

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:  
Декан факультета физической  
культуры и спорта



Доцент П.В. Левин

«31» августа 2020 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«Современные технологии и методы восстановительной медицины»**

Уровень основной образовательной программы: магистратура

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) : Профессионально-педагогическая  
деятельность в сфере физической культуры и спорта

Форма обучения: заочная

Срок освоения ООП: нормативный – 2 года 6 месяцев

Факультет: физической культуры и спорта

Кафедра: медико-биологические и психологические основы физического  
воспитания

Рязань, 2020

При разработке рабочей программы учебной дисциплины в основу положены:

- 1) ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование (квалификация (степень) «магистр»), утвержденный приказом Минобрнауки России от 2.11.2014 № 1505
- 2) Учебный план направления подготовки 44.04.01 Педагогическое образование направленность (профиль) Профессионально-педагогическая деятельность в сфере физической культуры и спорта», одобрен Ученым советом РГУ имени С.А. Есенина» от « 30 мая » 2018 г. Протокол № 12

Рабочая программа учебной дисциплины «Современные технологии и методы восстановительной медицины» одобрена на заседании кафедры МБиПОФВ от «31» августа 2020 г. Протокол № 1.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ В.М.Ериков

Рабочая программа учебной дисциплины «Современные технологии и методы восстановительной медицины» одобрена Учебно-методическим советом факультета физической культуры и спорта от « 31 » августа 2020 г. Протокол № 1.

Председатель Учебно-методического  
совета факультета \_\_\_\_\_ А.А. Никулин

Разработчики: \_\_\_\_\_ доцент, к.п.н., Т.А. Сидоренко

## **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

### **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Формирование у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: социально-личностных, общенаучных, инструментальных и профессиональных компетенций, позволяющих выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности и быть устойчивым на рынке труда.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА**

2.1. Дисциплина «Современные технологии и методы восстановительной медицины» относится к базовой части блока 1 вариативного блока дисциплин по выбору (Б1.В.ДВ.2.1).

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:  
Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данной дисциплиной:

## 2.4. Требования к результатам освоения дисциплины

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ПК -2	Способностью формировать образовательную среду и использовать профессиональные знания и умения в реализации задач инновационной образовательной политики	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. основные группы биологически активных средств, влияющие на сердечно-сосудистую систему</li> <li>2. основные группы биологически активных средств адаптогенов, антигипоксантов, антиоксидантов, спользуемых в практике тренировочного процесса</li> <li>3. биологически активные средств направленные на восстановление метаболизма</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. подбирать БАС для подготовительного периода</li> <li>2. подбирать БАС для предсоревновательного периода</li> <li>3. подбирать БАС для соревновательного периода</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. методикой выбора БАС для циклических видов спорта</li> <li>2. методикой выбора БАС для ациклических видов спорта</li> <li>3. методикой выбора БАС для игровых видов спорта</li> </ol>
2.	ПК-4	Готовностью к разработке и реализации методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. особенности 1 этапа адаптации организма</li> <li>2. особенности 2 этапа адаптации организма</li> <li>3. особенности 3 этапа адаптации организма</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. подбирать БАС для 1 этапа адаптации организма</li> <li>2. подбирать БАС для 2 этапа адаптации организма</li> <li>3. подбирать БАС для 3 этапа адаптации организма</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. способностью коррекции адаптации в подготовительном периоде</li> <li>2. способностью коррекции адаптации в предсоревновательном периоде</li> <li>3. способностью коррекции адаптации в соревновательном периоде</li> </ol>
3.	ОПК-2	Готовностью использовать знание	1. комплекс восстановительных	1. использовать восстановительные	1. способностью подбирать восстановительные

		<p>современных проблем науки и образования при решении профессиональных задач</p>	<p>мероприятий в подготовительный период</p> <p>2. комплекс восстановительных мероприятий в предсоревновательный период</p> <p>3. комплекс восстановительных мероприятий в соревновательный период</p>	<p>мероприятия на занятиях физической культурой</p> <p>2. использовать восстановительные мероприятия в спорте</p> <p>3. использовать восстановительные мероприятия в физкультурно-спортивной практике</p>	<p>мероприятия для игровых видов спорта</p> <p>2. способностью подбирать восстановительные мероприятия для ациклических видов спорта</p> <p>3. способностью подбирать восстановительные мероприятия для циклических видов спорта</p>
--	--	---	--	---	--

## 2.5. Карта компетенций дисциплины

КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ ДИСЦИПЛИНЫ					
НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Современные технологии и методы восстановительной медицины»					
Цель дисциплины	Формирование у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций: социально-личностных, общенаучных, инструментальных и профессиональных компетенций, позволяющих выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности и быть устойчивым на рынке труда.				
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Профессиональные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
ИНДЕКС	ФОРМУЛИРОВКА				
<b>ПК -2</b>	Способность формировать образовательную среду и использовать профессиональные знания и умения в реализации задач инновационной образовательной политики	<p>Знать</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. основные группы биологически активных средств, влияющие на сердечно-сосудистую систему</li> <li>2. основные группы биологически активных средств адаптогенов, антигипоксантов, антиоксидантов, используемых в практике тренировочного процесса</li> <li>3. биологически активные средств направленные на восстановление метаболизма</li> </ol> <p>Уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. подбирать БАС для подготовительного периода</li> <li>2. подбирать БАС для предсоревновательного периода</li> <li>3. подбирать БАС для соревновательного периода</li> </ol> <p>Владеть</p>	<p>Лекции</p> <p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	зачет	<p><b>ПОРОГОВЫЙ</b></p> <p>основные группы биологически активных средств, влияющие на сердечно-сосудистую систему</p> <p>2. основные группы биологически активные средств адаптогенов, антигипоксантов, антиоксидантов, используемых в практике тренировочного процесса</p> <p><b>ПОВЫШЕННЫЙ</b></p>

		<p>1. методикой выбора БАС для циклических видов спорта</p> <p>2. методикой выбора БАС для ациклических видов спорта</p> <p>3. методикой выбора БАС для игровых видов спорта</p>			методикой выбора БАС для циклических видов спорта
ПК- 4	<p>Готовностью к разработке и реализации методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность</p>	<p>Знать</p> <p>1. особенности 1 этапа адаптации организма</p> <p>2. особенности 2 этапа адаптации организма</p> <p>3. особенности 3 этапа адаптации организма</p> <p>Уметь</p> <p>1. подбирать БАС для 1 этапа адаптации организма</p> <p>2. подбирать БАС для 2 этапа адаптации организма</p> <p>3. подбирать БАС для 3 этапа адаптации организма</p> <p>Владеть</p> <p>1. способностью коррекции адаптации в подготовительном периоде</p> <p>2. способностью коррекции адаптации в предсоревновательном периоде</p> <p>3. способностью коррекции адаптации в соревновательном периоде</p>	<p>Лекции</p> <p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	зачет	<p>Пороговый</p> <p>1. особенности 1 этапа адаптации организма</p> <p>Повышенный</p> <p>. способностью коррекции адаптации в подготовительном периоде</p>
ОПК-2	<p>Готовностью использовать знание современных проблем науки и образования при решении</p>	<p>Знать</p> <p>1. комплекс восстановительных мероприятий в подготовительный период</p> <p>2. комплекс восстановительных мероприятий в предсоревновательный период</p>	<p>Лекции</p> <p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	зачет	<p>Пороговый</p> <p>комплекс восстановительных мероприятий в подготовительный период</p> <p>Повышенный</p>

	<p>профессиональн ых задач</p>	<p>3. комплекс восстановительных мероприятий в соревновательный период Уметь 1. использовать восстановительные мероприятия на занятиях физической культурой 2. использовать восстановительные мероприятия в спорте 3. использовать восстановительные мероприятия в физкультурно-спортивной практике Владеть 1. способностью подбирать восстановительные мероприятия для игровых видов спорта 2. способностью подбирать восстановительные мероприятия для ациклических видов спорта 3. способностью подбирать восстановительные мероприятия для циклических видов спорта</p>			<p>способностью подбирать восстановительные мероприятия для циклических видов спорта</p>
--	------------------------------------	---	--	--	--



## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр № 5 часов
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)</b>	20	20
В том числе:		
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)	16	16
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа студента (всего)	52	52
В том числе		
СРС в семестре	48	48
Курсовой проект (работа)	КП	-
	КР	-
Другие виды СРС		
Работа со справочными материалами	13	13
Изучение и конспектирование литературы	22	22
Подготовка к устному собеседованию по теоретическим разделам	13	13
СРС в период сессии	4	4
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3
	экзамен (Э)	-
ИТОГО: общая трудоемкость	часов	72
	зач. ед.	2

Дисциплина частично реализуется с применением дистанционных образовательных технологий, используются платформы: ZOOM, Microsoft Teams, ЭОС РГУ имени С.А. Есенина.

### 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
5	1	Управление работоспособностью спортсмена	Зоны энергообеспечения Факторы ограничивающие работоспособность квалифицированного спортсмена Дополнительные факторы риска
5	1	Фармакология этапов подготовки спортсмена	Подготовительный период Базовый период Предсоревновательный период Фармакология соревнования Фармакология восстановления

5	2	Фармакологические препараты спорта	Витамины Коферменты, производные витаминов Минералы Микроэлементы Энзимы Адаптогены Антиоксиданты Антигипоксанты Анаболизующие препараты Психоэнергизаторы Макроэрги Имуномодуляторы Регуляторы нервно-психического статуса Гепатопротекторы Актопротекторы Стимуляторы кроветворения и кровообращения Аминокислоты
5	3	Допинг	Общие положения Сроки выведения некоторых препаратов Анаболические стероиды Производные тестостерона
5	4	Коррекция отдельных состояний в спорте	Топическое лечение травм Перетренировка. Фармакологическая реабилитация Иммунодефицит (коррекция) Создание мышечного объёма
5	5	Фармообеспечение по видам спорта	Примерная схема применения препаратов в видах спорта, тренирующих выносливость (циклические виды) Единоборства Игровые виды спорта Координационные виды спорта Скоростно-силовые виды спорта

## 2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ЛР	ПЗ/С	СРС	всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	1	Управление работоспособностью	1		2	6	10	

		спортсмена						
5	2	Фармакология этапов подготовки спортсмена		2	6	11		
	3	Фармакологические препараты спорта	1	2	6	11		
	4	Допинг	1	2	4	7		
	5	Коррекция отдельных состояний в спорте		4	10	9		
	6	Фармобеспечение по видам спорта	1	4	16	24		
		Разделы дисциплины №-1-№6	4	-	16	48	68	ПрАт
								Зачет
	ИТОГО за семестр	4		16	48	72		

### 2.3. Лабораторный практикум

Не предусмотрен учебным планом

### 2.4. Курсовые работы не предусмотрены учебным планом

## 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

### 3.1. Виды СРС

№ сем	№ раздела	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СРС	Всего часов
5	1	Управление работоспособностью спортсмена	Контрольная работа	
			Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	2
			Изучение и конспектирование литературы	2
			Подготовка к устному собеседованию	2
			Подготовка к зачету	1
5	2	Фармакология этапов подготовки спортсмена	Контрольная работа	
			Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	2
			Изучение и конспектирование литературы	2
			Подготовка к устному собеседованию	2
			Подготовка к зачету	2
5	3	Фармакологические препараты спорта	Контрольная работа	
			Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	2
			Изучение и конспектирование литературы	2
			Подготовка к устному собеседованию	2
			Подготовка к зачету	1
5	4	Допинг	Контрольная работа	
			Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	2

			Изучение и конспектирование литературы	2
			Подготовка к устному собеседованию	2
			Подготовка к зачету	1
5	5	Коррекция отдельных состояний в спорте	Контрольная работа	
			Выполнение заданий при подготовке к практическим занятиям	2
			Изучение и конспектирование литературы	5
			Подготовка к устному собеседованию	2
			Подготовка к зачету	1
			Контрольная работа	
5	6	Фармобеспечение по видам спорта	Выполнение заданий при подготовке к практическим работам	2
			Изучение и конспектирование литературы	4
			Подготовка к устному собеседованию	2
			Подготовка к зачету	1
ИТОГО в семестре				48

#### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (см. Фонд оценочных средств)

##### 4.2. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине

Рейтинговая система в Университете не используется.

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Список литературы. Основная Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Семестр	Используется при изучении разделов	Количество экземпляров	
			В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	
<b>Кулиненко, Олег Семенович.</b> Подготовка спортсмена [Текст] : фармакология, физиотерапия, диета / О. С. Кулиненко. - Москва : Советский спорт, 2009. - 432 с. - Библиогр.: с. 420-428. - ISBN 978-5-9718-0411-6 : 255-00.	5	1-6		
<b>Кулиненко, Д. О.</b> Справочник фармакологии спорта. Лекарственные препараты спорта [Текст] : справочное пособие / Д. О. Кулиненко, О. С. Кулиненко. - 3-е изд., доп. и испр. - М. : ТВТ Дивизион, 2004. - 308 с. - ISBN 5-85724-004-2 : 265-00.	5	1-6		
<b>Кулиненко, Олег Семенович.</b> Фармакология спорта [Текст] : клинико-фармакологический справочник спорта высших достижений / О. С. Кулиненко. - 3-е изд., перераб. и доп. - М. : Советский спорт, 2001. - 200 с. - ISBN 5-85009-677-9 : 140-00.	5	1-6		

Список литературы. Дополнительная. Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Семестр	Используется при изучении разделов	Количество экземпляров	
			В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	
<b>Макарова, Галина Александровна.</b> Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов [Текст] / Г. А.	5	1-6	37	25

Макарова. - Москва : Советский спорт, 2003. - 160 с. - Библиогр.: с. 142-155. - ISBN 5-85099-799-6 : 116-79				
<b>Макарова, Галина Александровна.</b> Спортивная медицина [Текст] : учебник / Г.А.Макарова. - М. : Советский спорт, 2004. - 478 с. : табл., ил. - Краткий словарь мед.терминов: с.403-411.- Список литературы: с.412-413.- Прилож.(1-30): с.414-473. - Доп.Гос.ком.РФ по физ.культуре и спорту. - ISBN 5-85009-765-1 : 330-00. - 290-00.	5	1-6	10	-
<b>Граевская, Н. Д.</b> Спортивная медицина : учебное пособие:курс лекций и практические занятия. Ч.1 / Н.Д.Граевская, Т.И.Долматова. - М. : Советский спорт, 2004. - 304с. : ил. - Доп.Гос.ком.РФ. - ISBN 5-85009-927-1 : 270-00.	5	1-6		
<b>Граевская, Н.</b> Спортивная медицина : учебное пособие:курс лекций и практические занятия. Ч.2 / Н.Д.Граевская, Т.И.Долматова. - М. : Советский спорт, 2004. - 360с. : ил. - Доп.Гос.ком.РФ. - ISBN 5-85009-927-2	6	1-6		

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: (15.09. 208).20
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.09.2020).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: (15.09. 2020).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.03.2020).
5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ

имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа:<http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.09.2020).

6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.09.2020).
7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.09.2020).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-onJine.ru> (дата обращения: 20.09.2020).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.09.2020).

#### **5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.09.2020).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>? свободный (дата обращения: 15.09.2020).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.09.2020).
4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.09.2020).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.08.2020).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.09.2020).
7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 09.2020).
8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_vuks/Pedagog/resspenc/mdexrhp](http://www.gumer.info/bibliotek_vuks/Pedagog/resspenc/mdexrhp), свободный (дата обращения: 15. 09.2020).
9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 09.2020).

#### **6. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины**

##### **6.1 Требования к аудиториям для проведения занятий:**

Необходимы стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, ноутбук, экран настенный. Необходимы стандартно оборудованные аудитории для проведения практических занятий, как в традиционной, так и в интерактивной форме – ноутбук, проектор, экран или компьютерный класс.

##### **6.2 Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся:**

Видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерном классе должны быть установлены средства *MS Office: Word, Power Point*.

##### **6.3. Требования к специализированному оборудованию**

Зал для проведения групповых и индивидуальных занятий АФК. В зале должны быть гимнастические стенки, гимнастические скамейки, кушетки, наклонные плоскости, тренажеры, большое зеркало и спортивный инвентарь (гимнастические палки, резиновые и волейбольные мячи, булавы, гантели и др).

#### **8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**



Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям: анкилоз, астения, атаксия, атрофия, гипертрофия, дегенерация, иммобилизация, контрактура, некроз, паралич, парез, синкинезия, и др.
Практикум	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом, составление комплексов АФК при различных заболеваниях. Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме
Подготовка к зачету	При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. Проверка индивидуальных занятий, рефератов посредством электронной почты.
2. Использование слайд-презентаций при проведении практических занятий.

10. Требование к программному обеспечению учебного процесса

Название ПО	№ лицензии
Операционная система WindowsPro	Договор №65/2019 от 02.10.2019
Антивирус Kaspersky Endpoint Security	Договор № 14-3К-2020 от 06.07.2020г.
Офисное приложение Libre Office	Свободно распространяемое ПО
Архиватор 7-zip	Свободно распространяемое ПО

Браузер изображений Fast Stone ImageViewer	Свободно распространяемое ПО
PDF ридер Foxit Reader	Свободно распространяемое ПО
Медиа проигрыватель VLC mediaplayer	Свободно распространяемое ПО
Запись дисков Image Burn	Свободно распространяемое ПО
DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in	Свободно распространяемое ПО

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»**

Утверждаю:  
Декан факультета физической  
культуры и спорта



Доцент П.В. Левин

«31» августа 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)  
«Современные технологии и методы восстановительной медицины»**

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) : Профессионально-педагогическая деятельность в  
сфере физической культуры и спорта

Квалификация магистр

Форма обучения: заочная

Рязань 2020

1. **Цель освоения** дисциплины «Современные технологии и методы восстановительной медицины» являются формирование у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, позволяющих выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности и быть устойчивым на рынке труда.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Современные технологии и методы восстановительной медицины» относится к базовой части блока 1 вариативного блока дисциплин по выбору (Б1.В.ДВ.2.1).

3. **Трудоемкость дисциплины:** 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

## 4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

№ п/п	Ном ер/ индек с комп етен ции	Содержание компетенции (или ее части)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ПК - 2	Способностью формировать образовательную среду и использовать профессиональные знания и умения в реализации задач инновационной образовательной политики	1. основные группы биологически активных средств, влияющие на сердечно-сосудистую систему 2. основные группы биологически активных средств адаптогенов, антигипоксантов, антиоксидантов, спользуемых в практике тренировочного процесса 3. биологически активные средств направленные на восстановление метаболизма	1. подбирать БАС для подготовительного периода 2. подбирать БАС для предсоревновательного периода 3. подбирать БАС для соревновательного периода	1. методикой выбора БАС для циклических видов спорта 2. методикой выбора БАС для ациклических видов спорта 3. методикой выбора БАС для игровых видов спорта
2.	ПК-4	Готовностью к разработке и реализации методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющ	1. особенности 1 этапа адаптации организма 2. особенности 2 этапа адаптации организма 3. особенности 3 этапа адаптации организма	1. подбирать БАС для 1 этапа адаптации организма 2. подбирать БАС для 2 этапа адаптации организма 3. подбирать БАС для 3 этапа адаптации организма	1. способностью коррекции адаптации в подготовительном периоде 2. способностью коррекции адаптации в предсоревновательном периоде 3. способностью коррекции адаптации в соревновательном

		их образовательную деятельность			периоде
3.	ОП К-2	Готовностью использовать знание современных проблем науки и образования при решении профессиональных задач	1. комплекс восстановительных мероприятий в подготовительный период 2. комплекс восстановительных мероприятий в предсоревновательный период 3. комплекс восстановительных мероприятий в соревновательный период	1. использовать восстановительные мероприятия на занятиях физической культурой 2. использовать восстановительные мероприятия в спорте 3. использовать восстановительные мероприятия в физкультурно-спортивной практике	1. способностью подбирать восстановительные мероприятия для игровых видов спорта 2. способностью подбирать восстановительные мероприятия для ациклических видов спорта 3. способностью подбирать восстановительные мероприятия для циклических видов спорта

### **5. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения Зачет (5 семестр).**

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.