

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ ИМ. И.С. ЯРЫГИНА

КАФЕДРА

**Медико-биологических основ физической культуры и безопасности
жизнедеятельности**



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

направление подготовки 49.03.01 – Физическая культура;

направленность (профиль) образовательной программы – спортивная
тренировка

*Квалификация (степень):
бакалавр*

очная форма обучения

Красноярск 2018

Рабочая программа дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» составлена к.м.н., доцентом кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности Брюховец Т.Г.

Рабочая программа дисциплины обсуждена
на заседании кафедры медико-биологических
основ физической культуры и безопасности
Протокол № 7 от 3.05. 2017 г.
Заведующая кафедрой Колпакова Т.В



Одобрено на заседании Научно-методического
совета направления подготовки
Департамента спортивных единоборств
протокол № 6 от 17.05.2017 г.

Председатель совета
д.п.н., профессор  А.И. Завьялов

Рабочая программа дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» актуализирована к.м.н., доцентом кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности Брюховец Т.Г.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности
Протокол № 9 от 04.05. 2018 г.

Заведующий кафедрой



Казакевич Н.Н.

Одобрено на заседании научно-методического совета направления подготовки
Департамента спортивных единоборств
протокол № 9 от 25.05.2018г.

Председатель НМСН
д.п.н, профессор



А.И. Завьялов

Рабочая программа дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» актуализирована к.м.н., доцентом кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности Брюховец Т.Г.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности
Протокол № 7 от 03.04. 2019 г.

Заведующий кафедрой



Казакевич Н.Н.

Одобрено на заседании научно-методического совета направления подготовки
Департамента спортивных единоборств
протокол № 9 от 23.05.2019г.

Председатель НМСН
д.п.н, профессор



А.И. Завьялов

Пояснительная записка

1. Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Рабочая программа дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» разработана согласно ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 августа 2014 г. № 935, Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от «7» апреля 2014 г. №193н; нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П. Астафьева.

2. Трудоёмкость дисциплины

На дисциплину выделяется 72 часа (2 ЗЕ.), в том числе 36 часов на аудиторную работу, 36 часов на самостоятельную работу, форма контроля – зачет в 7 семестре.

3. Цель освоения дисциплины:

- вооружить будущего учителя физической культуры, тренера знаниями и умениями применения физических упражнений в лечебных целях;
- ознакомить студентов с основами общей и частной патологии;
- изучить теоретические аспекты влияния физических упражнений на патологические процессы и повреждения
- дать характеристику физических средств, используемых с лечебной и профилактической целью;
- ознакомить с основными принципами использования средств ЛФК и массажа;
- обучить методикам ЛФК и массажа при лечении наиболее распространенных заболеваний и травмах;
- овладеть методикой проведения индивидуальных и групповых занятий при различных повреждениях и заболеваниях.
- обучить основным методикам оценки эффективности лечебного действия физических упражнений;
- ознакомить с основами массажа и дать начальные навыки использования основных приемов в спортивной и лечебной практике.

4. Планируемые результаты обучения.

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенции)
Повысить уровень знаний теории создания комплекса ЛФК при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм; Ознакомить с теоретическими основами	а) знать: - о сущности патологических изменений, возникающих при поражениях и заболеваниях; - о механизмах лечебного действия физических упражнений и массажа; - об основах организации лечебной физической культуры; - о показаниях и противопоказаниях к применению лечебной физической	ОПК-5 - способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений ; ПК-4 - способностью проводить учебные занятия

<p>лечебного действия и правилами проведения различных видов и приемов массажа;</p> <p>- Привить навыки практической деятельности использования ЛФК и массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и для реабилитации</p>	<p>культуры и массажа;</p> <p>б) уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить задачи лечебной физической культуры для больных с различными заболеваниями и повреждениями; - подбирать наиболее эффективные и адекватные физические упражнения, определять их дозировку и составлять необходимые комплексы упражнений - проводить индивидуальные и групповые занятия при различных поражениях и заболеваниях; - оценивать воздействие занятий на пораженных и больных и определять их эффективность; - анализировать просмотренные занятия с выявлением положительных сторон и допущенных ошибок; - определять наиболее эффективные виды лечебного массажа при различных заболеваниях. <p>в) владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой ЛФК при проведении индивидуальных, малогрупповых и групповых занятий с контингентом различного возраста; - разновидностями приемов спортивного массажа; различными видами лечебного массажа. 	<p>по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работ;</p> <p>ПК-12 - способностью использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа;</p>
---	--	--

5. Контроль результатов освоения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости осуществляется путём оценки результатов выполнения заданий практических, самостоятельных работ, посещения занятий.

Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация) осуществляется в форме зачета, на котором оценивается работа, выполняемая в течение семестра;

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации».

6. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины

- современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачётная система);
- интерактивные технологии (дискуссия);

Технологическая карта обучения дисциплине

«Лечебная физическая культура и массаж»

для обучающихся образовательной программы бакалавриата

49.03.01 – Физическая культура;

направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по очной форме обучения

(общая трудоёмкость дисциплины 3 з.е.)

Модули. Наименование разделов и тем	Всего часов (з.е.)	Аудиторных часов				Внеауди- торных часов	Формы и методы контроля
		всего	лекций	семинаров	лаборат. работ		
Раздел 1.							
Тема 1. История лечебной физкультуры и массажа	3	1	1			2	Опрос защита реферата сдача практического задания письменная работа по ЛФК
Тема 2. Общие основы лечебной физической культуры	4	2	1	1		2	
Тема 3. Медицинские группа здоровья.	4	2	1	1		2	
Тема 4. Классификация физических упражнений в ЛФК.	4	2	1	1		2	
Тема 5. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно - сосудистой системы	4	2	1	1		2	
Тема 6. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	4	2	1	1		2	
Тема 7. Принципы лечебной физической культуры при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	4	2	1	1		2	
Тема 8. Принципы лечебной физической культуры при заболеваниях органов	4	2	1	1		2	

пищеварения							
Тема 9. Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата	4	2	1	1		2	
Тема 10. Лечебная физическая культура при расстройствах обмена веществ,	4	2	1	1		2	
Раздел 2							
Тема 11. Основы физиологического действие массажа на организм человека	4	2	1	1		2	
Тема 12. Гигиенические основы массажа	1	1		1			
Тема 13. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению	4	2	1	1		2	
Тема14. Приемы классического, гигиенического, лечебного и реабилитационного массажа	4	2	1	1		2	
Тема 15. Виды, методы и формы массажа	2					2	
Тема 16. Характеристика основных приемов классического массажа	4	2	1	1		2	
Тема 17. Порядок проведения процедуры и курсов массажа	4	2	1	1		2	
Тема 18. Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж.	4	2	1	1		2	
Тема 19. Инструментальный массаж.	2	2	1	1			
Тема 20. Применение массажа при различных паталогических процессах.	4	2	1	1		2	
Форма итогового контроля							зачет
Всего:	72	72	18	18		36	

Содержание основных разделов и тем дисциплины

Раздел 1.

Тема 1. История лечебной физкультуры и массажа.

Основные этапы возникновения и развития ЛФК. Общие основы лечебных физических упражнений (физическая активность как биологический раздражитель, стимулирующий процессы роста, развития и формирования организма). Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма. Общие основы лечебной физической культуры. Основные механизмы влияния лечебной физической культуры. Типы лечебно-профилактических учреждений и их характеристика.

Тема 2. Общие основы лечебной физической культуры

Понятие о лечебной физической культуре. Педагогические принципы и формы ЛФК.. Клинико-физиологическое обоснование применения физических упражнений с лечебной целью. Средства ЛФК. Классификация физических упражнений применяемых с лечебной целью. Периоды лечебного применения физических упражнений.

Организация занятий ЛФК в стационаре, поликлинике, санаторно-курортных условиях. Требования к залу, кабинету ЛФК, Техника безопасности при занятиях ЛФК. Требования к инструктору ЛФК, массажисту..

Тема 3. Медицинские группа здоровья.

Организация занятий со спецгруппой в школе. Формы проведения занятий ЛФК. Учет эффективности занятий.

Тема 4. Классификация физических упражнений в ЛФК. Оздоровляющие двигательные режимы. Гидрокинезотерапия. Гиподинамия и физическая деятельность. Виды упражнений ЛФК. Методы функциональной и патогенетической терапии. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений(Критерии допустимости нагрузок ЛФК). Принципы тренировок в ЛФК Режимы двигательной активности в лечебно-профилактических учреждениях. Методические приемы дозирования физических нагрузок по ЧСС и др.

Тема 5. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно - сосудистой системы

Механизмы лечебного действия физических упражнений на сердечно-со- судистую систему. ЛФК при пороках сердца. ЛФК при инфаркте миокарда и стенокардии. ЛФК при атеросклерозе. ЛФК при гипертонической и гипотони- ческой болезни. ЛФК при вегетососудистой дистонии.

Тема 6. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания

Механизмы лечебного действия физических упражнений на дыхательную систему. Основные виды дыхательных гимнастик. Принципы подбора дахательных гимнастик. ЛФК при пневмонии. ЛФК при плеврите. ЛФК при бронхиальной астме.

Тема 7. Принципы лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии

Основные виды нарушения осанки. ЛФК при нарушениях осанки. Понятие о сколиотической болезни. Степени развития сколиоза.. ЛФК при сколиозе. ЛФК при плоскостопии. Профилактика нарушений осанки и плоскостопия физическими методами.

Тема 8. Принципы лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения

Механизмы лечебного действия физических упражнений на органы пи- щеварения и обмен веществ. ЛФК при язвенной болезни желудка. ЛФК при га- стрите. ЛФК при опущении внутренних органов брюшной полости.

Тема 9. Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах опорнодвигательного аппарата

Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. Краткая характеристика заболеваний и травм опорно-двигательного аппарата. ЛФК при повреждении опорно-двигательного аппарата. ЛФК при заболеваниях суставов. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях и травмах нервной системы. ЛФК при травмах спинного мозга. ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы. ЛФК при функциональных заболеваниях центральной нервной системы.

Тема 10. Лечебная физическая культура при расстройствах обмена веществ,

Механизмы лечебного действия физических упражнений на органы пищеварения и обмен веществ. ЛФК при ожирении. Аэробные тренировки и питание.

Раздел 2.

Тема 11. Основы физиологического действие массажа на организм человека.

Механизм действия массажных движений на кожу, на мышечную систему, на костный и суставно-связочный аппарат, на кровеносную, дыхательную и лимфатическую системы.

Тема 12. Гигиенические основы массажа

Гигиенические требования к помещению, инвентарю, массажисту и массируемому. Положения массажиста и массируемого. Смазывающие средства. Показания и противопоказания к назначению массажа.

Тема 13. Все виды и средства массажа, показания и противопоказания к его проведению

Массаж при различных заболеваниях и травмах. Классический массаж, гигиенический (общий и локальный), лечебный (при травмах и заболеваниях), реабилитационный (для восстановления физической работоспособности), массаж при реанимации, спортивный массаж (для снятия утомления и повышения функционального состояния спортсменов сегментарно-рефлекторный (при воздействии на рефлекторные зоны кожи), косметический (при уходе за нормальной кожей) и самомассаж, восточный массаж, аппаратный массаж и др.

Тема 14. Приемы классического, гигиенического, лечебного и реабилитационного массажа

Реабилитационный массаж для функционального восстановления после травм, операций, тяжелых заболеваний. ЛФК и массаж для коррекции функционального состояния детей до 1 года. Улучшение трофики тканей, обмена веществ, формирования опорно-двигательного аппарата, деятельности нервно-мышечной и нервной систем, повышение иммунитета.

Тема 15. Виды, методы и формы массажа

Характеристика основных систем массажа. Гигиенический массаж. Лечебный массаж. Косметический массаж. Спортивный массаж. Понятие об аппаратном методе массажа. Особенности аппаратного и ручного массажа.

Тема 16. Характеристика основных приемов классического массажа

Особенности физиологического влияния приема на организм. Основные и вспомогательные приемы поглаживания. Особенности выполнения приемов на различных участках тела.

Особенности физиологического влияния приема на организм. Основные и

вспомогательные приемы растирания. Особенности выполнения приемов на различных участках тела.

Особенности физиологического влияния приема на организм. Основные и вспомогательные приемы разминания. Особенности выполнения приемов на различных участках тела

Особенности физиологического влияния приема на организм. Основные и вспомогательные приемы вибрации. Особенности выполнения приемов на различных участках тела.

Тема 17. Порядок проведения процедуры и курсов массажа

Сочетание массажа с другими методами лечения: физиотерапии, ЛФК, рефлексотерапии. Количество условных массажных единиц на выполнение массажных процедур на различные участки тела. Порядок проведения массажной процедуры. Правила построения процедуры и курса массажа. Оценка эффективности массажа.

Тема 18. Сегментарно-рефлекторный массаж, точечный массаж.

Самомассаж, косметический массаж. Использование соединительно-тканного, периостального, точечного, китайского и др. видов массажа с лечебной и профилактической целями. Косметический (лечебно-пластический) массаж. Су-Джок терапия.

Тема 19. Инструментальный массаж.

Использование лечебного и реабилитационного массажа для повышения иммунитета. Экспресс-диагностика повреждений шейного, грудного, поясничного и крестцового отделов позвоночника. Использование приемов мануальной терапии с диагностической целью, для стимуляции мышечного тонуса мышц, выпрямления позвоночника, снятия мышечной блокировки.

Тема 20. Применение массажа при различных паталогических процессах.

Применение массажа в послеоперационном периоде, после травм, растяжений. Правила применение массажа в остром болевом периоде, при воспалительных процессах. Массаж в периоде восстановления спортсменов.

Методические рекомендации

1. Методические рекомендации преподавателю по чтению лекций.

Для максимального усвоения дисциплины рекомендуется изложение лекционного материала с элементами обсуждения и практической демонстрации отдельных упражнений, комплексов ЛФК и приёмов массажа. Необходимо использовать на лекционных занятиях мультимедийную установку с компьютером для демонстрации комплексов лечебной физкультуры и приёмов массажа в виде слайдов, видеороликов и анимации.

Для проверки уровня освоения лекционного материала рекомендуется включать лекционный материал в перечень вопросов для компьютерного тестирования.

2. Методические рекомендации преподавателю по проведению семинарских занятий.

Семинарские занятия рекомендуется проводить в начале в спортивном зале, где студенты на себе должны отработать все тонкости проведения занятий лечебной физкультурой и массажу при конкретных заболеваниях. Затем подключать студентов в помощь действующим инструкторам, методистам ЛФК и массажистам для проведения физических упражнений и сеансов массажа с больными на базе лечебных учреждений города.

Важным аспектом практической подготовки по дисциплине является овладение студентами техникой проведения функциональных проб для контроля эффективности занятий лечебной физкультурой и сеансов массажа.

Особое внимание следует уделять практической отработке вопросов связанных с техникой безопасности и навыкам страховки при проведении студентами занятий с больными людьми.

3. Методические рекомендации преподавателю по формированию вопросов для текущей аттестации и экзамена.

В текущую аттестацию следует включать вопросы, позволяющие оценить практические навыки студента, которые он должен сформировать в ходе освоения дисциплины. В билеты для текущей аттестации следует включать два вида вопросов:

- демонстрация техники проведения функциональных проб для оценки адекватности и эффективности занятий лечебной физкультурой и сеансов массажа при конкретном заболевании;

- демонстрация комплексов лечебной физкультуры и приёмов массажа при конкретном заболевании.

В экзаменационные билеты следует включать вопросы теоретического характера: характеристика заболеваний, обоснование использования лечебной физкультуры и массажа при различных болезнях, методические подходы к подбору физических упражнений и приёмов массажа и т.п.

Методические указания для студентов

1. Методические указания для студентов по подготовке к семинарским занятиям.

Целью проведения семинарских занятий является практическое закрепление полученных на лекциях теоретических знаний, отработка практических навыков по технике проведения функциональных проб, физических упражнений приёмов массажа и методов страховки больных на занятиях по лечебной физкультуре и сеансах массажа. Особое внимание уделяется вопросам, связанным с соблюдением техники безопасности.

Семинар обычно включают теоретическую и практическую части. В первой – проводится устное повторение пройденного материала, а также разбираются вопросы связанные с текущей отработкой практических навыков по лечебной физкультуре и массажу. Далее следует практическая работа по освоению техники функциональных проб, физических упражнений и приёмов массажа на себе или на больных.

В конце занятия проводится рефлексия по полученным каждым студентом в ходе урока результатам.

При подготовке к семинарским занятиям, студентам необходимо повторить пройденный материал, а также подготовить соответствующую одежду и обувь в зависимости от места проведения занятия.

Необходим строгий самоконтроль за своим здоровьем, особенно когда занятия проводятся с больными, так как при плохом самочувствии нередко возможно нарушение техники безопасности и как следствие причинение вреда здоровью пациентов.

Методические рекомендации по организации инклюзивного образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Работу по организационно-педагогическому сопровождению образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – лиц с ОВЗ) в университете осуществляют институты, факультеты, департамент. К работе по сопровождению образовательного процесса привлекаются: кафедры, проректор по внеучебной работе, учебно-методический центр дистанционного образования, проректор по административно-хозяйственной деятельности, волонтерский центр, управление информатизации, учебно-методическое управление, учебный отдел, студенческий отдел управления кадров, отдел практики, центр трудоустройства и сопровождения карьеры студентов и выпускников.

Организация образовательного процесса для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ в университете осуществляется на основании:

- Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с

ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п);

- Планов работы по профессиональной ориентации и созданию условий для инклюзивного образования в КГПУ им. В.П. Астафьева;
- Правил приема граждан на обучение по образовательным программам высшего образования.

Образование обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных нозологических группах.

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ могут разрабатываться индивидуальные учебные планы, что учитывается при реализации программы данной дисциплины. При составлении индивидуального плана обучения возможны сочетания различных форм проведения занятий по дисциплине «Инклюзивное образование в Красноярском крае»: аудиторные занятия, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий, самостоятельная работа с индивидуальным консультированием.

Согласно Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п) при обучении инвалидов и лиц с ОВЗ при необходимости могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии с возможностью приема-передачи информации в доступных для них формах.

Для обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья Порядком проведения занятий по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту по программам бакалавриата и специалитета при очной, очно - заочной и заочной формах обучения в КГПУ им. В.П. Астафьева от 26.06.2015, утвержденным приказом 248(п) устанавливается особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. При проведении занятий по дисциплине «Психологические особенности детей с ОВЗ» преподаватель учитывает вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Имеющаяся безбарьерная среда в КГПУ им. В.П. Астафьева учитывает потребности лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Для обеспечения доступа в здания университета маломобильных граждан корпус на ул. Маркса, зд. 100 оборудован пандусом, поручнем и расширенными дверными проемами, корпус на ул. Ады Лебедевой, д. 89 оборудован системой вызова персонала для инвалидов (кнопка вызова персонала), имеются три мобильных подъемных платформы с электроприводом «БарсУГП-130-1». При необходимости платформы могут быть перевезены и использованы в любом учебном корпусе и (или) общежитии. При необходимости в университете могут быть созданы специальные места для парковки автотранспортных средств для инвалидов возле всех учебных корпусов. Ширина коридоров учебных корпусов соответствует нормативным требованиям для передвижения инвалидов-колясочников. В учебных корпусах по адресам: ул. Ады Лебедевой, д. 89, ул. Маркса, зд. 100, ул. Перенсона, д. 7 оборудованы санитарно-гигиенические комнаты для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Оборудованы специальные рабочие места для обучающихся, пользующихся специальными инвалидными креслами-колясками, что предполагает увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами столов.

Для обучающихся с нарушением зрения приобретены переносные лупы «Руби», настольные лупы с подсветкой, имеются специальное программное обеспечение, позволяющее увеличивать шрифт на компьютере, воспроизводить текстовые документы.

Для обучающихся с нарушением слуха приобретены две FM-системы индивидуального пользования и стационарные наушники. При необходимости данное оборудование может быть перевезено и использовано в любом учебном корпусе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Название программы/ профиля	Количество зачетных единиц (кредитов)
«Лечебная физическая культура и массаж»	49.03.01 – Физическая культура (бакалавриат) Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка	2
Смежные дисциплины по учебному плану		
Предшествующие: Модуль "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни"		
Последующие: дисциплины по профилям подготовки		

ВХОДНОЙ МОДУЛЬ (проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам)			
	Форма работы*	Количество баллов 5 %	
		min	max
	Тестирование	0	5
Итого		0	5

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	опрос	5	7
	защита реферата по выбранной теме	5	7
	сдача практического задания	5	7
Промежуточный рейтинг-контроль	письменная работа по ЛФК	5	9
Итого		20	30

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2			
	Форма работы*	Количество баллов 40 %	
		min	max
Текущая работа	опрос	5	8
	защита реферата по выбранной теме	5	8
	сдача практического задания	5	9
Промежуточный рейтинг-контроль	письменная работа по массажу	10	15
Итого		25	40

Итоговый модуль			
Содержание	Форма работы*	Количество баллов 25 %	
		min	max
	зачет	15	25
Итого		15	25

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ			
Базовый модуль/ Тема	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Раздел № 1	Написание реферата. Презентация по теме определённой преподавателем	0	5
Раздел № 2	Написание реферата. Презентация по теме определённой преподавателем	0	5
Итого		0	10
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min 60	max 100

Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
свыше 60 баллов	зачет

**Карта материально-технической базы дисциплины
«Лечебная физическая культура и массаж»
для обучающихся образовательной программы
по направлению подготовки: 49.03.01 – Физическая культура,
Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка,
квалификация - бакалавр**

по очной форме обучения

Аудитория	Оборудование (наглядные пособия, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в КГПУ им. В.П. Астафьева	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 1-57	Маркерная доска-1шт., компьютер-4шт., принтер-2шт., телевизор-1шт., МФУ-1 шт., велоэргометр – 1шт., DVD-1шт., массажная кушетка-2шт., учебно-методическая литература, лабораторное оборудование (валента, спирос, электрокардиограф, тонометр и др.) Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 4-40	Проектор-1шт., экран-1шт., компьютер-1шт., учебная доска-1шт., учебно-методическая литература, журналы по ботанике и микробиологии Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
Помещения для самостоятельной работы в КГПУ им. В.П. Астафьева	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-05 Центр самостоятельной работы	компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт Microsoft® Windows® 7 Professional Лицензия Dreamspark (MSDN AA). Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №2304- 180417-031116-577-384. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL). Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия). Mozilla Firefox – (Свободная лицензия). LibreOffice – (Свободная лицензия GPL). Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Консультант Плюс - (Свободная лицензия для учебных целей). Гарант - (Свободная лицензия для учебных целей) ноутбук-10 шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2017/2018 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В соответствии с приказом «О направленности (профиле) основных профессиональных образовательных программ в КГПУ им. В.П. Астафьева» от 07.02.2017 №36(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся термин «профиль» изменен на «направленность (профиль) образовательной программы».
2. В соответствии с приказом «О внесении изменений в Положение о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П.Астафьева»» от 01.03.2017 №98(п) в фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся внесены изменения в Приложении 1 п. 3.2.1:

Прежнее наименование уровня	Новое наименование уровня
«высокий» уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»	«продвинутый» уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»
«продвинутый» уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»	«базовый» уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»
«базовый» уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»	«пороговый» уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры

Протокол № 7 от 3.05. 2017 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующая кафедрой

Колпакова Т.В

Директор

Департамента спортивных единоборств,

профессор

А.И.Завьялов

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В соответствии с приказом «Об утверждении Положения о формировании ФОС для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования — программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в КГПУ им. В.П.Астафьева от 28.04.2018 №297(п) актуализирован фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся.
2. Обновлен перечень используемого лицензионного программного обеспечения.
3. Обновлена современная профессиональная база данных и информационных справочных систем.
4. Карта литературного обеспечения дисциплины согласована с библиотекой.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры
Протокол № 9 от 4.05. 2018 г.

Внесенные изменения утверждаю:
Заведующая кафедрой



Казакевич Н.Н.

Директор
Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

В соответствии с приказом «О внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 05.07.2018 №457(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся в титулах внесены изменения в части преобразования Министерства образования и науки РФ в Министерство науки и высшего образования РФ.

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2019/2020 учебный год
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры
Протокол № 7 от 03.04. 2019 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой МБОФКиБ



Казакевич Н.Н.

Директор
Департамента спортивных единоборств,

профессор



А.И.Завьялов

КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
Лечебная физическая культура и массаж
направление подготовки 49.03.01 – Физическая культура;
направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка

по очной форме обучения

№ п/п	Наименование	Место хранения / электронный адрес	Кол-во экземпляров /точек доступа
Основная литература			
1.	Егорова, С.А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С.А. Егорова, Л.В. Белова, В.Г. Петрякова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский 10 15 15 федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2014. - 258 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
2.	Беликова, Радмила Михайловна. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р. М. Беликова ; науч. ред. Н. К. Гайнанова ; Алтайская гос. акад. образования. - Бийск : АГАО, 2013. - 126 с. : ил. - Библиогр.: с. 104. - Режим доступа: https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/3608/read.php .	Межвузовская электронная библиотека	Индивидуальный неограниченный доступ
3.	Стельмашонок, В.А. Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры : учебное пособие / В.А. Стельмашонок, Н.В. Владимирова. - Минск : РИПО, 2015. - 328 с. : ил. - Библиогр.: с. 292-293 - ISBN 978-985-503-531-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463688	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
4.	Дубровский, Владимир Иванович. Лечебная физическая культура (кинезотерапия) [Текст] : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / В. И. Дубровский. - 2-е изд., стер. - М. : ВЛАДОС, 2001. - 608 с.	Научная библиотека	61
5.	Налобина, А.Н. Основы массажа. Спортивный массаж : учебное пособие / А.Н. Налобина, И.Г. Таламова, Л.Е. Медведева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - 2-е изд. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 140 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274878	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Дополнительная литература			

6.	Основы оздоровительного массажа : учебно-методическое пособие / авт.-сост. М.Т. Пушкарева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». - Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. - 100 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-94809-486-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272225	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
7.	Бирюков, Анатолий Андреевич. Спортивный массаж [Текст] : учебник для студ. высш. учеб. заведений / А. А. Бирюков. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 576 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование)	Научная библиотека	15
8.	Кудрявцев, Михаил Дмитриевич. Медико-биологические и оздоровительные особенности занятий физическими упражнениями с ослабленными детьми школьного возраста [Текст] : учебное пособие / М.Д. Кудрявцев, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. - Красноярск : РИО КГПУ, 2004. - 160 с.	Научная библиотека	15
Информационные справочные системы и профессиональные базы данных			
9.	Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)	https://icdlib.nspu.ru	Индивидуальный неограниченный доступ
10.	Elibrary.ru [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. Информ. Портал. – Москва, 2000– . – Режим доступа: http://elibrary.ru	http://elibrary.ru	Индивидуальный неограниченный доступ
11.	East View: универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ . – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	https://dlib.eastview.com/	Индивидуальный неограниченный доступ
12.	Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992. -	http://www.garant.ru	Доступ из локальной сети вуза
13.	Электронный каталог КГПУ им. В.П. Астафьева [Электронный ресурс]: система автоматизации библиотек «ИРБИС 64»: база данных содержит сведения о книгах, брошюрах, диссертациях, компакт-дисках, статьях из научных и журналов. – Электрон. Дан. – Красноярск, 1992 – . – Режим доступа: http://library.kspu.ru	http://library.kspu.ru .	Свободный доступ

Согласовано:

заместитель директора библиотеки _____



/ Шулипина С.В.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Кафедра медико-биологических основ физической культуры и безопасности
жизнедеятельности

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
Протокол № 9 от 4.05. 2018 г.



ОДОБРЕНО
на заседании научно-методического совета
направления подготовки
Протокол № 9 от 25.05. 2018 г.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся
по дисциплине

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

направление подготовки 49.03.01 – *Физическая культура*;

направленность (профиль) образовательной программы

спортивная тренировка

Составитель: Брюховец Т.Г., к.м.н., доцент

1. Назначение фонда оценочных средств

1.1 **Целью** создания ФОС дисциплины «ЛФК и массаж» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2 ФОС по ЛФК и массаж решает задачи:

- управление и контроль за процессом формирования компетенций бакалавров, определенных ФГОС ВО по направлению подготовки «Физическая культура»;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам профессиональной педагогической деятельности через совершенствование форм и технологий обучения в образовательном процессе института.

1.3. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура;
- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура;
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

- способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способностью проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу (ПК-4);
- способностью использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа (ПК-12);

2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики участвующие в формировании компетенции	Типы контроля	Оценочное средство/КИМы	
			Номер	Форма
ОПК-5 способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений	Анатомия и возрастная физиология Гимнастика Биомеханика спорта Спортивная медицина Лечебная физическая культура и массаж Технологии спортивной подготовки Производственная практика - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	Текущий контроль	1	Устный опрос, защита реферата, сдача практического задания (массаж), письменная работа по ЛФК или массажу
			2	
3				
4				
		Промежуточная аттестация	5	зачет
ПК-4 способностью проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу	Лечебная физическая культура и массаж Общая теория спорта и ее прикладные аспекты Теория и методика спортивной тренировки Учебная практика - практика по получению первичных профессиональных умений и навыков Производственная практика - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	Текущий контроль	1	Устный опрос, защита реферата, сдача практического задания (массаж), письменная работа по ЛФК или массажу
			2	
3				
4				
		Промежуточная аттестация	5	зачет
ПК-12 - способностью использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа	Лечебная физическая культура и массаж Регулирование веса в единоборствах Учебная практика - практика по получению первичных профессиональных умений и навыков Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы	Текущий контроль	1	Устный опрос, защита реферата, сдача практического задания (массаж), письменная работа по ЛФК или массажу
			2	
3				
4				
		Промежуточная аттестация	5	зачет

2. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы к зачету.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 5 – **вопросы к зачету**,

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов) удовлетворительно/зачтено
ОПК-5 способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений	Обучающийся на высоком уровне способен оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений	Обучающийся на среднем уровне способен оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений
ПК-4 способностью проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работ	Обучающийся на высоком уровне способен проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работ	Обучающийся на среднем уровне способен проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работ	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен проводить учебные занятия по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях, организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работ
ПК-12 - способностью использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные	Обучающийся на высоком уровне способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать мероприятия с учетом возраста и пола	Обучающийся на среднем уровне способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом

мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массаж	обучающихся, применять методики спортивного массаж	мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массаж	возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массаж
---	--	---	--

*Менее 60 баллов компетенция не сформирована.

3. Фонды оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включает: устный опрос, защита реферата, практическое задание, письменная работа

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 – устный опрос.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Знает теоретическое содержание разделов предмета	2
Четко, последовательно излагает учебный материал	1
Отвечает на заданные вопросы	1
Максимальный балл	4

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – защита реферата

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Полный ответ в соответствии с темой	2
Наличие и качество презентации	3
Ответы на заданные вопросы	2
Максимальный балл	7

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 3 – сдача практического задания.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Основные приемы массажа	10
Массаж спины и воротниковой зоны	10
Массаж конечностей	10
Максимальный балл	30

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 4 – письменная работа по ЛФК или массажу

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Полное раскрытие темы	10
Наличие иллюстраций в работе	10
Максимальный балл	20

5. Оценочные средства для промежуточной аттестации

КИМ № 5. Вопросы к зачету.

1. Понятие о лечебной физкультуре и её значение.
2. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
3. Формы занятий ЛФК.
4. Особенности методики ЛФК и массажа при бронхите.
5. Особенности методики ЛФК и массажа при бронхиальной астме.
6. Особенности методики ЛФК при инфаркте миокарда.
7. Общие требования к методике лечебного применения физических упражнений.
8. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
9. Особенности методики ЛФК и массажа при гипертонической болезни.
10. Техники массажа. Основные приёмы. Основы физиологического действия приёмов массажа.
11. Общие требования к методике лечебного применения физических упражнений.
12. Особенности методики ЛФК при инфаркте миокарда.
13. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
14. Особенности методики ЛФК и массажа при гипертонической болезни.
15. Техники массажа. Основные приёмы. Основы физиологического действия приёмов массажа.
16. Формы занятий ЛФК
17. Понятие о лечебной физкультуре и её значение.
18. Особенности методики ЛФК и массажа при бронхиальной астме.
19. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
20. Понятие о лечебной физкультуре и её значение.
21. Особенности методики ЛФК при инфаркте миокарда.
22. Особенности методики ЛФК и массажа при гипертонической болезни.
23. Принципы дозировки нагрузки при лечебном использовании физических упражнений.
24. Техники массажа. Основные приёмы. Основы физиологического действия приёмов массажа.
25. Особенности методики ЛФК при сколиозах.
26. Особенности методики ЛФК и массажа при гастритах.
27. Ожирение, особенности методики ЛФК и массажа.
28. Особенности методики ЛФК и массажа при гастритах.
29. Техники массажа. Основные приёмы. Основы физиологического действия приёмов массажа.
30. Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма.
31. Особенность методики ЛФК при неврозах.
32. Ожирение, особенности методики ЛФК и массажа.
33. Особенность методики ЛФК при дефектах осанки.
34. Лечебная гимнастика – основная форма занятий.
35. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
36. Дыхательные гимнастики. Виды. Показания и противопоказания.
37. Дозированная ходьба в двигательном режиме и её действие и значение.
38. Режимы двигательной активности, их характеристика.
39. Ожирение, особенности методики ЛФК и массажа.
40. Дыхательные гимнастики. Виды. Показания и противопоказания.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости

КИМ 1. Устный опрос (вопросы к практическим занятиям)

1. Характеристика физических упражнений, применяемых в лечебной физкультуре.
2. Характеристика спортивно-прикладных упражнений и игр.
3. Двигательные режимы.
4. Проведение функциональных проб и определение эффективности ЛФК.
5. Виды массажа.
6. Физиологическое действие массажа на организм.
7. Показания и противопоказания для проведения процедур массажа и ЛФК.
8. Физиологическое обоснование применения ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
9. Характеристика дыхательной гимнастики.
10. ЛФК и массаж при пневмониях.
11. ЛФК и массаж при бронхиальной астме.
12. Классификация нарушений осанки.
13. Классификация сколиозов.
14. Характеристика корригирующей гимнастики.
15. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.
16. ЛФК при ожирении.
17. ЛФК при сахарном диабете.
18. ЛФК при сколиозах I - III степени.
19. Понятие о травмах головного мозга. Общие основы методики ЛФК по периодам при травмах головного мозга.
20. Понятие об остеохондрозе позвоночника. Задачи и комплекс ЛФК при остеохондрозе поясничного отдела.
21. Понятие об остеохондрозе позвоночника. Задачи и комплекс ЛФК при остеохондрозе шейного отдела.
22. Повреждение сухожильно-связочного аппарата голеностопного сустава. Задачи и комплекс ЛФК при повреждении сухожильно-связочного аппарата голеностопного сустава.
23. Переломы костей стопы и пальцев. Задачи и комплекс ЛФК при переломе костей стопы и пальцев.
24. Перелом лодыжек. Задачи и комплекс ЛФК при переломе лодыжек.
25. Повреждение крестообразных связок коленного сустава. Задачи и комплекс ЛФК при повреждении крестообразных связок коленного сустава.
26. Повреждение менисков коленного сустава. Задачи и комплекс ЛФК при повреждении менисков коленного сустава.
27. Повреждение боковых связок коленного сустава. Задачи и комплекс ЛФК
28. при повреждении боковых связок коленного сустава.
29. Диафизарный перелом бедра. Задачи и комплекс ЛФК при диафизарном переломе бедра.
30. Перелом шейки бедра. Задачи и комплекс ЛФК при переломе шейки бедра.
31. Перелом костей таза. Задачи и комплекс ЛФК при переломе костей таза.
32. Перелом шейных позвонков без нарушения целостности спинного мозга. Задачи и комплекс ЛФК при переломе шейных позвонков без нарушения целостности спинного мозга.
33. Компрессионный перелом грудных позвонков без повреждения спинного мозга. Задачи и комплекс ЛФК при компрессионном переломе грудных позвонков без повреждения спинного мозга.
Компрессионный перелом поясничных позвонков без повреждения спинного мозга. Задачи и комплекс ЛФК при компрессионном переломе поясничных

- позвонок без повреждения спинного мозга.
34. Диафизарный перелом плечевой кости. Задачи и комплекс ЛФК при диафизарном переломе плечевой кости.
 35. Перелом ключицы. Задачи и комплекс ЛФК при переломе ключицы.
 36. Перелом лопатки. Задачи и комплекс ЛФК при переломе лопатки.
 37. Перелом костей кисти. Задачи и комплекс ЛФК при переломе костей кисти.
 38. Внутрисуставной перелом плечевого сустава. Задачи и комплекс ЛФК при внутрисуставном переломе плечевого сустава.
 39. Травма локтевого сустава. Задачи и комплекс ЛФК при травме локтевого сустава.
 40. Гигиенические требования к помещению и инвентарю при массаже.
 41. Требования к гигиене массируемого и массажиста.
 42. Основные правила проведения массажа.
 43. В чем заключается физиологическое воздействие поглаживания на организм человека?
 44. Освоить положения массажиста.
 45. Освоить практически положения массируемого.
 46. Последовательность выполнения общего сеанса массажа.
 47. Освоить разновидности поглаживания (прямолинейное, спиралевидное, зигзагообразное, комбинированное, концентрическое, а также одной и двумя руками) на различных участках тела: на спине, шее, верхних конечностях из положения лежа на животе, задней поверхности нижних конечностей, области груди, верхних конечностей из положения лежа на спине, передней поверхности нижних конечностей, животе.
 48. Особенности выполнения разновидностей поглаживания на различных участках тела.
 49. Сущность нервно-рефлекторного действия массажа на организм массируемого.
 50. Сущность гуморального фактора на организм массируемого.
 51. Механическое воздействие массажа.
 52. Влияние массажа на кожу.
 53. Влияние массажа на мышцы.
 54. Влияние массажа на связочно-суставной аппарат.
 55. Влияние массажа на нервную систему.
 56. Влияние массажа на сердечно-сосудистую систему.
 57. Влияние массажа на дыхательную систему.
 58. Влияние массажа на обмен веществ.
 59. Физиологическое воздействие выжимания.
 60. Освоение разновидностей выжимания (поперечное, ребром ладони, основанием одной и двух ладоней, обхватом, а также одной и двумя руками) на различных участках тела.
 61. Особенности проведения разновидностей выжимания на различных участках тела.
 62. Дать характеристику шведской методике массажа.
 63. Финский массаж. Его особенности.
 64. Восточный массаж (китайский, японский, индийский). Основные особенности ведущих методик восточного массажа.
 65. Советская система массажа, и ее отличительные особенности.
 66. Дать сравнительную характеристику ведущих систем массажа.
 67. Характеристика общего и частного сеансов массажа.
 68. Методы массажа: ручной, аппаратный и комбинированный.
 69. Физиологическое действие разминания.
 70. Отработать технику выполнения разновидностей разминания (ординарное, двойной гриф, двойное кольцевое, двойное кольцевое комбинированное, продольное, двойное ординарное) на рельефных мышцах.

71. Отработать технику выполнения разновидностей приемов разминания (щипцеобразное подушечками пальцев, щупцеобразное основаниями ладоней, кругообразное ребром ладони, фалангами согнутых пальцев, гребнями кулаков, основаниями ладони, а также одной и двумя руками) на плоских мышцах.
72. Освоить все разновидности разминания на различных участках тела.

КИМ 2. Темы для рефератов

1. Медицинский контроль занимающихся при выполнении упражнений в воде
2. Вертикальное вытяжение в воде.
3. Горизонтальное вытяжение в воде.
4. Показания и противопоказания к физическим упражнениям в воде.
5. Вода как фактор лечебного воздействия (физико-химические свойства, обезболивающий и гидростатический эффекты, изменение крово- и лимфотока).
6. Разновидности физических упражнений в воде, закаливающий и психотерапевтический эффект.
7. Значение трудотерапии: физиологическое, психологическое, социальное
8. Разновидности трудотерапии (общеукрепляющая, восстановительная, профессиональная).
9. Задачи механотерапии и механизмы лечебного эффекта упражнений на тренажерах.
10. Аппараты маятникового типа, правила использования.
11. Блочные механоаппараты.
12. Использование велотренажеров, гребного тренажера, беговой дорожки и др. в ЛФК.
13. Гимнастика в период беременности и в послеродовый период.
14. Мануальная терапия мышечной боли.
15. Мануальная терапия фасциально-связочной боли.
16. Мануальная терапия суставной боли
17. Формирование медицинских групп для занятий физическими упражнениями студентов и школьников, имеющих отклонение в здоровье.
18. Организация занятий в подготовительной и специальной медицинской группе.
19. Абсолютные и относительные противопоказания для двигательной нагрузки у студентов и школьников.
20. Оздоровительная физическая культура для лиц среднего и пожилого возраста.
21. Особенности ЛФК при травмах у спортсменов.
22. Закаливание, как фактор оздоровления и профилактики заболеваний.
23. Тренировочный массаж: массаж повышающий тренированность, улучшающий физические качества, сохраняющий спортивную форму.
24. Особенности методики массажа повышающего тренированность.
25. Особенности методики массажа улучшающего физические качества
26. Особенности методики массажа сохраняющего спортивную форму при травмах спортсменов в сочетании с лечебным массажем.
27. Предварительный массаж: разминочный при неблагоприятных предстартовых состояниях, согревающий, мобилизирующий.
28. Особенности методики разминочного массажа.
29. Особенности методики массажа при неблагоприятных предстартовых состояниях.
30. Особенности методики согревающего массажа.
31. Особенности методики мобилизирующего массажа.
32. Восстановительный массаж, особенности его проведения.
33. Особенности методики восстановительного массажа.
34. Особенности методики восстановительного массажа в сочетании с гидропроцедурами и баней.
35. Использование аппаратного метода массажа в спортивной практике.
36. Особенности выполнения массажа при травмах у лыжников-гонщиков.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.

№	Наименование темы
1	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для пациентов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы
2	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для пациентов с заболеваниями системы органов дыхания
3	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для пациентов с нарушениями обмена веществ
4	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 1 степени
5	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 2 степени
6	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 3 степени
7	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для пациентов с ожирением 4 степени
8	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для пациентов на стадии выздоровления после травмы верхних конечностей с переломами костей скелета
9	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу: для пациентов на стадии выздоровления после травмы нижних конечностей с переломами костей скелета
10	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу. для пациентов на стадии выздоровления после травмы верхних и нижних конечностей с переломами костей скелета
11	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажа для пациентов на стадии выздоровления после травмы грудной клетки с повреждениями органов грудной полости
12	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для новорожденных детей и детей 1 года жизни
13	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для детей дошкольного возраста
14	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для детей младшего школьного возраста
15	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для детей старшего школьного возраста
16	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для возбудимых подростков
17	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для заторможенных подростков
18	Составить комплекс ЛФК и дать рекомендации по массажу для людей пожилого возраста с хроническими заболеваниями в стадии ремиссии
19	Дать анатомо-физиологическое обоснование и описать методики проведения китайского, точечного, индийского массажа
20	Описать методики проведения гипотермического массажа, баночного и дренажного массажа
* Устное собеседование	

КИМ 3. Сдача практического задания (массаж)

Оценивается правильность выполнения приемов массажа.

Задания по массажу

1. Массаж при ушибах мягких тканей.
2. Массаж при ушибе коленного сустава.
3. Массаж при ушибе локтевого сустава.
4. Массаж при ушибе плечевого сустава.
5. Массаж при ушибе голеностопного сустава.
6. Массаж при растяжении связок сустава.
7. Массаж при вывихах.
8. Массаж при переломах кисти.
9. Массаж при переломах костей стопы.
10. Массаж при переломе ключицы.
11. Массаж при переломе костей таза.
12. Массаж при разрыве ахиллова сухожилия.
13. Массаж при повреждении менисков коленного сустава.
14. Массаж при бурсите (воспаление синовиальной сумки).
15. Массаж при периостите (воспаление надкостницы в зонах прикрепления мышц).
16. Массаж при миозите (воспаление мышц).
17. Массаж при остеохондрозе шейного отдела.
18. Массаж при остеохондрозе пояснично - крестцового отдела.
19. Массаж при радикулите.
20. Массаж при сколиозе.
21. Массаж при гипертонической болезни.
22. Массаж при пневмонии.
23. Массаж при гипотонической болезни.
24. Массаж при заболеваниях сердца.
25. Массаж при заболеваниях органов пищеварения.
26. Массаж при плоскостопии.

КИМ 4. Письменная работа

Примерная тематика письменных работ по ЛФК.

1. Медицинский контроль занимающихся при выполнении упражнений в воде
2. Вертикальное вытяжение в воде.
3. Горизонтальное вытяжение в воде.
4. Показания и противопоказания к физическим упражнениям в воде.
5. Вода как фактор лечебного воздействия (физико-химические свойства, обезболивающий и гидростатический эффекты, изменение крово- и лимфотока).
6. Разновидности физических упражнений в воде, закаливающий и психотерапевтический эффект.
7. Значение трудотерапии: физиологическое, психологическое, социальное.
8. Разновидности трудотерапии (общеукрепляющая, восстановительная, профессиональная).
9. Задачи механотерапии и механизмы лечебного эффекта упражнений на тренажерах.
10. Аппараты маятникового типа, правила использования.
11. Блочные механоаппараты.
12. Использование велотренажеров, гребного тренажера, беговой дорожки и др. в ЛФК.
13. Гимнастика в период беременности.
14. Гимнастика в послеродовой период.
15. Мануальная терапия мышечной боли.
16. Мануальная терапия фасциально-связочной боли.

17. Мануальная терапия суставной боли.
18. Формирование медицинских групп для занятий физическими упражнениями студентов и школьников, имеющих отклонение в здоровье.
19. Организация занятий в подготовительной и специальной медицинской группе.
20. Абсолютные и относительные противопоказания для двигательной нагрузки у студентов и школьников.
21. Оздоровительная физическая культура для лиц среднего и пожилого возраста.
22. Особенности ЛФК при травмах у спортсменов.
23. Закаливание, как фактор оздоровления и профилактики заболеваний.

Примерная тематика письменных работ по массажу

1. Особенности методики массажа в акробатике.
2. Особенности методики массажа в баскетболе.
3. Особенности методики массажа в боксе.
4. Особенности методики массажа в борьбе.
5. Особенности методики массажа в велоспорте.
6. Особенности методики массажа в водном поло.
7. Особенности методики массажа в волейболе.
8. Особенности методики массажа в гандболе.
9. Особенности методики массажа в гребле.
10. Особенности методики массажа в конькобежном спорте.
11. Особенности методики массажа в легкой атлетике (бег).
12. Особенности методики массажа в легкой атлетике (барьерный бег).
13. Особенности методики массажа в легкой атлетике (тройной прыжок).
14. Особенности методики массажа в легкой атлетике (прыжок в длину).
15. Особенности методики массажа в легкой атлетике (прыжки в высоту).
16. Особенности методики массажа в легкой атлетике (прыжки с шестом).
17. Особенности методики массажа в легкой атлетике (метание молота).
18. Особенности методики массажа в легкой атлетике (метание копья).
19. Особенности методики массажа в легкой атлетике (метание диска).
20. Особенности методики массажа в легкой атлетике (толкание ядра).
21. Особенности методики массажа в плавании.
22. Особенности методики массажа в прыжках в воду.
23. Особенности методики массажа в прыжках на батуте.
24. Особенности методики массажа в спортивной гимнастике.
25. Особенности методики массажа в стрельбе из лука.
26. Особенности методики массажа в теннисе.
27. Особенности методики массажа в тяжелой атлетике.
28. Особенности методики массажа в фехтовании.
29. Особенности методики массажа в фигурном катании.
30. Особенности методики массажа в футболе.
31. Особенности методики массажа в хоккее на траве.
32. Особенности методики массажа в хоккее с шайбой.
33. Особенности методики массажа в художественной гимнастике.
34. Особенности методики массажа в спортивном ориентировании.
35. Особенности методики массажа в лыжных гонках.
36. Особенности методики массажа в горных лыжах.
37. Особенности методики массажа в санном виде спорта.
38. Особенности методики массажа в избранном виде спорта.

Задание выполняется в письменном виде каждым студентом и сдается преподавателю. Оно должно содержать:

- краткую характеристику заболевания, сформулированные задачи ЛФК при этом заболевании и комплекс упражнений;
- краткую характеристику повреждения, заболевания или травмы и методику массажа.