

Министерство образования и науки РД  
ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж  
им. Г.Б. Казиахмедова»

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины

## **ОП.06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа**

для специальности  
49.02.01 Физическая культура

Дербент 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УР ГБПОУ  
«Дербентский профессионально-  
педагогический колледж им. Г.Б.  
Казиахмедова»

*Н.Г. Махмудова* Махмудова Н.Г.  
Подпись ФИО

*31.08.* 2022г.

Рабочая программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 «Физическая культура. Тренер», рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2022-2023 учебный год.

Организация-разработчик: ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им. Г.Б. Казиахмедова».

Разработчик: Рамазанова С.А.

Рецензент:

Рекомендована научно-методическим советом ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им. Г.Б. Казиахмедова» для применения в учебном процессе. Заключение научно-методического совета

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	19
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	24

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована профессиональными образовательными организациями на территории Российской Федерации, имеющими право на реализацию основной профессиональной образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена по данной укрупненной группе специальностей и в области физического воспитания.

### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Общепрофессиональная дисциплина ОП.06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа является составной частью профессионального учебного цикла.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;
- под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (далее - ЛФК);
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в

ЛФК;

- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;
- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;

- основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;
- особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

Изучение учебной дисциплины Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа способствует формированию общих компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях,

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития ОК5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей

ОК 11. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности. Изучение учебной дисциплины Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа способствует формированию профессиональных компетенций:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия ПК

1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения ПК 1.4.

Анализировать учебные занятия

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре ПК 2.1.

Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия ПК 2.2. Проводить

внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов

ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений ПК 3.4.

Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося - 114 часов, в том числе: - обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 76 часов;

- самостоятельной работы обучающегося - 38 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	114
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	76
в том числе:	
теоретические занятия	56
практические занятия	20
курсовая работа (проект)	не предусмотрено
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	38
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры - ры и массажа**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>ОП.06. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа</b>			
<b>Раздел 1. Основы врачебного контроля и врачебнопедагогических наблюдений (ВПН) за лицами, занимающимися физкультурой и спортом</b>			
<b>Тема 1.1. Определение и оценка физического развития, основные методы антропометрии и соматоскопии. Физкультурные группы</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. <b>Основы врачебного контроля</b>            Актуальность врачебно-педагогических наблюдений за лицами занимающимися физкультурой и спортом. Понятийный аппарат врачебного контроля. Взаимосвязь врачебного контроля с такими науками как физиология, спортивная медицина и лечебная физкультура.</p>	<b>10</b>	2



	2.	<b>Теоретические основы физического развития</b> Взаимодействие с медицинским работником при проведении врачебнопедагогических наблюдений и обсуждение их результатов. Объект, предмет, цель и задачи антропометрии и соматоскопии. Оздоровительные, лечебные и профилактические мероприятия в процессе занятий физической культурой и спортом. Физкультурные группы, техника распределения в соответствии с физическим развитием и состоянием здоровья.		2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>1</b>	
	1.	Подготовка докладов по теме «История развития и методология врачебного контроля».		
<b>Тема 1.2.</b> Определение и классификация функциональных проб. Спортивный травматизм	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>10</b>	2
	1.	<b>Функциональные пробы в рамках врачебно-педагогических наблюдений</b> Понятие и классификация функциональных проб. Оценка результатов функциональных проб. Типы реакции пульса на дозированную физическую нагрузку. Понятийный аппарат о толерантности к физическим нагрузкам и контролем за занимающимися физкультурой и спортом. Объект, предмет, цель и задачи изучения врачебного контроля и основных функциональных проб.		
	2.	<b>Основы спортивного травматизма</b> Причины и профилактика спортивного травматизма. Механизм контроля физических нагрузок в разных видах спорта. Объект, предмет, цель и задачи изучения врачебно-педагогических наблюдений за спортсменами.		2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>1</b>	
	1.	Составление схемы по теме «Распределение функциональных проб в зависимости от физических нагрузок».		

<p><b>Раздел 2. Основы лечебной физкультуры (ЛФК) как науки и учебной дисциплины. Формы и средства ЛФК, особенности ЛФК как метода поддержания здорового образа жизни, профилактики и лечения разных заболеваний</b></p>			
<p><b>Тема 2.1. Общие основы ЛФК.</b> Основные методы и способы дозирования ЛФК</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	<p><b>8</b></p>	<p>2</p>
<p>1. <b>Основы ЛФК как метода оздоровительных технологий</b> Лечебная физкультура в системе оздоровительных технологий в рамках ФЗ № 323 «Об охране здоровья граждан». Физиологическое действие метода ЛФК на организм здорового и больного. Физиологические реакции в ответ на ЛФК. Методические основы ЛФК как отражение физиологических закономерностей влияния на организм.</p>	<p>2</p>		
<p>2. <b>Методологические принципы ЛФК</b> Методические основы ЛФК как отражение физиологических закономерностей влияния на организм дозированных физических нагрузок. Показания и противопоказания (общие и временные) к ЛФК. Объект, предмет, цель и задачи изучения ЛФК. Способы дозирования нагрузки. Взаимосвязь ЛФК с такими науками как физиология, спортивная медицина и массаж.</p>	<p><b>1</b></p>		
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p>	<p>1. Подготовка доклада на тему: «Физиологическое действие ЛФК на организм человека».</p>		
<p><b>Тема 2.2. Средства, формы и</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	<p><b>10</b></p>	<p>2</p>

методы занятий ЛФК, классификация физических упражнений. Современные технологии ЛФК с применением механических средств: аппаратов, тренажеров, гимнастических предметов и снарядов	1.	<b>Технологии и методы занятий ЛФК, формы ЛФК</b> Понятие метода и современных технологий ЛФК для лиц занимающихся физкультурой и спортом. Методы обучения ЛФК на уроках физической культуры. Специфика отбора и комбинации методов ЛФК в работе с детьми в разных физкультурных группах. Технологии применения основных форм ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, дозированная ходьба, терренкур, прогулка, ближний туризм. Методика дозирования.		
	2.	<b>Основные средства ЛФК. Способы дозирования, контроля эффективности и безопасности применения ЛФК</b> Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК. Физические упражнения - как основное средство ЛФК, классификация физических упражнений. Методы применения гимнастических, спортивно-прикладных и игровых физических упражнений.		2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>1</b>	
	1.	Анализ конспектов занятий и мероприятий по методам ЛФК, определение методов и форм ЛФК, используемых в процессе организации занятий на уроках физкультуры, обоснование их эффективности (не эффективности).		
Тема 2.3. Комплексы ЛФК в программах оздоровления и профилактики заболеваний у лиц занимающихся физкультурой и спортом	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>8</b>	2
	1.	<b>Особенности технологии составления и применения комплексов ЛФК</b> Под руководством врача разработка комплексов ЛФК и проведение индивидуальных и групповых занятий лечебной физической культурой. Методика построения занятий ЛФК, сочетание и дозирование вводной, основной и заключительной частей занятия. Знания и умения, необходимые педагогу для проведения комплексов ЛФК. Компетенции и профессиональное мировоззрение педагога. Профессиональное самообразование и саморазвитие, применение ЛФК у детей дошкольного возраста с отклонениями в состоянии здоровья.		

	2.	<b>Современная система профилактического и лечебного применения ЛФК</b> Цели, задачи и структура современной системы применения ЛФК у лиц с ограниченными возможностями здоровья в Российской Федерации и зарубежных странах, перспективы ее развития. Профилактическое и лечебное применение комплексов ЛФК при нарушениях со стороны сердечно-сосудистой, нервной, костно-мышечной, эндокринной и других систем, опорнодвигательного аппарата. Методы контроля эффективности и безопасности применения ЛФК.		3
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>1</b>	
	1.	Составление таблицы по теме «Общие и специальные принципы дозирования физических нагрузок при составлении комплексов ЛФК». Разработка заданий для индивидуальной, групповой и консультативной методик ЛФК.		
<b>Раздел 3. Общие основы массажа. Современные технологии разных приемов ручного и аппаратного массажа и их сочетание</b>				
<b>Тема 3.1. Массаж и его влияние на организм. Классификация видов и приемов массажа</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>10</b>	2
	1.	<b>Понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм</b> Показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК. Определение и классификация массажа по приемам и видам. Способы дозирования, контроля эффективности и безопасности массажа. Физиологическое действие массажа на организм.		
	2.	<b>Основные виды и приемы массажа</b> Особенности применения массажа у детей. Применение с профилактической и лечебной целью сегментарно-рефлекторного, точечного и спортивного массажа.		2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>	

	1.	Анализ разных видов и приемов массажа, способов их дозирования.		
Тема 3.2. Классификация, техника и методика профилактического и лечебного применения разных видов и приемов массажа	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	1.	Подготовка рабочего места для проведения массажа, учет показаний и противопоказаний.		
	2.	Использование основных приемов массажа и самомассажа.		
	3.	Последовательность проведения массажных приемов.		
	4.	Частные методики профилактического и лечебного применения массажа.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>7</b>	
	1.	Подготовить доклад по теме «Современные представления о спортивном массаже, новые технологии и средства массажа в спорте».		
	2.	Составление теста по теме «Влияние разных приемов массажа при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата».		
	3.	Подготовить тезисы по теме «Особенности профилактического лечебного использования массажа у детей и подростков».		
	4.	Подготовка доклада по теме «Современные основы аппаратного массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата».		
	5.	Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор студентов).		
6.	Анализ видов и приемов массажа у детей и подростков.			
7.	Разработка заданий для последовательного проведения приемов самомассажа.			

<p><b>Раздел</b>  <b>4.Врачебнопедагогические наблюдения и врачебный контроль. Взаимодействие с медицинским работником, обсуждение результатов ВПН, контроль эффективности и безопасности применения дозированных физических нагрузок. Спортивная морфология и антропометрия</b></p>				
<p><b>Тема 4.1.</b> Основные методы и техника проведения функциональных проб у лиц, занимающихся физической культурой и спортом</p>	<p><b>Практические занятия</b></p>		<p><b>4</b></p>	
<p>1.</p>	<p>Цели и задачи содержания врачебного контроля в практике.</p>			
<p>2.</p>	<p>Проведение простейших функциональных проб.</p>			
<p>3.</p>	<p>Основные антропометрические и соматоскопические параметры.</p>		<p><b>3</b></p>	
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p>				
<p>1.</p>	<p>Подготовка доклада по теме «Изменение параметров физического развития у детей и подростков в зависимости от физических нагрузок».</p>			
<p>2.</p>	<p>Анализ основных антропометрических и соматоскопических параметров ВК.</p>			
<p>3.</p>	<p>Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор студентов).</p>		<p><b>4</b></p>	
<p><b>Практические занятия</b></p>				
<p>1.</p>	<p>Назначение проведения простейших функциональных проб.</p>			
<p>2.</p>	<p>Методика проведения простейших функциональных проб.</p>			
<p>3.</p>	<p>Цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой.</p>			

4.	Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе.		
----	--	--	--

<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>6</b>	
1.	Анализ подбора соответствующего двигательного режима и проведения функциональных проб для оценки состояния физкультурников и спортсменов.		
2.	Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор студентов).		
3.	Подготовка доклада по теме «Основные критерии формирования школьников в физкультурные группы».		
4.	Разработка алгоритма заполнения врачебно-педагогической документации.		
5.	Составление теста по теме «Основные параметры физического развития в формировании физкультурных групп».		
6.	Разработка конспектов проведения занятий и мероприятий в системе формирования медицинских групп для занятий детей физической культурой (в дошкольных и школьных образовательных организациях).		

<b>Раздел 5. Основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательной системы</b>			
--	--	--	--

<b>Тема 5.1. Формы и средства лечебной физкультуры и их практическое применение у</b>	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	1.	Основные методы, формы и средства лечебной физкультуры.		
	2.	Внедрение в практику форм ЛФК.		

детей и подростков	3.	Практическое применение основных средств ЛФК.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>3</b>	
	1.	Анализ и составление фрагментов специальных и общетонизирующих упражнений в комплексах ЛФК.		
	2.	Подготовка доклада по теме «Принципы построения комплекса ЛФК, особенности вводной, основной и заключительной частей комплексов».		
	3.	Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор студентов).		
<b>Тема 5.2. Методические особенности проведения занятий ЛФК с детьми школьного возраста, составление и проведение комплексов ЛФК у детей и подростков с деформациями и заболеваниями опорно-двигательного аппарата</b>	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	1.	Методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста.		
	2.	Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>3</b>	
	1.	Анализ и составление комплексов ЛФК при сколиозе и остеохондрозе позвоночника у детей и подростков.		
	2.	Составление презентации по теме «Профилактика и лечение заболеваний позвоночника у детей».		
	3.	Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор студентов).		
<b>Тема 5.3. Классификация дыхательных упражнений и их практическое применение. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания</b>	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	1.	Дыхательные упражнения в системе профилактики и лечения заболеваний органов дыхания.		
	2.	Характеристика специальных методик ЛФК с применением дыхательной гимнастики.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>3</b>	



	1.	Анализ и составление комплексов ЛФК с использованием разных видов дыхательных упражнений.		
	2.	Подготовка доклада по теме «Влияние специальных дыхательных упражнений на функцию внешнего и внутреннего дыхания».		
	3.	Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор студентов).		
<b>Тема 5.4.</b> Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Связь физических нагрузок с работой сердца. ЛФК в системе профилактики и лечения заболеваний сердечнососудистой системы у спортсменов	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	1.	Статико-изометрическая гимнастика в системе профилактики и лечения заболеваний сердечно-сосудистой системы.		
	2.	Специальные методики ЛФК с применением статико-изометрической, дыхательной гимнастики и дозированной ходьбы.		
	3.	Основы профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний в спорте.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>3</b>	
	1.	Анализ и составление комплексов ЛФК с включением упражнений статикоизометрического характера и дозированной ходьбы.		
	2.	Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор студентов).		
	3.	Подготовка доклада по теме «Особенности ЛФК в профилактике и лечении сердечно-сосудистых заболеваний у спортсменов».		
<b>Тема 5.5.</b> Лечебная физкультура при заболеваниях центральной и периферической нервной системы. Связь физических нагрузок с нервной системой. ЛФК в системе профилактики и лечения заболеваний нервной системы у детей и подростков.	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
	1.	Связь физических нагрузок и их влияние на центральную и периферическую нервную систему.		
	2.	Характеристика детей и подростков с патологией и риском развития заболеваний центральной и периферической нервной системы.		
	3.	Особенности профилактики и лечения таких симптомов как перенапряжение, переутомление и перетренированность.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>3</b>	

Понятие перенапряжения, переутомления и перетренированности	1.	Анализ и составление комплексов ЛФК у детей и подростков с патологией и риском развития заболеваний нервной системы.		
	2.	Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор студентов).		
	3.	Подготовка доклада по теме «Метод ЛФК в лечении и профилактике неврозов у лиц, занимающихся физической культурой и спортом».		
		<b>Всего:</b>	<b>111</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Лечебной физической культуры и врачебного контроля», «Массажа», лаборатории физической и функциональной диагностики.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- наличие зала ЛФК (зал ритмики);
- наличие спортивного зала с гимнастическими снарядами;
- гимнастические предметы: мячи, гантели, скакалки, гимнастические коврики, гимнастические палки;
- рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером, проектором, экраном, колонками;
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты ученых по следующим наукам:

ЛФК, ВК и массаж и др.);

- технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в Интернет, мультимедийный проектор, колонки;
- комплект учебно-методических материалов и оборудования для проведения врачебно-педагогических наблюдений, врачебного контроля, ЛФК и массажа (в количестве 1 шт. каждого вида оборудования):

№ п/п	Наименование вида оборудования	Назначение оборудования
1.	Тонометр	Измерение АД
2.	Фонендоскоп	Аускультация, измерение АД
3.	Сантиметровая лента	Антропометрия, соматоскопия
4.	Угломер	Антропометрия
5.	Динамометр кистевой	Антропометрия, динамометрия
6.	Спирометр	Измерение ЖЕЛ, ФСЛ
7.	Калипер	Измерение толщины ПЖК
8.	Ростомер	Измерение роста
9.	Весы	Измерение веса, индексы
10.	Секундомер	Функциональные пробы
11.	ВК-карты	Оформление параметров и оценка физического развития
12.	Массажный стол	Изучение техники и методики проведения массажа

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Лечебная и адаптивная физическая культура. Плавание [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н.Ж. Булгакова и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой.- М.: Юрайт, 2018
2. Рипа М.Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие / М.Д Рипа, И.В. Кулькова.- М.: Юрайт, 2018
3. Виленская Т.Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.Е. Виленская. - М.: Юрайт, 2018
4. Бегитова Т.П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.П. Бегитова.- М.: Юрайт, 2018
5. Завьялова Т.П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.П. Завьялова. - М.: Юрайт, 2018
6. Лечебная физическая культура [Текст]: учебник /С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева и др.; под ред. С.Н. Попова.- М.: Издательский центр «Академия», 2013.- 416 с.
7. Бирюков А.А. Лечебный массаж [Текст]: учебник / А.А. Бирюков.- М.: Издательский центр «Академия», 2013.- 368 с.

Дополнительные источники:

1. А.В. Епифанов, Е.Е. Ачкасов, В.А. Епифанов. Медицинская реабилитация. ГЭОТАР-Медиа, 2015, 668 с.
2. В.А. Епифанов. Лечебная физическая культура, М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006, 568 с.
3. В.А. Епифанов. Лечебная физическая культура и массаж: учебник для училищ и колледжей, М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012, 525 с.
4. В.А. Епифанов. Медицинская реабилитация. М. Дпресс-информ, 2005, 398 с.
5. В.А. Епифанов. Спортивная медицина. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006, 336 с.
6. Влияние различных видов массажа на показатели биологического возраста у лиц старше 30 лет. Е.А. Турова. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. 2012, № 3
7. В.М. Боголюбов. Медицинская реабилитация. Изд.3. М. БИНОМ, 2010
8. Использование метода круговой тренировки на занятиях по физической культуре со студентами специальной медицинской группы, А.Н. Шкробко, В.А. Маргазин, М.А. Гансбургский, Ярославль, 2015, 88 с.
9. В.Ф. Кузнецов. Справочник по вертеброневрологии: клиника, диагностика. / Минск: изд-во «Беларусь», 2000

10. Комплексная физиотерапевтическая методика диагностики и коррекции функционального состояния позвоночника человека, А.В. Чоговадзе, М., 2005
11. Кондрашев А.В. Медицинский массаж, М., ВУНМЦ, 2005, 144 с.
12. Лечебная физическая культура: достижения и перспективы развития. Материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Москва, 2016, 311 с.
13. Лечебная физкультура в системе реабилитации больных с острыми нарушениями мозгового кровообращения, ЯГМА, кафедра ЛФК и спортивной медицины, Ярославль, 2000
14. Мануальная диагностика и терапия дисфункций внутренних органов, Л.Ф. Васильева, А.М. Михайлов, Новокузнецк, 2007
15. Маргазин В.А., Носкова А.С., Бурухин С.Ф. Лечебная физическая культура, Ярославль, 2006, 338 с.
16. Организация в образовательном учреждении лечебной физкультуры и массажа при травмах опорно-двигательного аппарата у детей: практическое пособие. Г.В. Каштанова, Е.Г. Мамаева, О.В. Сливина. М.: АРКТИ, 2010
17. Освальд К., Баско С. Стрейчинг для всех. - М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002
18. Реабилитация больных с контрактурой Дюпюитрена, А.В. Новиков, Н. Новгород, 1997
19. Физическая реабилитация больных анкилозирующим спондилоартритом, Е.А. Андропов, В.А. Маргазин, Ярославль, 2002
20. Финандо Д., Финандо С. Исцеляющие руки: Рук-во по диагностике и лечению мышечно-фасциальных болей / Пер. с англ. Ю.Г.Сандалова.- М.: изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001
21. Функциональные пробы в клинической практике и спортивной медицине, Шкрёбко А.Н., Некоркина О.А., Никитина И.Е., Завьялова О.В., Ярославль, 2007, 53 с
22. Шкалы, тесты и опросники в медицинской реабилитации: под ред. А.Н. Беловой, О.Н. Щепетовой.- М.: Антидор, 2002
23. Шихи К. Фитнесс-терапия. Пер. с англ. Гришин А.В. - М.: Терра-спорт, 2001
24. Шкрёбко А.Н., Завьялова О.В. Двигательные режимы. Обоснование. Программы реабилитации при ИБС. Учебно-методическое пособие для студентов. Ярославль, 2009
25. Шкрёбко А.Н., Некоркина О.А., Завьялова О.В. Физическая реабилитация при сердечно-сосудистых заболеваниях. Ярославль, 2009
26. Шкрёбко А.Н., Некоркина О.А., Потапова О.В. Физиобальнеотерапия при сердечно-сосудистых заболеваниях. Монография - Ярославль. - АВЕРС-ПЛЮС, 2010

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.sportmedicine.ru> - сайт по врачебному контролю и спортивной медицине.
2. <http://www.fizkult-ura.ru> - сайт по ЛФК и спортивной медицине.
3. <http://www.massage.ru> - сайт по массажу.

4. Medbook.ru - медицинский информационно-образовательный сайт.
5. WebMedinfo.ru - медицинский информационно-образовательный сайт.
6. <http://meduniver.com/> MedUniver - медицинский сайт MedUniver.com.
7. <http://med-site.narod.ru/> - большой медицинский сайт.
8. <http://www.holisticmed.com/> - ресурсы по немедикаментозным методам лечения.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, выполнения обучающимися тестовых заданий, докладов и ситуационных задач

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умение взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме;</li> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- выполнение контрольных работ;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций</li> </ul>
Умение проводить простейшие функциональные пробы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме;</li> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> </ul>
Умение под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- оценка подготовленных презентаций</li> </ul>
Умение использовать основные приемы массажа и самомассажа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме;</li> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> </ul>
Знание целей, задач и содержания врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций</li> </ul>
Знание назначения и методики проведения простейших функциональных проб	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение контрольных работ;</li> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций</li> </ul>



Знание значения ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмов лечебного воздействия физических упражнений	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме;</li> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций</li> </ul>
Знание средств, форм и методов занятий ЛФК, классификации физических упражнений в ЛФК	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- выполнение контрольных работ</li> </ul>
Знание дозирования и критериев величины физической нагрузки в ЛФК	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме;</li> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- выполнение контрольных работ;</li> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы</li> </ul>
Знание показаний и противопоказаний при назначении массажа и ЛФК	<ul style="list-style-type: none"> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций</li> </ul>
Знание основ методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме;</li> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций</li> </ul>
Знание методических особенностей проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- выполнение контрольных работ;</li> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы</li> </ul>
Знание особенностей коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к подготовительной медицинской группе	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- выполнение контрольных работ;</li> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы;</li> <li>- анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий;</li> <li>- оценка подготовленных докладов,</li> </ul>

	презентаций
Знание понятия о массаже, физиологических механизмах влияния массажа на организм	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме;</li> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- оценка подготовленных докладов, презентаций</li> </ul>
Знание основных видов и приемов массажа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение тестовых заданий и ситуационных задач;</li> <li>- выполнение контрольных работ;</li> <li>- контроль выполнения самостоятельной работы</li> </ul>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190447

Владелец Сейидов Шарафутдин Гаджиалиевич

Действителен с 15.10.2023 по 14.10.2024