <p>12. Что такое статические и динамические упражнения?</p> <p>13. Что такое специальные и общеразвивающие упражнения?</p> <p>14. Что такое дыхательные упражнения?</p> <p>15. Из каких разделов состоит процедура лечебной гимнастики?</p> <p>Ответить на тестовые задания по пройденной теме (см. Приложение №1).</p>
2	Раздел 2. Формы и методы проведения упражнений ЛФК.	<p>Ответить на вопросы:</p> <p>1. Охарактеризуйте механизмы влияния физических упражнений на организм?</p> <p>2. Что такое статические и динамические упражнения?</p> <p>3. Что такое специальные и общеразвивающие упражнения?</p> <p>4. Что такое дыхательные упражнения?</p> <p>5. Как осуществляется дозирование лечебных физических упражнений?</p> <p>6. Какие виды тренировки в ЛФК вы знаете?</p> <p>7. Какие двигательные режимы вы знаете?</p>
	Раздел 3. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	<p>Ответить на вопросы:</p> <p>1. Строение сердца человека. Охарактеризуйте большой и малый круг кровообращения.</p> <p>2. Какие противопоказания к проведению ЛФК при заболеваниях сердца вы знаете?</p> <p>3. Что такое инфаркт миокарда? Опишите клинические проявления. Охарактеризуйте функциональные классы.</p> <p>4. Какие этапы реабилитации больных инфарктом миокарда вы знаете?</p> <p>5. Опишите задачи и формы ЛФК на всех этапах реабилитации больных инфарктом миокарда.</p> <p>6. Составьте комплекс ЛФК для каждого этапа реабилитации после инфаркта миокарда.</p> <p>7. Что такое ишемическая болезнь сердца (ИБС)? Причины возникновения. Клинические проявления.</p> <p>8. Какие задачи, формы и методы ЛФК при ИБС вы знаете?</p> <p>9. Что такое артериальная гипертония? Назовите клинические проявления, стадии и степени этой болезни.</p> <p>10. Какие задачи, формы и методы ЛФК при артериальной гипертонии вы знаете?</p> <p>11. Что такое артериальная гипотония? Назовите клинические проявления этой болезни.</p>

<p>Раздел 4. ЛФК при заболеваниях органов дыхания</p>	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Что такое дыхание? Какие типы дыхания вы знаете? 2. Какие показания, противопоказания, задачи, формы и методы ЛФК при заболеваниях органов дыхания вы знаете? 3. Что такое пневмония? Какие задачи, формы и методы ЛФК при пневмонии вы знаете? 4. Что такое бронхит? Какие задачи, формы и методы ЛФК при бронхите вы знаете? 5. Что такое плеврит. Формы и методы ЛФК при плеврите? 6. Что такое эмфизема легких? Клинические проявления. Причины возникновения. 7. Задачи ЛФК при эмфиземе легких.
	<ol style="list-style-type: none"> 8. Что такое бронхиальная астма? Причины возникновения, клинические проявления. 9. Задачи, формы и методы ЛФК при бронхиальной астме. 10. Что такое звуковая гимнастика?
<p>Раздел 5. ЛФК при заболеваниях пищеварения и расстройствах обмена веществ.</p>	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Опишите строение желудочно-кишечного тракта (ЖКТ). Укажите функции каждого отдела ЖКТ. 2. Какие противопоказания к проведению ЛФК при заболеваниях ЖКТ вы знаете? 3. Что такое гастриты? Какие задачи, формы и методы ЛФК при гастритах вы знаете? 4. Что такое язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки? Какие задачи, формы и методы ЛФК при этих заболеваниях вы знаете? 5. Что такое хронический запор? Клинические проявления, причины возникновения. Какие задачи, формы и методы ЛФК при запорах вы знаете? 6. Что такое дискинезии желчевыводящих путей? Какие задачи, формы и методы ЛФК при этой патологии вы знаете? 7. Что такое ожирение? Причины возникновения, виды ожирения, степень ожирения. 8. Какие формулы для расчета нормальной массы тела вы знаете? 9. Какие задачи, формы и методы ЛФК при ожирении вы знаете? 10. Что такое гипотиреоз? Какие задачи, формы и методы ЛФК при этом заболевании вы знаете?
<p>Раздел 6. ЛФК при детских заболеваниях.</p>	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности развития детского организма. 2. Реабилитация в педиатрии 3. Основные детские заболевания, профилактика и лечение. 4. Применение массажа, сауны для профилактики заболеваний детей.
<p>Раздел 7. Особенности занятий физическими упражнениями со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.</p>	<p>7. Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Что является основным критерием для комплектования медицинских групп. 2. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физической культурой. 3. Профилактические мероприятия при проведении занятий со студентами имеющими отклонения в состоянии здоровья. Дневник самоконтроля. 4. Внешние признаки утомления.

<p>Раздел 8. ЛФК при травмах опорнодвигательного аппарата и заболеваниях суставов.</p>	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какиedefормации стопвызываете?Перечислить, дать им определение, с указанием основных причин возникновения. 2. Дайте общие рекомендации по проведению ЛФКпридеформации стоп. 3. Какиedefормациииззаболеваниянижнихконечностей вы знаете?Перечислить, дать имопределение,суказаниемосновныхпричинвозникновения. 4. Дайте общие рекомендации по проведению ЛФКпридеформации нижнихконечностей. 5. Чтотакоеартрит?Каковыосновныепричиныего возникновения? Дайте общие рекомендацииипопроведениюЛФКприданнойпатологии. 6. Чтотакоеартрозсуставов?Каковыосновныепричиныеговозникновения?Дайтеобщиерекомендации по проведению ЛФК при даннойпатологии. 7. Чтотакоеконтрактура суставов?Видыконтрактур.Каковыосновныепричиныееразвития?Дайтеобщ
--	---

	<p>щиерекомендацииипопроведениюЛФКприданнойпатологии.</p>
<p>Раздел 9. ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии.</p>	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Накакиеотделыделитсяпозвоночникчеловека? 2. Назовитеиохарактеризуйтеизгибыпозвоночника человека. 3. Чтотакоеосанка?Датьхарактеристику нормальной осанки. 4. Охарактеризоватьтипынарушенийосанки. 5. Составитьиобосноватькомплексфизическихупражнений (ЛФК) и методику массажа для всехвидовнарушений осанки. 6. Что такое сколиоз? Классификация. Перечислитьпринципы ЛФКприсколиозе. 7. Составить и обосновать комплекс физическихупражнений(ЛФК)иметодикумассажаприсколиозе. 8. Охарактеризоватьсводыстопы.Назовитеосновныесфункциистопы. 9. Чтотакое плоскостопие? Сколько степеней плоскостопиявызываете? 10. Каковы основные причины развитияплоскостопия? ДайтеобщиерекомендацииипопроведениюЛФКприплоскостопии.

<p>Раздел 10.ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы.</p>	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Структурно-функциональная организация нервной системы. 2. Что такое полиневрит? Назовите возможные причины развития данной патологии. Опишите клинические проявления этой патологии. 3. Составить и обосновать комплекс физических упражнений (ЛФК) при полиневрите. 4. Что такое остеохондроз? Классификация. Клинические проявления. Назвать возможные причины развития данной патологии. 5. Составить и обосновать комплекс физических упражнений (ЛФК) при всех видах остеохондроза. 6. Что такое нестабильность шейного отдела позвоночника? Причины возникновения, клинические проявления. Задачи ЛФК. 7. Составить и обосновать комплекс физических упражнений (ЛФК) при нестабильности шейного отдела позвоночника. 8. На какие отделы делится нервная система? Какие функции выполняет каждый отдел нервной системы? 9. Что такое инсульт? Какие разновидности инсульта вы знаете? Причины возникновения. Клинические проявления. 10. Какие задачи, формы и методы ЛФК при инсульте вы знаете?
<p>Раздел 11. Физическая культура в медицинских группах.</p>	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какие группы здоровья детей вы знаете? Как происходит распределение детей по группам здоровья? 2. Как происходит формирование групп физической подготовки? 3. Дайте общие рекомендации по физическому воспитанию школьников в группах физической подготовки. 4. Перечислите задачи физического воспитания учащихся в специальных медицинских группах. 5. Как оценить эффективность физического воспитания в специальных медицинских группах? <p>Составить комплексы упражнений для занятий физической культурой в специальной медицинской группе.</p>
<p>Раздел 12. Физическая культура для лиц пожилого и старческого возраста.</p>	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какие биологические механизмы старения вы знаете? 2. Охарактеризуйте основные формы и методы проведения занятий ЛФК с пожилыми людьми. 3. Как влияют физические упражнения на пожилых людей?
	<ol style="list-style-type: none"> 4. Какие противопоказания к назначению ЛФК вы знаете? 5. Какие формы занятий ЛФК с пожилыми людьми предпочтительнее? <p>Составить комплексы упражнений для занятий оздоровительной физической культурой с лицами пожилого и старческого возраста</p>

Раздел 13. Лечебная физическая культура при травмах. Спортивный массаж.	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Назовите авторские методики спортивного массажа. 2. Виды массажа. 3. Основные виды массажа, порядок их выполнения. 4. Требования к помещению, массажисту, нормы нагрузки. <p>Авторские методики массажа. Массаж со льдом, анальгезирующий массаж. Виды массажа. Основные приемы массажа, порядок их выполнения. Требования к помещению, массажисту, нормы нагрузки.</p>
Раздел 14. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению.	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Назовите авторские методики массажа. 2. Виды массажа. 3. Основные виды массажа, порядок их выполнения. 4. Требования к помещению, массажисту, нормы нагрузки

3.1 Учебно-методическое и информационное обеспечение программы дисциплины (модуля)

3.1.1. Основная и дополнительная литература

Таблица 6

Виды литературы	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов, обеспеченных указанной литературой	Количество обучающихся	Количество экземпляров в библиотеке университета	Режим доступа ЭБС/электронный носитель CD,DVD	Обеспеченность обучающихся литературой, гр./4гр.х100%
1	2	3	4	5	6	7
Основная литература						
1	1. Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497197 (дата обращения: 25.08.2022).	30	0		ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497197	

2	2. Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь : СКФУ, 2014. — 258 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система.		30		— URL: https://e.lanbook.com/book/155514
3	Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э. Н. Вайнер. — 4е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2018. — 421 с. — ISBN 978-5-97650315-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система.		30		— URL: https://e.lanbook.com/book/109526
Дополнительная литература					
1	3. Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 253 с.				ЭБС IPR Smart : URL: https://www.iprbookshop.ru/103884.html

2	1. Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497197 (дата обращения: 25.08.2022).				— ISBN 9785-53414815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/497197	
3	3. Токарь, Е. В. Лечебная физическая культура : учебное пособие / Е. В. Токарь ; составитель Е. В. Токарь. — Благовещенск : АмГУ, 2018. — 76 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система.				— URL: https://e.lanbook.com/book/156562	

3.1.2. Интернет-ресурсы

1. ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № 6312/20 на предоставление доступа к электроннобиблиотечной системе IPRbooks от 05.02.2020 г. (срок действия договора с 09.02.2020 г. до 09.02.2023г) (www.iprbookshop.ru)
2. ДОГОВОР № 4710 на оказание услуг по предоставлению доступа к «Образовательной платформе ЮРАЙТ» от 05.08.2021г. (срок действия договора с 06.08.2021 по 05.08.2022г.). (<https://urait.ru/>)
3. Договор № 2 на оказание услуг ЭБС «Лань» от 18.01.2022 г. (<https://e.lanbook.com/>) (срок действия договора с 08.02.2022г. по 07.02.2023г.)
4. Договор о сотрудничестве с НГПУ от 21.07.2016г. МЭБ (Межвузовская электронная библиотека) НГПУ. (<https://icdlib.nspu.ru/>) (доступ по IPадресам)

3.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

Таблица 7

Помещения для осуществления образовательного процесса	Перечень основного оборудования (с указанием кол-ва посадочных мест)	Адрес (местоположение)
Аудитория для проведения лекционных занятий		

Лекционная Аудиторная доска, аудитория - ауд. 3-06 - 1,	(столы учени-Уч. корпус №2 ческие, стулья ученические) на 48 посадочных мест, компьютер интерактивная доска- г. Грозный, 1 шиевой, 33	проектор -1, ул. Субры Ки-
Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости		
Компьютерный класс - ауд. 3-06	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза, технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	Уч. корпус №2 г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33
Аудитория для практических занятий - ауд.3-06	Технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	Уч. корпус №2 г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33
Помещения для самостоятельной работы		
Читальный зал библиотеки ЧГПУ	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационнообразовательную среду вуза. Количество посадочных мест - 50.	Электронный читальный зал. этаж 2 Библиотечно-компьютерный центр г. Грозный, ул. Субры Кишиевой, 33

Приводится описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса, включая помещения для самостоятельной работы, по дисциплине в соответствии с требованием ФГОС с указанием конкретного оборудования (например: экран, мультимедиапроектор, компьютеры, интерактивная доска, телевизор и т.д.).

В случае реализации ОП с использованием дистанционных образовательных технологий указывается электронная платформа и наличие необходимых ресурсов.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

4.1. ХАРАКТЕРИСТИКА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины / модуля осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и лабораторных занятий, контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.

Таблица 8

№\№	Наименование темы (раздела) с контролируемым содержанием	Код и наименование проверяемых компетенций	Оценочные средства		
			текущий контроль	кон-	промежуточная аттестация
1	Раздел 1. Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.		Тест
2	Раздел 2. Формы и методы проведения упражнений ЛФК.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.		Тест
3	Раздел 3. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.		тест
4	Раздел 4. ЛФК при заболеваниях органов дыхания	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.		тест
5	Раздел 5. ЛФК при заболеваниях пищеварения и расстройствах обмена веществ.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.		тест
6	Раздел 6. ЛФК при детских заболеваниях.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.		тест
7	Раздел 7. Особенности занятий физическими упражнениями со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.		тест
		ПК-5			

8	Раздел 8. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.	тест
9	Раздел 9. ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.	тест
10	Раздел 10. ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.	тест
11	Раздел 11. Физическая культура в медицинских группах.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.	тест
12	Раздел 12. Физическая культура для лиц пожилого и старческого возраста.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.	тест
13	Раздел 13. Лечебная физическая культура при травмах. Спортивный массаж.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.	тест
14	Раздел 14. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению.	УК-7 УК-8 ОПК-3 ПК-1 ПК-5	Устный опрос, проверка письменных работ.	Тест
	<i>Курсовая работа (проект)</i>		-	-
	<i>Учебная практика</i>		-	-
	<i>Производственная практика</i>		-	-

4.2. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

4.2.1. Наименование оценочного средства: *тест*

Методические материалы: приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.

Примерные вопросы для тестирования В

норме центр тяжести человека располагается:

1. в области головы
2. в области груди
3. в области живота
4. в области таза
5. в области стоп

2. Функции позвоночника:

1. рессорная
2. опорная
3. моторная
4. защитная
5. все верно

3. Лицевой нерв иннервирует:

1. жевательные мышцы
2. мимические мышцы
3. жевательные и мимические мышцы
4. жевательные мышцы и слюнные железы
5. кожу щек

4. Массаж является:

1. средством ЛФК
2. формой ЛФК
3. методом иглорефлексотерапии
4. методом физиотерапевтического лечения
5. физическим упражнением

5. Медицинская реабилитация - это:

1. восстановление здоровья
2. восстановление трудоспособности
3. восстановление прав
4. улучшение тонуса мышц
5. улучшение АД

Критерии оценивания результатов тестирования

Таблица 9

Уровень освоения	Критерии	Баллы
<i>Максимальный уровень</i>	<i>Выполнены правильно все задания теста (тест зачтен)</i>	<i>2</i>
<i>Средний уровень</i>	<i>Выполнено правильно больше половины заданий (тест зачтен)</i>	<i>1</i>
<i>Минимальный уровень</i>	<i>Выполнено правильно меньше половины заданий (тест не зачтен)</i>	<i>0</i>

4.2.2. Наименование оценочного средства: практико-ориентированное задание

Методические материалы: приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.

Примерные практико-ориентированные задания

Задание №1.

Пройти строго по прямой линии, не глядя себе под ноги.

Рекомендации по выполнению упражнения:

1. Смотреть строго перед собой.
2. Ставить пятку правой ноги вплотную к носку левой.
3. Можно балансировать руками.
4. Не сходить с линии.
5. Выполнять в среднем темпе. **Модельный ответ:**

1. Не сошёл с линии: 2 балла
2. Ставил пятку вплотную к носку: 2 балла
3. Выполнил за 20 секунд: 2 балла

Максимальный балл: 6 баллов

Задание №2

Подпрыгнуть и стукнуть в воздухе ногами друг о друга один раз. После прыжка встать на пол ногами, раздвинутыми на небольшое расстояние (около 30см.). Руки свободны.

Рекомендации по выполнению упражнения:

1. Смотреть строго перед собой.
2. Можно балансировать руками.
3. Во время прыжка ноги должны прикоснуться друг к другу.
4. После приземления ноги должны находиться на расстоянии около 30 см. друг от друга.
5. Исходное положение: ноги вместе, руки расслаблены. **Модельный ответ:**
1. Во время прыжка ноги прикоснулись друг к другу 2 балла
2. После приземления ноги находятся на расстоянии около 30 см. друг от друга 2 балла
3. После приземления не сошёл с места 2 балла

Максимальный балл: 6 баллов

Задание №3

Лечь на спину на пол. Вытянуться прямо. Скрестить руки на груди. Медленно подняться и сесть.

Рекомендации по выполнению упражнения:

1. При подъёме туловища пользоваться исключительно мышцами туловища.
2. Во время подъёма туловища не поднимать ноги от пола, скольжение ног по полу допускается.
3. Во время подъёма руки не разъединять и не вытягивать вперёд.
4. Во время подъёма не делать рывок туловищем и головой.

Модельный ответ:

1. Во время подъёма ноги не оторвались от пола 2 балла
2. Во время подъёма руки не разъединились 2 балла
3. Если смог сесть 2 балла

Задание №4

Встать прямо. Скрестить руки за спиной. Медленно опуститься на оба колена так, чтобы колени прикоснулись к полу и медленно встать.

Рекомендации по выполнению упражнения:

1. Во время приседания не делать резких движений.
2. Во время приседания руки не разъединять.
3. Во время подъёма не делать рывок туловищем.
4. Во время подъёма не сдвигать ноги с прежнего места.
5. Не терять равновесия. **Модельный ответ:**
 1. Во время подъёма ноги не оторвались от пола 2 балла
 2. Во время подъёма руки не разъединились 2 балла
 3. Если смог сесть 2 балла

Максимальный балл: 6 баллов

Задание №5

Нагнуться к полу и опереться ладонями об пол. Медленно сгибая руки, коснуться грудью пола и снова принять прежнее положение на вытянутых руках. Сделать это подряд пять раз.

Рекомендации по выполнению упражнения:

1. Вытянуть прямо руки, ноги и корпус, опираясь только на руки и на носки.
2. Не пригибаться к полу, тело должно быть ровным.
3. Животом и коленями к полу не прикасаться, когда выполняешь отжимание.
4. Коснуться пола грудью.
5. Во время выполнения не сдвигать ног и рук с прежнего места.
6. Не терять равновесия. **Модельный ответ:**
 1. Если смог подняться пять раз подряд 2 балла
 2. Если смог коснуться грудью пола пять раз 2 балла
 3. Если не коснулся пола животом и коленями 2 балла

Максимальный балл: 6 баллов

Критерии оценивания результатов выполнения практико-ориентированного задания

Таблица 10

Уровень освоения	Критерии	Баллы
Максимальный уровень	Задание выполнено правильно: выводы аргументированы, основаны на знании материала, владении категориальным аппаратом	3
Средний уровень	Задание выполнено в целом правильно: но допущены ошибки в аргументации, обнаружено поверхностное владение терминологическим аппаратом	2
Минимальный уровень	Задание выполнено с ошибками в формулировке тезисов и аргументации, обнаружено слабое владение терминологическим аппаратом	1
Минимальный уровень не достигнут	Задание не выполнено или выполнено с серьёзными ошибками	0

4.2.3. Наименование оценочного средства: доклад/сообщение

Методические материалы: приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.

- Темы докладов:** 1. История возникновения и развития медицины и спортивной медицины.
2. Цели и задачи спортивной медицины. Организация врачебного контроля.
3. Основы общей и спортивной патологии.
4. Исследование и оценка физического развития.
5. Исследование и оценка состояния сердечнососудистой системы спортсмена. 6
Исследование и оценка состояния дыхательной системы спортсмена.
7. Исследование и оценка функционального состояния нервной системы спортсмена.
8. Врачебный контроль школьников и юных спортсменов.
9. Факторы, ухудшающие физическую работоспособность и состояние здоровья спортсменов.
10. Медико-биологические средства восстановления спортивной работоспособности.
11. Влияние больших физических нагрузок на состояние ОДА. Заболевания ОДА у спортсменов.
12. Характеристика травматизма в различных видах спорта и его профилактика.
13. История возникновения допинга в спорте и влияние его на организм спортсмена.
14. Доврачебная медицинская помощь при критических ситуациях в спорте.

Критерии и шкалы оценивания доклада/сообщения (в форме презентации):

Таблица 11

Уровень освоения	Критерии	Баллы
Максимальный уровень	<ul style="list-style-type: none">– продемонстрировано умение выступать перед аудиторией;– содержание выступления даёт полную информацию о теме;– продемонстрировано умение выделять ключевые идеи;– умение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу;– высокая степень информативности, компактность слайдов	3
Средний уровень	<ul style="list-style-type: none">– продемонстрирована общая ориентация в материале;– достаточно полная информация о теме;– продемонстрировано умение выделять ключевые идеи, но нет самостоятельных выводов;– невысокая степень информативности слайдов;– ошибки в структуре доклада;– недостаточное использование научной литературы	2
Минимальный уровень	<ul style="list-style-type: none">– продемонстрирована слабая (с фактическими ошибками) ориентация в материале;– ошибки в структуре доклада;– научная литература не привлечена	1

Минимальный уровень не достигнут	<ul style="list-style-type: none"> – выступление не содержит достаточной информации по теме; – продемонстрировано неумение выделять ключевые идеи; – неумение самостоятельно делать выводы, использовать актуальную научную литературу. 	0
----------------------------------	--	---

4.2.4. Наименование оценочного средства: контрольная работа

Методические материалы: приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.

Примерное задание для контрольной работы:

1.ОбщиеосновыЛФК и массажа

1. Назовите средства ЛФК.
2. Укажите принципы классификации физических упражнений.
3. Объясните механизм действия физических упражнений.
4. Перечислите приемы дозировки физических упражнений.
5. Расскажите об общих принципах построения процедуры ЛФК.
6. Назовите формы применения физических упражнений.
7. Перечислите показания и противопоказания к назначению ЛФК и массажа.
8. Назовите и дайте характеристику основным массажным приемам.
9. Назовите методы учета эффективности применения ЛФК.

2.ЛФКпризаболеванияхсердечно-сосудистойсистемы.

1. Наиболее распространенные заболевания сердечно-сосудистой системы.
2. Характеристика инфаркта миокарда.
3. Существующие противопоказания к ЛФК при инфаркте миокарда.
4. Характеристика первого функционального класса.
5. Характеристика второго функционального класса.
6. Средства и формы ЛФК при инфаркте миокарда.
7. Характеристика периодов выздоровления при ИМ.
8. Характеристика ишемической болезни сердца.
9. Аэробные нагрузки при ИБС.
10. Стенокардия. Средства и формы ЛФК при стенокардии.
11. Гипертоническая болезнь-задачи ЛФК.
12. Средства и формы ЛФК при гипертонической болезни.
13. Характеристика хронической сердечной недостаточности.
14. Перечислите функциональные пробы, применяемые у больных инфарктом миокарда

3. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

1. Причины нарушения функции внешнего дыхания при заболеваниях легких.
2. Общие задачи ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
3. Задачи ЛФК при острой пневмонии.
4. Двигательные режимы при пневмонии.
5. Задачи ЛФК при плевритах.
6. Обструктивный бронхит-клиника и задачи ЛФК.

7. Задачи ЛФК при стационарном этапе лечения больных бронхиальной астмой.
8. Периоды курса ЛФК при бронхиальной астме.
9. Дыхательные упражнения. Классификация дыхательных упражнений. Методик применения дыхательных упражнений.

4. ЛФК при заболеваниях пищеварения и расстройствах обмена веществ

1. Клиническая картина гастрита.
2. Клиническая картина язвенной болезни желудка.
3. Клиническая картина холецистита.
4. Средства и формы ЛФК при гастритах.
5. Средства и формы ЛФК при язвенной болезни желудка.
6. Средства и формы ЛФК при холециститах.
7. Противопоказания к ЛФК при гастритах, язвенной болезни желудка.
8. Краткая клиническая картина сахарного диабета.
9. Ожирение. Клиническая картина. Ожирение у детей.
10. Механизм действия физических упражнений на организм человека с ожирением и сахарным диабетом.
11. Степени ожирения.
12. Задачи ЛФК при ожирении и сахарном диабете.
13. Средства и формы ЛФК при диабете.

5. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов

1. Методы лечения переломов.
2. Иммобилизационный период. Общие и частные задачи ЛФК.
3. Общие и частные задачи постиммобилизационного периода.
4. Особенности ЛФК при внутрисуставных переломах.
5. ЛФК при диафизарных переломах бедра.
6. Периоды ЛФК и их особенности при переломах позвоночного столба.
7. Особенности ЛФК при термических повреждениях.
8. Положительные и отрицательные стороны современных видов иммобилизации точки зрения применения средств ЛФК.
9. Что такое контрактура сустава? Классификация контрактур с позиций возможно-сти их ликвидации средствами ЛФК.
10. Каковы последствия длительной иммобилизации конечностей и роль средств ЛФК в их ликвидации?
11. Значение функциональной нагрузки в период заживления костных травм.
12. Причины возникновения остеохондроза позвоночника.

6. ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии.

1. Строение позвоночника
2. Изгибы позвоночника
3. Соединения позвонков. Движение в позвоночнике.
4. Что такое осанка. От чего она зависит.
5. Признаки правильной осанки. Оценить свою осанку по схеме.
6. Причины нарушения осанки

7. Признаки сутуловатой осанки, «круглой спины» 8. Признаки лордотической осанки, кругло-вогнутой осанки 9. Признаки плоской спины.

10. Перечислить кости стопы. Специфические особенности стопы человека.

8. Физическая культура в специальных медицинских группах. .

1. Понятие о специальных медицинских группах.
2. Задачи физического воспитания в этих группах, их комплектование.
3. Средства и формы физического воспитания в специальных медицинских группах.
4. Возрастные физиологические изменения при старении.
5. Комплектование и подразделение лиц старшего и пожилого возраста для занятий физическими упражнениями и в три группы.
6. Общие основы методики занятий физическими упражнениями для лиц старшего и пожилого возраста.

Критерии оценивания результатов контрольной работы

Таблица 12

<i>Балл (интервал баллов)</i>	<i>Уровень освоения</i>	<i>Критерии оценивания уровня освоения компетенций*</i>
<i>10</i>	<i>Максимальный уровень (интервал)</i>	<i>Контрольная работа оформлена в соответствии с предъявляемыми требованиями, содержит 1-2 мелких ошибки; ответы студента правильные, четкие, содержат 1-2 неточности</i>
<i>[6-8]</i>	<i>Средний уровень (интервал)</i>	<i>Контрольная работа содержит одну принципиальную или 3 или более недочетов; ответы студента правильные, но их формулирование затруднено и требует наводящих вопросов от преподавателя</i>
<i>[3-5]</i>	<i>Минимальный уровень (интервал)</i>	<i>Контрольная работа оформлена в соответствии с предъявляемыми требованиями, неполное раскрытие темы в теоретической части и/или в практической части контрольной работы; ответы студенты формально правильны, но поверхностны, плохо сформулированы, содержат более одной принципиальной ошибки</i>
<i>Менее 3</i>	<i>Минимальный уровень (интервал) не достигнут.</i>	<i>Контрольная работа содержит более одной принципиальной ошибки моделей решения задачи; контрольная работа оформлена не в соответствии с предъявляемыми требованиями; ответы студента путанные, нечеткие, содержат множество ошибок, или ответов нет совсем; несоответствие варианту.</i>

4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Представлено в приложении №1.

Автор(ы) рабочей программы дисциплины (модуля):

Должность, ученая степень, ученое звание



(подпись)

Омархаджиева Ф.С.

СОГЛАСОВАНО:

Директор библиотеки



(подпись)

Арсагириева Т.А.

**Оценочные средства
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине**

**Направление подготовки
49.03.05 – Физическая культура
(с двумя профилями подготовки)**

Профиль подготовки Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения: заочная

Год приема: 2023

1. Характеристика оценочной процедуры:

Семестр - 8

Форма аттестации – зачет (с оценкой)

2. Оценочные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

2.1. Вопросы для промежуточной аттестации по дисциплине:

1. История развития ЛФК
2. Цели и задачи ЛФК
3. Средства и методы ЛФК
4. Основные механизмы действия физических упражнений
5. Клинико-физиологические основы ЛФК
6. Тонизирующее и трофическое влияние ЛФК на организм
7. Обязанности инструктора ЛФК
8. Оборудование и оснащение занятий ЛФК
9. Требования, предъявляемые к кабинетам, залам и спортивным площадкам для проведения ЛФК
10. Виды физических упражнений, применяемых в ЛФК
11. Принципы применения физических упражнений в ЛФК
12. Дозировка физических упражнений в ЛФК
13. Выбор исходных положений в ЛФК
14. Формы проведения занятий в ЛФК
15. Показания к проведению ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы
16. ЛФК при гипертонической болезни
17. ЛФК при инфаркте миокарда
18. Механизмы терапевтического воздействия ЛФК при заболеваниях органов дыхания
19. Методики ЛФК при бронхиальной астме
20. Методики ЛФК при пневмонии
21. Методики ЛФК при плеврите
22. Задачи и методики ЛФК при заболеваниях органов пищеварения
23. Механизмы терапевтического воздействия ЛФК при заболеваниях органов пищеварения
24. Методики ЛФК при холецистите
25. Методики ЛФК при желчнокаменной болезни
26. Методики ЛФК при опущении внутренних органов (спланхноптозе)
27. ЛФК при ожирении

28. ЛФК при заболеваниях мочевыводящей системы – показания и задачи
29. ЛФК при травмах (ушибах, растяжениях вывихах)
30. ЛФК при повреждениях ключицы
31. ЛФК при повреждениях плеча и предплечья
32. ЛФК при переломах кисти
33. ЛФК при переломах и повреждениях грудной клетки
34. ЛФК при переломах костей таза
35. ЛФК при переломах бедренных костей
36. ЛФК при переломах костей голени
37. ЛФК при травмах коленного сустава
38. ЛФК при переломах позвоночника – характеристика периодов
39. ЛФК при переломах позвоночника в постиммобилизационном периоде
40. Задачи ЛФК при компрессионных переломах позвоночника
41. ЛФК при заболеваниях суставов (артритах, артропатиях)
42. ЛФК в постоперационном периоде – задачи, методы
43. ЛФК при длительной вынужденной иммобилизации больных
44. ЛФК при дефектах осанки
45. ЛФК при сколиозах
46. ЛФК при плоскостопии
47. Показания к занятиям ЛФК при заболеваниях нервной системы
48. ЛФК при заболеваниях головного мозга
49. ЛФК при заболеваниях спинного мозга
50. ЛФК при неврозах
51. Занятия ЛФК в специальных медицинских группах в школах, ВУЗах
52. Понятие о массаже и его лечебном воздействии
53. История развития массажа
54. Системы и методы массажа в теории и практике
55. Понятие о травме и травматической болезни
56. Гигиенические основы массажа
57. Приемы массажа

2.2. Структура экзаменационного билета (примерная):

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

«Утверждаю»

Зав. кафедрой _____

« 27 » апереля 2023г.

Протокол № 9 _____

Экзамен по дисциплине: «Лечебная и физическая культура»

Б И Л Е Т №1

1. Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма.

2. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
 Преподаватель _____ / Омархаджиева Ф.С./

3. **Критерии и шкала оценивания устного ответа обучающегося на экзамене (зачете) Максимальное количество баллов на экзамене (зачете) – 30, из них:**

1. Ответ на первый вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.
2. Ответ на второй вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.

Таблица 13

№	Характеристика ответа	Баллы
n/n		
1.	1. Тема по заданным в билете вопросам раскрыта исчерпывающе полно. 2. Изложен теоретический материал с приведением различных точек зрения ученых. 3. Теоретический материал подкреплён анализом норм в области экономики. 4. Знание основных проблем по вопросам билета в их взаимосвязи в целостной системе знаний. 5. Умение аргументировано отстаивать свою позицию и вести научную дискуссию. 6. Умение студента излагать сведения при ответе на вопросы (логически убедительно, грамотно довести сведения, подчеркнув главные, ключевые вопросы). 7. Студент владеет культурой мышления и искусством логического анализа. 8. Система знаний свидетельствует о готовности студента решать задачи профессиональной деятельности.	13-15
2.	1. Тема по заданным в билете вопросам раскрыта достаточно полно. 2. Достаточно полно изложен теоретический материал с приведением некоторых точек зрения ученых. 3. Знание основных проблем по вопросам билета. 4. Умение аргументировано отстаивать свою позицию. 5. Умение студента излагать сведения при ответе на вопросы (грамотность, выделение основных вопросов). 6. Студент владеет культурой мышления и искусством логического анализа. 7. Правильность ответов на дополнительные вопросы. 8. Система знаний свидетельствует о готовности студента решать задачи профессиональной деятельности.	10-12

3	<p>1. Тема по заданным в билете вопросам в основном раскрыта, либо по одному вопросу тема раскрыта достаточно полно, по второму вопросу раскрыта недостаточно.</p> <p>2. Теоретический материал изложен в объеме учебника.</p> <p>3. Студент относительно правильно квалифицирует факты и обстоятельства.</p> <p>4. Ответ студента охватывает теоретический материал, без акцента на главные, ключевые вопросы.</p> <p>5. Ответы даны не на все заданные дополнительные вопросы, либо ответы даны не полно.</p> <p>6. Студент относительно владеет культурой мышления и искусством логического анализа.</p> <p>7. Система знаний позволяет решать вопросы профессиональной деятельности.</p>	7-9
4.	<p>1. Тема по заданным в билете вопросам не раскрыта, либо по одному вопросу тема раскрыта недостаточно полно, а по второму вопросу тема не раскрыта.</p> <p>2. В ответах неполно изложен теоретический материал, студент не владеет основными проблемами дисциплины, не ориентируется в вопросах экономики.</p> <p>3. Студент неправильно квалифицирует факты и обстоятельства.</p> <p>4. Изложение ответов нелогично, бессистемно, поверхностно.</p> <p>5. Студент не владеет культурой мышления и искусством логического анализа.</p> <p>6. Ответы на дополнительные вопросы не даны, либо ответы подтверждают непонимание сути вопросов билета.</p> <p>7. Система знаний не позволяет решать вопросы профессиональной деятельности.</p>	6 и менее
	<p>8. Неточно употребляются термины, допускаются ошибочные высказывания.</p> <p>9. Отсутствует система знаний, позволяющая решать вопросы профессиональной деятельности.</p>	

Расчет итоговой рейтинговой оценки

Таблица 14

До 50 баллов включительно	«неудовлетворительно»
От 51 до 70 баллов	«удовлетворительно»
От 71 до 85 баллов	«хорошо»
От 86 до 100 баллов	«отлично»

4. Уровни сформированности компетенций по итогам освоения дисциплины (модуля)

Таблица 15

Индикаторы достижения компетенции (ИДК)	Уровни сформированности компетенций			
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
	86-100	71-85	51-70	Менее 51
	«зачтено»			«не зачтено»

<i>Код и наименование формируемой компетенции</i>				
УК-7	Знает	Знает	Знает	Не знает
	Умеет	Умеет	Умеет	Не умеет
	Владеет	Владеет	Владеет	Не владеет
УК-8	Знает	Знает	Знает	Не знает
	Умеет	Умеет	Умеет	Не умеет
	Владеет	Владеет	Владеет	Не владеет
<i>Код и наименование формируемой компетенции</i>				
ОПК-3	Знает	Знает	Знает	Не знает
	Умеет	Умеет	Умеет	Не умеет
	Владеет	Владеет	Владеет	Не владеет
ПК-1	Знает	Знает	Знает	Не знает
	Умеет	Умеет	Умеет	Не умеет
	Владеет	Владеет	Владеет	Не владеет

5. Рейтинг-план изучения дисциплины

Таблица 16

--	--

I			
БАЗОВАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ			
Виды контроля	Контрольные мероприятия	Мин. кол-во баллов на занятиях	Макс. кол-во баллов на занятиях

Текущий контроль № 1	Тема № 1. Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа.	2	10	
	Тема № 2. Формы и методы проведения упражнений ЛФК.			
	Тема № 3. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.			
Текущий контроль № 2	Тема № 4. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	2	10	
	Тема № 5. ЛФК при заболеваниях пищеварения и расстройствах обмена веществ.			
	Тема № 6. ЛФК при детских заболеваниях.			
Рубежный контроль: контрольная работа №1 (Темы 1-4)		2	10	
Текущий контроль №3	Тема 7. Особенности занятий физическими упражнениями со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.	2	10	
	Тема 8. ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов.			
	Тема 9. ЛФК при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии.			
	Тема № 10. ЛФК при заболеваниях и повреждениях нервной системы.			
	Тема № 11. Физическая культура в медицинских группах.			
Текущий контроль №4	Тема № 12. Физическая культура для лиц пожилого и старческого возраста.	2	10	
	Тема № 13. Лечебная физическая культура при травмах. Спортивный массаж.			
	Тема № 14. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению.			
Рубежный контроль: контрольная работа №2 (Темы 5-9)		2	10	
Допуск к промежуточной аттестации		Мин 36		
II	ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ	Мин.	Макс.	
1	Поощрительные баллы		0-10	10
	Подготовка доклада с презентацией по дисциплине		0-1	1
	Посещаемость лекций (100%)		0-2	2
	Участие в работе круглого стола, студенческой конференции		0-2	2
	Соц.-личностный рейтинг		0-3	3
	Участие в общественной, культурно-массовой и спортивной работе		0-2	2
2	Штрафные баллы		0-3	3
	Пропуск учебных лекций	за пропуск лекции снимается балльная стоимость лекции (2:8=0,25)	0,25 x N (N – количество пропущенных лекций)	
	Несвоевременное выполнение контрольной (аттестационной) работы №1	минус 5% от максимального балла	- 0,5	

	Несвоевременное выполнение контрольной (аттестационной) работы №2	минус 5% от максимального балла	- 0,5	
III	ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ		0-30	30
Форма итогового контроля:	экзамен		0-30	30
ИТОГО БАЛЛОВ ЗА СЕМЕСТР:			0-100	

**ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ**

_____ (наименование дисциплины / модуля)

Направление подготовки _____

Профили _____

(год набора _____, форма обучения _____)

на 20__ / 20__ учебный год

В рабочую программу дисциплины / модуля вносятся следующие изменения:

№ п/п	Раздел рабочей программы (пункт)	Краткая характеристика вносимых изменений	Основание для внесения изменений

