

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


«30» августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Лечебная физическая культура

Уровень основной профессиональной образовательной программы:
бакалавриат

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль) подготовки: Адаптивное физическое воспитание

Форма обучения: заочная

Срок освоения ОПОП: нормативный – 4,5 года

Факультет: физической культуры и спорта

Кафедра – Медико-биологических и психологических основ физического воспитания

Рязань, 2019

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Лечебная физическая культура» являются формирование у студентов компетенций в области знаний и практических навыков по проведению занятий по лечебной физической культуре.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина Лечебная физическая культура реализуется в рамках базовой Блока 1. Б1.В.ОД.Д8.

2.2. Для изучения данной дисциплины (модуля) необходимы следующие предшествующие дисциплины:

Частная патология

Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем

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

- Комплексная реабилитация больных и инвалидов

2.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся общекультурных (ОК) (общепрофессиональных- ОПК) 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 (навыками)
1	2	3	4	5	6
1.	ПК13	умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК-13);	1.Организацию работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях; 2.Методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения; 3.Основы методики ЛФК при различных заболеваниях	1.Проводить групповые и индивидуальные занятия по лечебной гимнастике; 2.Проводить работу среди различных групп населения по широкому использованию средств и методов физической культуры в целях сохранения и укрепления здоровья; 3.Осуществлять профилактику различных заболеваний средствами и методами ЛФК.	1.Осуществления консультаций по самостоятельному применению методик лечебной физкультуры 2.Навыками составления индивидуальных программ лечебной гимнастики при проведении физкультурно-оздоровительных занятий; 3.Методиками проведения занятий ЛФК при различных заболеваниях
2.	ОПК-10	знанием этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-10);	1.Организационно-методические основы преподавания физической культуры учащимися	1.Разрабатывать схемы и комплексы лечебной и гигиенической гимнастики для учащихся,	1.Навыками нормирования нагрузки и обеспечения контроля за функциональным состоянием занимающихся во время

			специальной медицинской группы; 2.Механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях 3.Этиологию и патогенез заболеваний, в лечении которых используется ЛФК.	занимающихся в специальной медицинской группе. 2.Использовать различные средства ЛФК в лечении заболеваний и травм 3.Проводить занятия по профилактике функциональных отклонений и заболеваний ОДА у учащихся.	занятий ЛФК в зависимости от тяжести заболевания, пола и возраста. 2.Мтодами определения основных показателей, позволяющих оценить эффективность лечебной физической культуры. 3.Навыками осуществления контроля за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий ЛФК и сохранностью инвентаря.
--	--	--	--	--	--

2.5 Карта компетенций дисциплины.

КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ ДИСЦИПЛИНЫ					
НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ лечебная физическая культура					
Цель дисциплины	формирование у студентов компетенций в области знаний и практических навыков по проведению занятий по лечебной физической культуре				
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Общекультурные и профессиональные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
ИНДЕКС	ФОРМУЛИРОВКА				
ПК - 13	умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и	Знать: 1.Организацию работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях;	Электронная презентация Выполнение самостоятельной работы	Индивидуальное собеседование Выполнение заданий для самостоятельной	ПОРОГОВЫЙ владеет теоретическими знаниями по созданию комплексов ЛФК при различных нарушениях состояния

	<p>методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК-13);</p>	<p>2.Методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения; 3.Основы методики ЛФК при различных заболеваниях Уметь: 1.Проводить групповые и индивидуальные занятия по лечебной гимнастике; 2.Проводить работу среди различных групп населения по широкому использованию средств и методов физической культуры в целях сохранения и укрепления здоровья; 3.Осуществлять профилактику различных заболеваний средствами и методами ЛФК. Владеть: 1.Осуществления консультаций по самостоятельному применению методик</p>	<p>по методическим рекомендациям Работа в группах Овладение (разучивание) комплексом упражнений</p>	<p>работы. Письменная контрольная работа Тестовый контроль Экзамен</p>	<p>здоровья и реабилитации после травм. знает общие требования к методике применения физических упражнений и способен осуществлять контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий и сохранностью инвентаря. Знает организацию работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях ПОВЫШЕННЫЙ Способен разрабатывать комплексы упражнений при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм у конкретного человека.</p>
--	---	--	---	--	---

		<p>лечебной физкультуры</p> <p>2. Навыками составления индивидуальных программ лечебной гимнастики при проведении физкультурно-оздоровительных занятий;</p> <p>3. Методиками проведения занятий ЛФК при различных заболеваниях</p>			
ОПК - 10	<p>знанием этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-10);</p>	<p>Знать:</p> <p>1. Организационно-методические основы преподавания физической культуры учащимся специальной медицинской группы;</p> <p>2. Механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях</p> <p>3. Этиологию и патогенез заболеваний, в лечении которых используется ЛФК.</p> <p>Уметь:</p>			<p>Пороговый: способен проводить работу среди различных групп населения по широкому использованию средств и методов физической культуры в целях сохранения и укрепления здоровья</p> <p>Владеет методикой оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения</p> <p>Повышенный: владеет теоретическими знаниями и навыками практической деятельности использования ЛФК для</p>

		<p>1.Разрабатывать схемы и комплексы лечебной и гигиенической гимнастики для учащихся, занимающихся в специальной медицинской группе.</p> <p>2.Использовать различные средства ЛФК в лечении заболеваний и травм</p> <p>3.Проводить занятия по профилактике функциональных отклонений и заболеваний ОДА у учащихся.</p> <p>Владеть:</p> <p>1.Навыками нормирования нагрузки и обеспечения контроля за функциональным состоянием занимающихся во время занятий ЛФК в зависимости от тяжести заболевания, пола и возраста.</p> <p>2Мтодами определения основных показателей, позволяющих оценить</p>			<p>первичной профилактики заболеваний и травм и для реабилитации.</p> <p>Владеет навыками коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья у школьников специальной медицинской группы и детей, имеющих отдельные дефекты физического развития и отклонения состояния здоровья.</p>
--	--	--	--	--	---

		эффективность лечебной физической культуры. 3.Навыками осуществления контроля за санитарно- гигиеническим состоянием мест проведения занятий ЛФК и сохранностью инвентаря.			
--	--	--	--	--	--

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр	
		№9	
		часов	
1	2	3	
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	18	18	
В том числе:			
Лекции (Л)	8	8	
Практические занятия (ПЗ), Семинары (С)			
Лабораторные работы (ЛР)	10	10	
2. Самостоятельная работа студента (всего)	153	153	
В том числе	-	-	
<i>СРС в семестре:</i>	116	116	
Другие виды СРС:	-	-	
Подготовка к индивидуальному устному собеседованию по теоретическим разделам	35	35	
Выполнение заданий для самостоятельной работы.	35	35	
Подготовка к тестовому контролю	11	11	
Изучение литературы	35	35	
<i>СРС в период сессии</i>	37	37	
Вид промежуточной аттестации	экзамен (Э)		
ИТОГО: Общая трудоемкость	180ч	180ч	
	зач. ед.	53Е	
		53Е	

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
		3	4
9	1	Общие основы лечебной физической культуры и лечебная физическая культура при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного аппарата	<p>Основные этапы возникновения и развития ЛФК. ЛФК как естественно-биологический метод, метод патогенетической и функциональной терапии. Движения как основной стимулятор роста, развития и формирования организма.</p> <p>Организация ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях. Организация работы отделения (кабинета) ЛФК, инструктора-методиста по ЛФК. Отчетная документация.</p> <p>Механизмы лечебного действия физических упражнений: тонизирующее (стимулирующее), трофическое, компенсаторное и нормализующее.</p> <p>Показания и противопоказания к назначению ЛФК. Периоды лечебного применения физических упражнений.</p> <p>Основные средства ЛФК, физические упражнения и естественные факторы природы. Дополнительные средства ЛФК – механотерапия, массаж, трудотерапия. Классификация физических упражнений в ЛФК.</p> <p>Основные формы ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, занятие лечебной гимнастикой, терренкур, прогулки, экскурсии, ближний туризм. Общие принципы методики</p>

		<p>проведения процедуры лечебной гимнастики.</p> <p>Двигательные режимы: постельный, полупостельный и свободный, щадящий, щадяще-тренирующий и тренирующий.</p> <p>Дозирование физической нагрузки в занятиях лечебной гимнастикой (подбор исходных положений, темп выполнения упражнений, амплитуда и т.п.). Дозировка физической нагрузки в зависимости от задач в различные периоды лечения (лечебная, тонизирующая (поддерживающая) и тренирующая).</p> <p>Контроль за переносимостью процедур ЛФК: самочувствие, измерение частоты пульса; измерение артериального давления; визуальные признаки утомления, мониторинг, ЭКГ наблюдение, изменение клинических показателей и функционального состояния.</p> <p>Учет эффективности занятий: антропометрические измерения, исследование функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и других систем; измерение силы мышц, амплитуды движений в суставах и т.д. Критерии величины физической нагрузки в ЛФК (физиологическая кривая, плотность занятия).</p> <p><i>Физическое воспитание в специальной медицинской группе</i></p> <p>Комплектование медицинских групп в школе. Примерные показания для назначения специальной медицинской группы. Средства и формы физического воспитания в специальной медицинской группе.</p> <p>Организация и проведение занятий в специальной медицинской группе (структура урока, дозирование нагрузки, моторная плотность</p>
--	--	---

		<p>занятия). Оценка успеваемости учащихся специальной медицинской группы по физическому воспитанию.</p> <p>Методика обследования и врачебно-педагогических наблюдений. Работа школы, семьи и врачебно-физкультурного диспансера по физическому воспитанию ослабленных школьников.</p> <p>Особенности занятий с детьми с различной двигательной активностью (гиперактивные и малоподвижные дети).</p> <p><i>ЛФК при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного аппарата</i></p> <p>Признаки нормальной осанки. Основные этапы формирования физиологических изгибов позвоночника человека.</p> <p>Характеристика нарушений осанки во фронтальной и сагиттальной плоскостях. Причины и механизмы возникновения дефектов осанки. Коррекция дефектов осанки средствами ЛФК. Воспитание и закрепление навыка правильной осанки на уроках физического воспитания в школе. Профилактика дефектов осанки.</p> <p>Сколиотическая болезнь. Этиология и патогенез заболевания. Степени сколиозов. Современные методы лечения сколиотической болезни. Коррекция деформации и стабилизация позвоночника средствами ЛФК. Характеристика корригирующих упражнений: симметричных, асимметричных, деторсионных.</p> <p>Рациональная схема построения занятий ЛФК при сколиозе.</p> <p>Методика ЛФК при сколиозе I степени.</p>
--	--	--

			<p>Плоскостопие. Причины, виды, клинические проявления, диагностика плоскостопия. Методика ЛФК для устранения начинающегося плоскостопия. Профилактика плоскостопия. Современные методы исследования функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата. Принципы организации и проведения профилактических и оздоровительных мероприятий среди детей и подростков с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.</p>
9	2	<p>Лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях суставов и заболеваниях нервной системы</p>	<p><i>ЛФК при травмах</i> Понятие о травматологии, организация травматологической помощи в России. Травматический шок, причины, степени, краткая характеристика и принципы лечения. Травматический токсикоз, причины, характеристика. Классификация травм. Задачи и общие принципы лечебной физкультуры в лечении травм. Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах: общее и местное влияние. Переломы костей, классификация, клиника, первая помощь, современные методы лечения переломов костей. Двигательные режимы: иммобилизационный, постиммобилизационный и восстановительный. Средства и формы ЛФК при повреждениях опорно-двигательного аппарата. ЛФК при переломах длинных трубчатых костей и внутрисуставных переломах. ЛФК при повреждении коленного сустава, менисков, повреждениях внутренней</p>

		<p>и наружной боковых связок, разрывах передней и задней крестообразных связок коленного сустава. Особенности ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата у спортсменов.</p> <p>ЛФК при заболеваниях суставов Характеристика заболеваний суставов воспалительного и дегенеративного характера. Заболевания суставов и околосуставных тканей у занимающихся спортом. Механизм лечебного действия и задачи физических упражнений при заболеваниях суставов в различные периоды заболеваний. Виды физических упражнений при заболеваниях суставов в различные периоды заболеваний. Виды физических упражнений при заболеваниях суставов; упражнения с разгрузкой суставов; на растяжение, лечебное плавание; сочетание упражнений, массажа, компрессов, согревающих процедур, магнитотерапии, растирок.</p> <p>Остеохондроз позвоночника, его причины. Симптомы в различные периоды заболевания. Методика ЛФК при поясничном остеохондрозе. Профилактика рецидивов заболевания.</p> <p>ЛФК при заболеваниях нервной системы Характеристика двигательных и чувствительных нарушений при травмах и заболеваниях различных структур нервной системы. Вялые и спастические параличи, задачи и методика лечебной физкультуры при данных заболеваниях. Заболевания и травмы головного мозга: методика лечебной физкультуры. Заболевания и травмы спинного мозга и</p>
--	--	--

			<p>периферических нервов; методика лечебной физкультуры. Заболевания и травмы спинного мозга и периферических нервов; методика лечебной физкультуры.</p> <p>Детские церебральные параличи. Организация лечения детей с детскими церебральными параличами в России. Физическое воспитание школьников с детскими церебральными параличами с учетом принципов последовательности формирования двигательных навыков. Основные двигательные коррекционные задачи, частные вспомогательные и специальные коррекционные задачи физического воспитания детей, страдающих церебральным параличом.</p>
9	3	<p>Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нарушениях обмена веществ и близорукости</p>	<p><i>ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы</i></p> <p>Роль сердечно-сосудистой патологии в заболеваемости, инвалидности и смертности населения. Краткая характеристика основных заболеваний сердца и сосудов: атеросклероза, гипертонической и гипотонической болезни, ишемической болезни и ее осложнений: стенокардии, инфаркта миокарда, нарушений мозгового кровообращения, артериальной недостаточности нижних конечностей. «Факторы риска» в развитии ишемической болезни. Роль гиподинамии как одного из основных «факторов риска». Осложнения ишемической болезни сердца: коронарная недостаточность, инфаркт миокарда, сердечная недостаточность, аневризма сердца, нарушения ритма. Осложнения ишемической болезни мозга:</p>

		<p>нарушения мозгового кровообращения, парезы и параличи; осложнения ишемической болезни нижних конечностей: «перемежающаяся хромота», гангрена ног.</p> <p>Механизмы лечебного действия физических упражнений при ишемической болезни. Кардиальные и экстракардиальные факторы кровообращения и воздействие на них физических упражнений. Двигательные режимы и ЛФК при инфаркте миокарда.</p> <p>Лечебная физкультура при гипертонической болезни с учетом ее стадий, лечебная физкультура при ишемической болезни сердца и инфаркте миокарда с учетом осложняющих факторов. Лечебная физкультура при ишемической болезни нижних конечностей.</p> <p>Недостаточность кровообращения, ее стадии. ЛФК при недостаточности кровообращения.</p> <p>Методика ЛФК при варикозном расширении вен и остром тромбозе.</p> <p>Ревматическая болезнь сердца, периоды обострений и ремиссии. Ревматические пороки сердца. Компенсированные и декомпенсированные пороки. Степени недостаточности кровообращения. Лечебная физкультура и физическое воспитание школьников, болеющих ревматизмом, с учетом активности процесса, наличия порока сердца и степени компенсации. Врожденные пороки сердца. Общая клиническая характеристика; хирургическое лечение; лечебная физкультура до и после оперативного лечения. ЛФК при гипотонической болезни.</p>
--	--	--

		<p>Понятие о нейроциркуляторной дистонии. Методика ЛФК при НЦД.</p> <p><i>ЛФК при заболеваниях органов дыхания</i></p> <p>Краткая характеристика заболеваний органов дыхания: бронхиты, пневмонии, бронхиальная астма. Хроническая пневмония и бронхиальная астма у детей. Механизм нарушения дыхания при заболеваниях: нарушения кровотока в легком, бронхиальной проходимости, регуляции и механики дыхания. Дыхательная недостаточность, классификация. Механизм лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания и общие принципы методики лечебной физкультуры. Методики лечебной физкультуры при острых и хронических бронхитах и пневмониях, при бронхиальной астме: дыхательные упражнения с акцентом на выдохе; плавание; произвольная регуляция дыхания (по Бутейко); методика Стрельниковой.</p> <p>Основные характеристики рационального дыхания. Методика формирования навыков произвольного управления легочной вентиляцией.</p> <p>Физическое воспитание школьников с хронической бронхопневмонией и бронхиальной астмой.</p> <p><i>ЛФК при нарушениях обмена веществ и близорукости</i></p> <p>Характеристика инсулинозависимого и инсулинонезависимого сахарного диабета. Симптомы и осложнения при диабете. ЛФК при сахарном диабете. Гимнастика для стоп. Профилактика гипергликемии и гипогликемии при физических</p>
--	--	--

			<p>тренировках.</p> <p>Ожирение у детей школьного возраста. Механизм лечебного действия физических упражнений при ожирении. Задачи лечебной физкультуры при ожирении.</p> <p>Особенности физического воспитания школьников с ожирением. Упражнения для повышения объема энерготрат, периферического кровообращения, для воздействия на жировые депо.</p> <p>Сочетание упражнений и лечебного питания.</p> <p>ЛФК при близорукости.</p> <p>Характеристика основных зрительных функций. Степени миопии. Ограничения и противопоказания к занятиям физической культурой и видами спорта. Коррекция и профилактика нарушений зрения. Специальные упражнения для глаз для профилактики близорукости и ее прогрессирования.</p>
--	--	--	---

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 (по неделям семестра)
			Л	ЛР	ПЗ/С	СРС	всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
9	1	Общие основы лечебной физической культуры и лечебная физическая	4	4		36	44	Индивидуальное собеседование Выполнение заданий для самостоятельн

		культура при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного аппарата						ой работы. Письменная контрольная работа Тестовый контроль
9	2	Лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях суставов и заболеваниях нервной системы	2	4		39	45	Индивидуальное собеседование Выполнение заданий для самостоятельной работы. Письменная контрольная работа Тестовый контроль
9	3	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нарушениях обмена веществ и близорукости	2	2		41	45	Индивидуальное собеседование Выполнение заданий для самостоятельной работы. Письменная контрольная работа Тестовый контроль
		Подготовка к экзамену				37	37	Экзамен
		Разделы дисциплины №-1-№3	8	10	-	153	180	Экзамен
		ИТОГО за семестр	8	10		153	180	

2.3. Лабораторный практикум

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Наименование лабораторных работ	Всего часов
1	2	3	4	5
9	1	1 Общие основы лечебной физической культуры и лечебная физическая культура при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного аппарата	ЛФК при дефектах осанки	1
9	1	2 Общие основы лечебной физической культуры и лечебная физическая культура при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного аппарата	ЛФК при сколиотической болезни	1
9	1	3 Общие основы лечебной физической культуры и лечебная физическая культура при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного аппарата	ЛФК при плоскостопии	1
	1	4 Общие основы лечебной физической культуры и лечебная физическая культура при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного аппарата	ЛФК при остеохондрозе	1
9	3	5 Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нарушениях обмена веществ и близорукости	ЛФК при недостаточности кровообращения	1
9	3	6 Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нарушениях обмена	ЛФК при бронхиальной астме Авторские методики	1

		веществ и близорукости	дыхательных упражнений	
9	2	7 Лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях суставов и заболеваниях нервной системы	ЛФК при артритах и артрозах	1
9	2	8 Лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях суставов и заболеваниях нервной системы	ЛФК при повреждении позвоночника.	1
9	2	9 Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нарушениях обмена веществ и близорукости	ЛФК при сахарном диабете	1
9	2	10.Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нарушениях обмена веществ и близорукости	ЛФК при заболеваниях вен	1
		ИТОГО в семестре		10

2.4. Примерная тематика курсовых работ
Не предусмотрены

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

3.1. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4	5
9	1	Общие основы лечебной физической культуры и лечебная физическая культура при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного аппарата	1.Подготовка к индивидуальному собеседованию по 1 разделу дисциплины по теме «Методика ЛФК при дефектах осанки»	6
			.2.Подготовка к индивидуальному собеседованию по 1 разделу дисциплины по теме « Методика ЛФК при	6

			плоскостопии» 3.Изучение литературы основной 4.Выполнение заданий по методическим рекомендациям. 5.Выполнение заданий по методическим рекомендациям. 6.Изучение литературы дополнительной	6 6
9	2	Лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях суставов и заболеваниях нервной системы	1.Подготовка к индивидуальному собеседованию по теме « Методика ЛФК при артритах» 2.Подготовка к индивидуальному собеседованию по теме « Методика ЛФК при артрозах» 3. Изучение литературы основной по 2 разделу. 4. Изучение литературы дополнительной по 2 разделу 5.Выполнение заданий по методическим рекомендациям. 6.Выполнение заданий по методическим рекомендациям. 7..Подготовка к тестовому контролю	6 6 6 6 6 6 3

9	3	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нарушениях обмена веществ и близорукости	1.Подготовка к индивидуальному собеседованию по теме «Методика ЛФК при недостаточности кровообращения» 2.Подготовка к индивидуальному собеседованию по теме «Методика ЛФК при плеврите» .3.Изучение литературы основной по 3 разделу. 4.Изучение литературы дополнительной по 3 разделу 5.Выполнение заданий по методическим рекомендациям. 6.Выполнение заданий по методическим рекомендациям. 7.Подготовка к тестовому контролю	5 6 5 6 5 6 8
			Подготовка к экзамену	37
		ИТОГО в семестре:		153

3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Вопросы для самоконтроля по теме « ЛФК при дефектах осанки».

Вариант 1.

1. Дайте определение осанки
2. Перечислите основные причины развития дефектов осанки

3. В каком случае проба на силовую выносливость мышц спины считается удовлетворительной?
4. Какие мышцы надо укреплять в первую очередь при увеличении поясничного лордоза? Приведите пример упражнения.

Вариант 2.

1. Назовите дефекты осанки в сагиттальной плоскости.
2. Охарактеризуйте развитие мышечно-суставного чувства при формировании навыка правильной осанки.
3. Назовите физиологические изгибы позвоночника и охарактеризуйте их.
4. Какие мышцы надо укреплять в первую очередь при сутуловатости, увеличении грудного кифоза? Приведите пример упражнения.

Вариант 3.

1. Перечислите признаки нормальной осанки.
2. Назовите основные направления профилактики дефектов осанки.
3. В каком случае проба на силовую выносливость мышц брюшного пресса считается удовлетворительной?
4. Назовите наиболее выгодные исходные положения в методике ЛФК при дефектах осанки.

Примерные варианты тестирования по дисциплине

Вариант № 1

Что относится к средствам ЛФК:

- а) урок лечебной гимнастики
- б) утренняя гигиеническая гимнастика
- в) самостоятельные занятия физическими упражнениями
- г) естественные факторы природы

Вариант № 2

По характеру мышечного сокращения физические упражнения могут быть:

- а) динамические
- б) ациклические
- в) циклические
- г) корректирующие

3.3.1. Контрольные работы/рефераты не предусмотрены.

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

4.2. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по учебной дисциплине Рейтинговая система в Университете не используется.

5. **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Вайнер, Эдуард Наумович. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / Э. Н. Вайнер. - Москва : КноРус, 2016. - 346 с. - (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 344-346. - Режим доступа: http://www.book.ru/book/921167 (08.11.2016).	1-3	9		
2	Лечебная физическая культура [Текст] : учебник / под ред. С. Н. Попова. - 7-е изд., стер. - М. : Академия, 2009. - 416 с. : ил.	1-3	9	10	0

5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344711 (21.05.2016).	1-3	9		
2	Лечебная физическая культура [Текст] : учебно-методическое пособие / сост. Н. В. Срослова; РГУ им. С. А. Есенина. - Рязань : РГУ, 2006. - 43 с. + 1 CD-ROM. - То же [Электронный ресурс] -	1-3	9	39	

	Режим доступа: http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/635 (дата обращения: 03.04.2018).				
3	Физическая культура для студентов, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе : учебно-методическое пособие / В.К. Кулешов, Е.Ю. Вавилина, Е.Л. Чеснова, Т.М. Нигровская. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 70 с. [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210948 (21.05.2016)	1-3	9		
4	Баранов, В.В. Физкультурная реабилитация студентов с функциональными нарушениями опорно - двигательного аппарата : учебно-методическое пособие / В.В. Баранов ; учредители: Министерство образования и науки Российской Федерации ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург : ОГУ, 2014. - 160 с. : ил. - Библиогр.: с. 111-113. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=330479 (24.05.2016).	1-3	9		
5	Лечебная физкультура и спортивная медицина [Текст] : научно-практический журнал / учредитель и изд. : ОБЩЕРОССИЙСКИЙ ОБЩЕСТВЕННЫЙ ФОНД «СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ РОССИИ». –2002 - . – Москва, 2016 - . – 6 раз в год. – ISSN 2072-4136	1-3	7	Электронный ресурс	

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

1. ВООК.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: (15.04. 2018)).
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: 15.04.2018).
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: (15.04. 2018)).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.11.2017).
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: 15.04.2018).
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 (дата обращения: 15.04.2018).
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: 15.04.2018).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-onJine.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

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: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/>? свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный

ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).

4. Prezentacya.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).

5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).

7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).

8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp, свободный (дата обращения: 15.04.2018).

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).

10. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru> (28.08.2018)

11. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru> (28.08.2018)

12. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (28.08.2018)

13. Медицинский справочник [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.medical-enc.ru/lfk/>

14. Медицинская информационная сеть [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.medicinform.net>

15. ЛФК и массаж по учебнику В.И.Дубровского "Лечебная Физическая Культура"(персональный сайт) [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://physiotherapy.narod.ru/>

16. Лечебная физкультура и спортивная медицина [Текст] : научно-практический журнал / учредитель и изд. : ОБЩЕРОССИЙСКИЙ ОБЩЕСТВЕННЫЙ ФОНД «СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ РОССИИ». – 2002 - . – Москва, 2016 - . – 6 раз в год. – ISSN 2072-4136 (доступно в формате ПДФ) [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.fksport.ru>. Информация о подписке на электронные формы полнотекстовых выпусков и заказ отдельных статей журнала размещена на сайте Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU http://elibrary.ru/project_subscription.asp

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий:

Стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, экран настенный, др. оборудование 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, Excel, PowerPoint и др.

6.3. Требования к специализированному оборудованию:

Зал для проведения групповых и индивидуальных занятий ЛФК. 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, терренкур и др.
Индивидуальные задания	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
Лабораторная работа	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 ЛФК при различных заболеваниях. Методические указания по выполнению лабораторных работ: Комплексы упражнений для разучивания приведены в следующих изданиях: 1. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура [Текст] : учебник (Бакалавриат). - Рек. ФГБОУ ВПО "Рос. гос. пед. ун-том им. А. И. Герцена". - ФГОС. Москва : КноРус, 2016. – 346 с. 2. Лечебная физическая культура [Текст] : учебник / под ред.

	С. Н. Попова. - 9-е изд., стер. (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). - Москва : Академия, 2013.
Подготовка к тестированию	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Подготовка к экзамену	При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

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

1. Компьютерное тестирование по итогам изучения разделов дисциплины.
2. Использование слайд-презентаций при проведении практических занятий.

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

Название ПО	№ лицензии, договора
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая
7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

Приложение 1

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) для промежуточного контроля успеваемости

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции) или её части)	Наименование оценочного средства
1.	Общие основы лечебной физической культуры и лечебная физическая культура при заболеваниях и некоторых деформациях опорно-двигательного	ПК13 ОПК10	Экзамен
2.	Лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях суставов и заболеваниях нервной	ПК13 ОПК10	Экзамен
3.	Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нарушениях обмена веществ	ПК13 ОПК10	Экзамен

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ПК 13	умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно	знать	

	утраченных функций (ПК-13);		
		1.Организацию работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях;	ПК13 31
		2.Методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;	ПК1332
		3.Основы методики ЛФК при различных заболеваниях	ПК1333
		уметь	
		1.Проводить групповые и индивидуальные занятия по лечебной гимнастике;	ПК13У1
		2.Проводить работу среди различных групп населения по широкому использованию средств и методов физической культуры в целях сохранения и укрепления здоровья;	ПК13У2
		3.Осуществлять профилактику различных заболеваний средствами и методами ЛФК.	ПК13У3
		владеть	
		1.Осуществления консультаций по самостоятельному применению методик лечебной физкультуры	ПК13В1
		2.Навыками составления индивидуальных программ лечебной гимнастики при проведении физкультурно-оздоровительных занятий;	ПК13В2
		3.Методиками проведения занятий ЛФК при различных заболеваниях	ПК13В3
ОПК 10	знанием этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-10);	знать	

		1. Организационно-методические основы преподавания физической культуры учащимися специальной медицинской группы;	ОПК10 31
		2. Механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях	ОПК10 31
		3. Этиологию и патогенез заболеваний, в лечении которых используется ЛФК.	ОПК10 33
		Уметь	
		1. Разрабатывать схемы и комплексы лечебной и гигиенической гимнастики для учащихся, занимающихся в специальной медицинской группе.	ОПК10У1
		2. Использовать различные средства ЛФК в лечении заболеваний и травм	ОПК10У2
		3. Проводить занятия по профилактике функциональных отклонений и заболеваний ОДА у учащихся.	ОПК10У3
		владеть	
		1. Навыками нормирования нагрузки и обеспечения контроля за функциональным состоянием занимающихся во время занятий ЛФК в зависимости от тяжести заболевания, пола и возраста.	ОПК10 В1
		2. Методами определения основных показателей, позволяющих оценить эффективность лечебной физической культуры.	ОПК10В2
		3. Навыками осуществления контроля за санитарно-	ОПК10В3

		гигиеническим состоянием мест проведения занятий ЛФК и сохранностью инвентаря.	
--	--	--	--

**ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЕ**

**КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ
АТТЕСТАЦИИ (ЭКЗАМЕН)**

1	Предмет и задачи ЛФК. Значение ЛФК в комплексном лечении заболеваний и травм, в реабилитации спортсменов.	ПК13 31 ПК13 У3
2	Механизмы лечения действия физических упражнений. Показания и противопоказания к ЛФК.	ПК13 У3 ПК13В1 ОПК10 32
3	Средства и формы ЛФК. Лечебная гимнастика как основная форма ЛФК.	ПК13 У1 ОПК10У2
4	Периоды и продолжительность курсового проведения ЛФК. Двигательные режимы.	ПК13 У1 ОПК10 В1
5	Классификация физических упражнений в ЛФК.	ОПК10 32
6	Организация работы инструктора-методиста по ЛФК. Организация работы отделения (кабинета) ЛФК.	ПК1 331 ПК13 У2 ОПК10 В3
7	Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК. Контроль за переносимостью и эффективностью ЛФК.	ПК13В1 ОПК10 В1
8	Нетрадиционные формы занятий в ЛФК (фитбол-гимнастика, «сухие бассейны», современные тренажерные комплексы, Модуль-игра и т.п.).	ПК13 У1 ОК1 У2 ПК13В2
9	Осанка. Характеристика нарушений осанки. Предупреждение дефектов осанки в детском	ПК13 У3 ОПК10 33

	возрасте.	
10	Организационно-методические требования к проведению занятий при нарушениях осанки.	ПК13 У1
11	Методика ЛФК при различных видах дефектов осанки.	ПК13 33 ПК13В3
12	Методика оценки функционального состояния опорно-двигательного аппарата.	ПК13 У3 ПК13В3 ОПК10 В2
13	Плоскостопие, классификация, диагностика.	ОПК10 33
14	Методика ЛФК для укрепления сводов стопы и лечения плоскостопия.	ПК13 33 ПК13В3
15	Сколиозы. Этиология, формы, степень выраженности. Профилактика и лечение детей со сколиозами.	ПК13 У3 ОПК10 33
16	Методика ЛФК при сколиозах. Рациональная схема построения занятий ЛФК при сколиозе.	ПК13 33 ПК13В3
17	Клинико-физиологическое обоснование применения средств ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и органов дыхания.	ПК13 У3 ОПК10 32
18	Формирование навыков произвольного управления дыханием. Основные характеристики рационального дыхания.	ПК13 33 ОК1 У3 ПК13В3
19	Краткая характеристика заболеваний органов дыхания. Механизм нарушения внешнего дыхания при заболеваниях органов дыхания. Дыхательная и легочно-сердечная недостаточность, причины, классификация.	ОПК10 33
20	Краткая характеристика бронхиальной астмы, методика ЛФК. Бронхиальная астма физического усилия.	ПК13 33 ПК13В3 ОПК10 33
21	Метод волевой ликвидации глубокого дыхания по Бутейко, парадоксальная гимнастика	ПК13 33 ПК1

	Стрельниковой.	ЗУЗ ПК13В1
22	Основные принципы методики ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	ПК13 33 ПК13В3
23	Краткая характеристика основных заболеваний сердца и сосудов. Недостаточность кровообращения, ее стадии, виды.	ОПК10 33
24	Общие принципы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Экстракардиальные факторы кровообращения.	ПК13 33 ПК1 ЗУЗ ПК13В3
25	Особенности методики ЛФК при заболеваниях вен (варикозном расширении вен, тромбофлебите).	ОК1 33 ОК1В3
26	Понятие о нейроциркуляторной дистонии (НЦД). Основные принципы методики ЛФК при НЦД.	ПК13 33 ПК13В3 ОПК10 33
27	Лечебная физическая культура при ревматизме и пороках сердца. Показания и противопоказания. Методика ЛФК на различных этапах восстановительного лечения.	ПК13 33 ПК31В3
28	Лечебная физическая культура при гипер– и гипотонической болезни. Показания и противопоказания.	ПК13 33 ПК13В3
29	Вялые и спастические параличи, методика ЛФК при их лечении.	ПК13 33 ПК13В3
30	Детский церебральный паралич. Методика ЛФК при детском церебральном параличе.	ПК13 33 ПК13В3
31	Характеристика заболеваний суставов воспалительного и дегенеративного характера. Заболевания суставов и околосуставных тканей у спортсменов.	ОПК10 33
32	Методика ЛФК при артритах .	ПК13 33 ПК13В3

33	Методика ЛФК при артрозах.	ПК13 33 ПК13В3
34	Остеохондроз позвоночника. Клинические проявления, методика ЛФК в различные периоды заболевания.	ПК13 33 ПК13В3 ОПК10 33
35	Краткая характеристика ожирения у детей школьного возраста. Методика и механизм лечебного действия физических упражнений при ожирении.	ПК13 33 ПК13В3
36	Краткая характеристика сахарного диабета, особенности у детей школьного возраста. Методика и механизм лечебного действия физических упражнений при сахарном диабете.	ПК13 33 ПК13В3 ОПК10 33
37	Классификация переломов костей, диагностика и современные методы лечения.	ОПК10 33
38	Методика ЛФК при переломах длинных трубчатых костей.	ПК13 33 ПК13В3 ОПК10У2
39	ЛФК при внутрисуставных переломах (при травмах коленного сустава и повреждениях менисков).	ПК13 33 ПК13В3
40	Особенности реабилитации спортсменов после травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата.	ПК13 33 ПК13В3 ОПК10У2
41	Комплектование специальных медицинских групп в школе. Средства и формы физического воспитания в специальных медицинских группах.	ПК13 У2 ОПК10 33 ОПК10 У3 ОПК10 У1
42	Организация и проведение занятий в специальных медицинских группах в школе (структура урока, дозирование нагрузок, плотность занятий).	ПК13 У1 ПК13В2 ОПК10 31 ОПК10 У1
43	ЛФК при близорукости. Коррекция и профилактика нарушений зрения.	ПК13 33 ПК13 У3 ПК13В3

44	Особенности занятий физической культурой с гиперактивными и гипоактивными детьми.	ПК13 32 ПК13 У2 ПК13В2
45	ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.	ПК13 33 ПК13В3
46	Методика ЛФК при переломах позвоночника.	ПК13 33 ПК13В3
47	Методика ЛФК при переломах костей таза.	ПК13 33 ПК13В3
48	ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы.	ПК13 33 ПК13В3
49	ЛФК для детей с врожденной аномалией развития (врожденный вывих бедра, врожденная косолапость, врожденная мышечная кривошея).	ПК13 33 ПК13В1 ПК13В3
50	Оздоровительная физическая культура для лиц среднего и пожилого возраста.	ПК13 32 ПК13 У2 ПК13В1 ПК1 3У3 ПК13В2

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Результаты выполнения обучающимся заданий на экзамене оцениваются по пятибалльной шкале.

«Отлично» (5) – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

«Хорошо» (4) - оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на

вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

«Удовлетворительно» (3) - оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

«Неудовлетворительно» (2) - оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.

**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



«30» августа 2020 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)
«Лечебная физическая культура»**

Направление подготовки

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль)

Адаптивное физическое воспитание

Квалификация

бакалавр

Форма обучения

заочная

1. Цель освоения дисциплины – формирование у студентов компетенций в области знаний и практических навыков по проведению занятий по лечебной физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к вариативной части Блока Б.1 Обязательные дисциплины – Б1.В.ОД.8.

Дисциплина изучается на 5 курсе (9 семестр).

3. Трудоемкость дисциплины: 5 зачетных единиц, 180 академических часов.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы и индикаторами достижения 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 (навыками)
1	2	3	4	5	6
1.	ПК13	умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК-13);	1.Организацию работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях; 2.Методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения; 3.Основы методики ЛФК при различных заболеваниях	1.Проводить групповые и индивидуальные занятия по лечебной гимнастике; 2.Проводить работу среди различных групп населения по широкому использованию средств и методов физической культуры в целях сохранения и укрепления здоровья; 3.Осуществлять профилактику	1.Осуществления консультаций по самостоятельному применению методик лечебной физкультуры 2.Навыками составления индивидуальных программ лечебной гимнастики при проведении физкультурно-оздоровительных занятий; 3.Методиками проведения занятий ЛФК при различных заболеваниях

				различных заболеваний средствами и методами ЛФК.	
2.	ОПК-10	знанием этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-10);	<p>1. Организационно-методические основы преподавания физической культуры учащимися специальной медицинской группы;</p> <p>2. Механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях</p> <p>3. Этиологию и патогенез заболеваний, в лечении которых используется ЛФК.</p>	<p>1. Разрабатывать схемы и комплексы лечебной и гигиенической гимнастики для учащихся, занимающихся в специальной медицинской группе.</p> <p>2. Использовать различные средства ЛФК в лечении заболеваний и травм</p> <p>3. Проводить занятия по профилактике функциональных отклонений и заболеваний ОДА у учащихся.</p>	<p>1. Навыками нормирования нагрузки и обеспечения контроля за функциональным состоянием занимающихся во время занятий ЛФК в зависимости от тяжести заболевания, пола и возраста.</p> <p>2. Методами определения основных показателей, позволяющих оценить эффективность лечебной физической культуры.</p> <p>3. Навыками осуществления контроля за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий ЛФК и сохранностью инвентаря.</p>

5. Форма промежуточной аттестации и семестр (ы) прохождения

Экзамен (9 семестр).

Дисциплина реализуется частично с применением дистанционных образовательных технологий.