

**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОСТОЧНАЯ ЭКОНОМИКО-ЮРИДИЧЕСКАЯ  
ГУМАНИТАРНАЯ АКАДЕМИЯ» (Академия ВЭГУ)**

**ОДОБРЕНА**

Ученым советом Академии ВЭГУ  
(протокол от 28 июня 2021 г. , № 4)

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом ректора Академии ВЭГУ  
от 31.08. 2021 № 71/а

**Рабочая программа дисциплины  
Лечебная физическая культура и массаж**

**Кафедра:** Педагогики и психологии

**Основная образовательная программа:** 44.03.01 «Педагогическое образование», направленности (профиля) «Физическая культура».

**1. Общая характеристика**

**1.1 Наименование**

Данная учебная дисциплина называется «Лечебная физическая культура и массаж», включена в Реестр автономных дидактических компонентов Академии ВЭГУ и реализуется в рамках ООП Академии ВЭГУ 44.03.01 «Педагогическое образование», направленности (профиля) «Физическая культура» по заочной форме обучения, в т.ч. с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

**1.2 Цели реализации**

1.2.1. В результате освоения данной дисциплины обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками в рамках формирования следующих компетенций:

- способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

- способность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-5).

1.2.2 Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен знать:

- общие закономерности роста и анатомо-физиологические особенности развития организма детей в разные возрастные периоды;

- санитарно-гигиенические правила и нормы организации учебно-воспитательного процесса;

- здоровьесберегающие технологии в организации безопасной и комфортной образовательной среды;

- основополагающие факторы и принципы сохранения и укрепления здоровья личности;

- принципы и алгоритм оказания первой помощи при неотложных состояниях;

- принципы формирования здорового образа жизни

1.2.3 Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен уметь:

- поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни;

- использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности;

- применять полученные теоретические знания и практические навыки в профессиональной деятельности;

- организовывать безопасные и комфортные условия в построении учебно-воспитательного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей;

- использовать здоровьесберегающие технологии в организации образовательного пространства;

- выявлять признаки неотложных состояний;

- оказывать первую помощь при неотложных состояниях и чрезвычайных ситуациях;

- проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма

1.2.4 Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен владеть:

- навыками использования здоровьесберегающих технологий в образовательно-воспитательном процессе;

- приемами и технологиями проведения мероприятий по санитарно-гигиеническому воспитанию населения.

### **1.3 Место в структуре ООП**

1.3.1 Данная дисциплина относится к блоку Б1.О.33, изучается по заочной форме с применением ЭО и ДОТ в 6 семестре на III курсе обучения в объеме 72 часов (2 зачетные единицы). Форма аттестации – экзамен.

1.3.2 Логически и содержательно-методически данная дисциплина связана с такими автономными дидактическими компонентами данной ООП как: Безопасность жизнедеятельности, Спортивная медицина, Основы здорового образа жизни, Теория организации адаптивной физической культуры, Физиология, Биомеханика, Гигиена физического воспитания и спорта, Физиология физического воспитания и спорта, Теория и методика физической культуры и спорта.

1.3.3 Изучению данной дисциплины должно предшествовать освоение обучающимся программы: Безопасность жизнедеятельности.

1.3.4 Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для прохождения обучения по программам: Теория организации адаптивной физической культуры.

## 1.4 Объем

1.4.1 Общий объем данной дисциплины 2 зачетные единицы или 72 академических часа вне зависимости от формы обучения, применяемых образовательных технологий, реализации с использованием сетевой формы, реализации по индивидуальному учебному плану, в том числе при ускоренном обучении.

1.4.2 Объемы учебной нагрузки обучающегося при освоении программы дисциплины по видам учебной деятельности составляют:

Виды учебной деятельности	Объем, в академических часах
	По заочной форме с применением ЭО и ДОТ
Занятия лекционного типа	4
Занятия семинарского типа	-
Проектирование	-
Групповые консультации	-
Индивидуальная работа с обучающимся	4
Самостоятельная работа обучающегося	52
Аттестация	12 экзамен
Всего	72

## 2. Структура и содержание

### 2.1 Содержание разделов и тем

Разделы и темы		Содержание (дидактические единицы)	Учебные занятия	
№ п/п	наименование		Заочная форма с применением ЭО и ДОТ	
			виды	Объем, академических часов
1	2	3	4	5
1	Раздел 1. Общие основы лечебной физической культуры.		Занятия лекционного типа	1
			Индивидуальная работа с обучающимися	3
			Самостоятельная работа обучающегося	12

1.1	ЛФК в системе физической реабилитации и	<p>Понятие о лечебной физической культуре (ЛФК). ЛФК – составная часть комплексного лечения. ЛФК в системе физической реабилитации.</p> <p>Основные этапы становления и развития ЛФК в России.</p> <p>Современное состояние использования физических упражнений в профилактике и лечении заболеваний и осложнений, в восстановлении работоспособности у больных и травмированных.</p> <p>Показания и противопоказания к применению физических упражнений с лечебной целью.</p> <p>Клинико-физиологическое обоснование лечебно-восстановительного применения физических упражнений. Механизм лечебного действия физических упражнений.</p>	Занятия лекционного типа	0,5
			Индивидуальная работа с обучающимися	2,5
			Самостоятельная работа обучающегося	5
1.2	Методы и способы проведения занятий в ЛФК. Оценка эффективности занятий в ЛФК	<p>Средства ЛФК. Классификация физических упражнений. Формы занятий в ЛФК. Общие требования к методике лечебного применения физических упражнений. Методы и способы проведения занятий в ЛФК. Принципы и способы дозировки физических упражнений в ЛФК. Организация занятий лечебной физкультуры в лечебно-профилактических учреждениях. Оценка эффективности занятий в ЛФК. Физиологическая кривая. Оформление назначения на ЛФК, учет и отчетность.</p>	Занятия лекционного типа	0,5
			Индивидуальная работа с обучающимися	0,5
			Самостоятельная работа обучающегося	7
2	Раздел 2. Виды, формы и методы ЛФК		Занятия лекционного типа	1,5
			Индивидуальная работа с обучающимися	1
			Самостоятельная работа обучающегося	21
2.1	ЛФК при заболеваниях внутренних органов и	<p>Показания и противопоказания к применению ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Методика ЛФК при различной степени</p>	Занятия лекционного типа	0,5
			Индивидуальная работа с обучающимися	0,5

	травмах.	<p>хронической недостаточности сердца.</p> <p>Особенности методики ЛФК при отдельных заболеваниях сердца и сосудов.</p> <p>Современная система реабилитации при сердечно-сосудистых заболеваниях и роль ЛФК.</p> <p>Специальные дыхательные упражнения.</p> <p>Особенности методики ЛФК при отдельных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.</p> <p>Особенности методики ЛФК при отдельных видах нарушения обмена веществ.</p> <p>Механизмы ЛФК при реабилитации больных, в том числе спортсменов с патологией суставов.</p>	Самостоятельная работа обучающегося	7
2.2	ЛФК при патологии и деформациях опорно-двигательного аппарата	<p>Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах.</p> <p>Особенности методики ЛФК при повреждениях мягких тканей (мышц, связок, сухожилий), переломах костей (конечностей, таза, позвоночника, повреждениях суставов) в зависимости от метода лечения (оперативное и консервативное – гипс, металлотит, вытяжение).</p> <p>Особенности применения ЛФК при травмах у спортсменов. ЛФК в реабилитации больных с травмами, в том числе и спортсменов.</p> <p>Методика ЛФК при нарушениях осанки и механизмы лечебного действия физических упражнений. Организация ЛФК с детьми, имеющими нарушения осанки.</p> <p>Методика ЛФК и особенности проведения занятий физической культурой и спортом при плоскостопии.</p>	Занятия лекционного типа	0,5
			Индивидуальная работа с обучающимися	0,5
			Самостоятельная работа обучающегося	7
2.3	ЛФК при заболеваниях и травмах головного и спинного мозга и периферической нервной системы	<p>ЛФК при заболеваниях и травмах головного и спинного мозга. механизмы лечебного действия и особенности методики лечебного применения физических упражнений при заболеваниях и травмах головного и спинного мозга.</p> <p>ЛФК при заболеваниях и травмах периферической нервной системы.</p>	Занятия лекционного типа	0,5
			Индивидуальная работа с обучающимися	0,5
			Самостоятельная работа обучающегося	7

		ЛФК при функциональных заболеваниях центральной нервной системы.		
3	<b>Раздел. 3. Массаж</b>		<b>Занятия лекционного типа</b>	<b>1,5</b>
			<b>Индивидуальная работа с обучающимися</b>	<b>-</b>
			<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>19</b>
3.1	Системы, методы и формы массажа.	<p>Анатомо-физиологическое обоснование массажа.</p> <p>Гигиенические основы массажа.</p> <p>Системы, методы и формы массажа.</p> <p>Классификация видов спортивного, гигиенического, лечебного, косметического массажа.</p> <p>Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приемов «поглаживание», «выжимание», «разминание», «растирание», «потряхивание», «движение», «встряхивание», приема ручной вибрации.</p> <p>Частные методики массажа отдельных участков тела и общего массажа.</p> <p>Технология проведения видов спортивного, гигиенического, косметического, аппаратного массажа.</p> <p>Тренировочный массаж.</p> <p>Предварительный массаж.</p> <p>Восстановительный массаж.</p>	Занятия лекционного типа	0,5
			Индивидуальная работа с обучающимися	-
			Самостоятельная работа обучающегося	10
3.2	Формы и технология проведения сеансов массажа.	<p>Массаж при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом.</p> <p>Методы проведения видов гигиенического массажа.</p> <p>Самомассаж (ручной, аппаратный, комбинированный).</p> <p>Самомассаж при занятиях физической культурой и спортом.</p> <p>Самомассаж при травмах и некоторых повреждениях, связанных со спортом и физической культурой.</p>	Занятия лекционного типа	1
			Индивидуальная работа с обучающимися	-
			Самостоятельная работа обучающегося	9

## 2.2 Перечень обеспечения СРС

При выполнении самостоятельной работы обучающемуся предоставляется следующее учебно-методическое обеспечение:

- информационные ресурсы, перечисленные в разделе 4 Информационные ресурсы данной программы;

- материалы, размещенные в разделах Диск, Задачи, Обсуждение, Сообщение, Wiki ПГ Лечебная физическая культура и массаж Кампуса ВЭГУ 24;

- электронные курсы, размещенные в вертикальном меню Кампуса ВЭГУ;

- материалы лекционных и практических занятий по дисциплинам бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», направленности (профиля) «Физическая культура».

### 3. Фонд оценочных средств

#### 3.1 Этапы формирования компетенций

Компетенция				
код	содержание	знания	умения	навыки
1	2	3	4	5
УК-7	- способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	- здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	- поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	- использования основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.
	Типовые контрольные задания: – Цели и задачи ЛФК; Средства и методы ЛФК; – Основные механизмы действия физических упражнений; – Клинико-физиологические основы ЛФК; – Тонизирующее и трофическое влияние ЛФК на организм; – Механизмы воздействия и физиологические эффекты влияния массажа; – - Спортивный массаж и самомассаж.			

ПК-5	<p>способность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности</p>	<p>– общие закономерности роста и анатомо-физиологические особенности развития организма детей в разные возрастные периоды;</p> <p>– санитарно-гигиенические правила и нормы организации учебно-воспитательного процесса;</p> <p>– здоровьесберегающие технологии в организации безопасной и комфортной образовательной среды;</p> <p>– основополагающие факторы и принципы сохранения и укрепления здоровья личности;</p> <p>– принципы и алгоритм оказания первой помощи при неотложных состояниях;</p> <p>– принципы формирования здорового образа жизни.</p>	<p>– применять полученные теоретические знания и практические навыки в профессиональной деятельности;</p> <p>– организовывать безопасные и комфортные условия в построении учебно-воспитательного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей;</p> <p>– использовать здоровьесберегающие технологии в организации образовательного пространства;</p> <p>– выявлять признаки неотложных состояний;</p> <p>– оказывать первую помощь при неотложных состояниях и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>– проводить профилактические мероприятия по предупреждению детского травматизма.</p>	<p>– навыками использования здоровьесберегающих технологий в образовательно-воспитательном процессе;</p> <p>– приемами и технологиями проведения мероприятий по санитарно-гигиеническому воспитанию населения.</p>
------	---	--	---	--



	<p>Типовые контрольные задания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Понятие о травме и травматической болезни;</li> <li>– Виды переломов, основные признаки переломов;</li> <li>– Приемы оказания первой помощи;</li> <li>– Оборудование и оснащение занятий ЛФК;</li> <li>– Требования, предъявляемые к кабинетам, залам и спортивным площадкам для проведения ЛФК;</li> <li>– Принципы применения физических упражнений в ЛФК;</li> <li>– Дозировка физических упражнений в ЛФК;</li> <li>– Физиологическая кривая нагрузки – виды, оценка;</li> <li>– Дозировка физических упражнений в ЛФК;</li> <li>– Оборудование и оснащение занятий ЛФК;</li> <li>– Требования, предъявляемые к кабинетам, залам и спортивным площадкам для проведения ЛФК;</li> <li>– Организация занятий ЛФК;</li> <li>– Обязанности инструктора ЛФК;</li> <li>– Разработка схем занятий ЛФК;</li> <li>– Формы проведения занятий в ЛФК;</li> <li>– Принципы применения физических упражнений в ЛФК;</li> <li>– Цели и задачи ЛФК; Средства и методы ЛФК;</li> <li>– Основные механизмы действия физических упражнений;</li> <li>– Клинико-физиологические основы ЛФК;</li> <li>– Тонизирующее и трофическое влияние ЛФК на организм;</li> <li>– Занятия ЛФК в специальных медицинских группах в школах, ВУЗах/</li> </ul>
--	---

### 3.2 Показатели, критерии и шкала оценивания

3.2.1 Для оценивания компетенций обучающегося на этапе их формирования по результатам освоения программы данной дисциплины применяется «четырёхбалльная» (при экзамене) шкала оценивания (для четырёхбалльной – «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно»).

3.2.2 При применении технологий, использующих иные шкалы измерения (тестирование, балльно-рейтинговой, рейтинговой и т.д.), они для окончательного оформления переводятся:

«в четырехбалльную шкалу по следующим параметрам: 90 и более процентов максимально-возможной суммы – «отлично», 70-89% - «хорошо», 50-69% - «удовлетворительно», менее 50 % - «неудовлетворительно»»].

3.2.3 При формировании оценки обучающегося используются следующие показатели и критерии оценивания результатов освоения программы данной дисциплины и соответствующего этапа формирования компетенций обучающегося:

для четырехбалльной шкалы:

Оценка	Критерий	Индикатор (показатель)
«отлично»	усвоение программы в полном объеме	задание выполнено без замечаний, полное и логически стройное изложение содержания при ответе или в отчете, тесное увязывание теории вопроса с практикой, отсутствие затруднений с

		объяснением всех аспектов выполнения задания, хорошее владение умениями и навыками по программе, знание монографической литературы, наличие умений самостоятельно обобщать и излагать материал
«хорошо»	твердое владение материалом в рамках программы	задание выполнено без существенных замечаний, грамотное изложение ответа (отчета), отсутствие существенных неточностей, правильное применение теоретических положений и владение необходимыми навыками при выполнении практических заданий
«удовлетворительно»	владение только основным материалом программы	задание в основном выполнено, допущение неточностей при правильном в основном ответе, нарушение последовательности в его изложении, неусвоение отдельных существенных деталей, наличие затруднений в выполнении практических заданий
«неудовлетворительно»	невладение значительной (и значимой) частью материала программы	задание не выполнено, допуск обучающимся при ответе принципиальных ошибок, большие затруднения при выполнении практических работ, ответ свидетельствует об отсутствии знаний по предмету

3.2.4 Аттестация по данной дисциплине может осуществляться по балльно-рейтинговой системе (далее - БРС), которая представляет собой строго последовательное прохождение обучающимся контрольных (реперных, рубежных) точек (далее – КТ-1, КТ-2 и т.д.) с получением оценки за качество показанных результатов в виде определенной конечной суммы баллов. При этом используются следующие индикаторы начисления баллов.

3.2.4.1 Общее количество баллов БРС распределяется следующим образом:

- за прохождение предварительного этапа – 20 баллов;
- за прохождение первой контрольной точки – до 20 баллов;
- за прохождение второй контрольной точки – до 20 баллов;
- за прохождение третьей контрольной точки – до 20 баллов.

3.2.4.2 Перевод набранной суммы по итогам всей БРС в двухбалльную или четырехбалльную шкалу оценивания осуществляется по следующим параметрам:

- 40 и более баллов – «зачтено», менее 40 - «не зачтено»;
- 72 и более баллов – «отлично», 56-71 баллов - «хорошо», 40-55 баллов - «удовлетворительно», менее 40 баллов - «неудовлетворительно».

3.2.4.3 За прохождение предварительного этапа начисляется до 20 баллов пропорционально изученным обучающимся разделам лекционного материала и набранным при тестировании в самом представленном для изучения ресурсе количеству баллов.

3.2.4.4 Начисление баллов по рубежной аттестации по первой контрольной точке осуществляется в зависимости от результативности участия на вебинаре.

3.2.4.4.1 При он-лайн участии на вебинаре баллы начисляются по следующим критериям:

1) 5 баллов, если участие ограничилось только присутствием или одним нерезультативным действием (вопрос или выступление не соответствовали теме);

2) 10 баллов, если были два и более нерезультативных действия;

3) 15 баллов, если среди двух или более произведенных обучающимся действий как минимум одно было результативным (правильное изложение материала, точно заданный вопрос, аргументированная и объективная рецензия);

4) 20 баллов, если все произведенные обучающимся два и более действий были результативными.

3.2.4.4.2 При просмотре вебинара в записи и предоставлении обучающимся письменного отзыва о нем, определяются следующие степени и суммы баллов:

1) 5 баллов, если отзыв написан формально, малосодержательно, но свидетельствует о просмотре всего вебинара;

2) 10 баллов, если в отзыве достаточно аргументировано выделены позитивная (что понравилась, было понятно, интересно) и (или) негативная (что не понравилась, было непонятным, неинтересным) стороны вебинара;

3) 15 баллов, если в отзыве есть обоснованное, логичное сопоставление позитивных и негативных итогов занятия;

4) 20 баллов, если отзыв в дополнение к третьему уровню содержит существенные предложения по улучшению организации вебинара или аргументировано описывает проблему, сформировавшуюся по итогам вебинара.

3.2.4.5 При тестировании по второй контрольной точке, если тестовые задания имеют разные степени сложности, каждые 5% максимально-возможной суммы правильных ответов приравнивается одному баллу БРС.

При равной сложности всех тестовых заданий каждый правильный ответ приносит 1 балл БРС.

3.2.4.6 Творческая аттестационная работа оценивается по двадцатибалльной шкале (0 баллов – отсутствует, 1 балл – имеется, но абсолютно не соответствует заданию и (или) дисциплине, 2 балла – в большей части не соответствует заданию (дисциплине), хотя есть определенное приближение к сути задания (дисциплины), 3 балла – суть задания выявлена, но неполно, 4 балла – имеются только отдельные неточности, 5 – нет претензий к исполнению) по следующим направлениям:

- определение и фиксация проблемы;
- формулирование ответа (рабочей гипотезы);
- аргументы и иллюстрации в пользу ответа (рабочей гипотезы);

- использование концептуального и понятийного аппарата дисциплины.

Сумма набранных баллов за все 4 направления является количеством баллов БРС, начисляемых в общий рейтинг за третью контрольную точку.

### **3.3 Типовые контрольные задания**

3.3.1 При подготовке обучающегося к аттестации и при оценивании результатов освоения программы данной дисциплины (для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы) используются типовые контрольные задания по:

- истории развития ЛФК и массажа; объекту, предмету и методам (инструментам), применяемым в ЛФК; месту, значению данной дисциплины в деятельности человека и ее связям с другими дисциплинами; проблемам и задачам, решаемым в рамках данной дисциплины и т.д.;

- существу теорий, концепций, систем описания и объяснения, гипотез, выдвигаемых в рамках данной дисциплины, а также категориям и понятиям (терминам), являющимся существенными для данной дисциплины;

- применению компетенций, сформированных в ходе освоения программы, для решения конкретной задачи, объяснения конкретного факта (явления), разрешения конкретной ситуации и т.д.

3.3.2 Данные типовые задания при проведении конкретных аттестационных испытаний переформатируются в вопросы аттестационных билетов или тестовые задания в соответствии с правилами, установленными для Фонда оценочных средств Академии ВЭГУ. По предметам вопросов типовых заданий могут быть сформулированы несколько различающихся по форме и аспекту рассмотрения вопросов аттестационных билетов, тестовых заданий или тем письменных работ. Комплекты вопросов для аттестационных билетов, тестовых заданий и тем в виде соответствующих баз хранятся в Центре аттестации Академии ВЭГУ в режиме конфиденциальности и предъявляются в виде набора аттестационных билетов, тестов или отдельной темы, формируемых по установленным в Академии ВЭГУ правилам, на каждую конкретную аттестацию.

3.3.3 Типовые вопросы для промежуточной аттестации.

- ЛФК как научная дисциплина и метод терапевтического воздействия;
- История развития ЛФК;
- Цели и задачи ЛФК; Средства и методы ЛФК;
- Основные механизмы действия физических упражнений;
- Клинико-физиологические основы ЛФК;
- Тонизирующее и трофическое влияние ЛФК на организм;
- Организация занятий ЛФК;
- Обязанности инструктора ЛФК;
- Разработка схем занятий ЛФК;
- Оборудование и оснащение занятий ЛФК;

- Требования, предъявляемые к кабинетам, залам и спортивным площадкам для проведения ЛФК;
- Виды физических упражнений, применяемых в ЛФК;
- Гимнастические упражнения в ЛФК;
- Дыхательные упражнения в ЛФК;
- Корректирующие упражнения в ЛФК;
- Спортивно-прикладные упражнения в ЛФК
- Принципы применения физических упражнений в ЛФК;
- Дозировка физических упражнений в ЛФК;
- Выбор исходных положений в ЛФК;
- Формы проведения занятий в ЛФК;
- Физиологическая кривая нагрузки – виды, оценка;
- Периоды ЛФК;
- Режимы двигательной активности больных в стационаре;
- Режимы двигательной активности больных в санатории;
- Показания к проведению ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы;
- Механизмы терапевтического воздействия ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы;
- Задачи ЛФК при недостаточности кровообращения I степени;
- Задачи ЛФК при недостаточности кровообращения II степени;
- ЛФК при гипертонической болезни;
- ЛФК при инфаркте миокарда;
- Щадящий режим ЛФК в постинфарктном периоде;
- Щадяще-тренирующий режим ЛФК в постинфарктном периоде;
- Тренирующий режим ЛФК в постинфарктном периоде;
- Задачи ЛФК при заболеваниях органов дыхания;
- Механизмы терапевтического воздействия ЛФК при заболеваниях органов дыхания;
- Методики ЛФК при бронхиальной астме;
- Методики ЛФК при эмфиземе легких;
- Методики ЛФК при пневмонии; Методики ЛФК при плеврите;
- Задачи ЛФК при заболеваниях органов пищеварения;
- Механизмы терапевтического воздействия ЛФК при заболеваниях органов пищеварения;
- Методики ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки;
- Методики ЛФК при холецистите;
- Методики ЛФК при желчнокаменной болезни;
- Методики ЛФК при дискинезии желудочно-кишечного тракта;
- Методики ЛФК при опущении внутренних органов (спланхноптозе); ЛФК при ожирении;

- Понятие о травме и травматической болезни;
- Виды переломов, основные признаки переломов;
- Приемы оказания первой помощи;
- ЛФК при травмах (ушибах, растяжениях вывихах);
- ЛФК при повреждениях ключицы;
- ЛФК при повреждениях плеча и предплечья;
- ЛФК при переломах кисти;
- ЛФК при переломах и повреждениях грудной клетки;
- ЛФК при переломах костей таза;
- ЛФК при переломах бедренных костей;
- ЛФК при переломах костей голени;
- ЛФК при травмах коленного сустава;
- ЛФК при повреждениях стопы;
- ЛФК при переломах позвоночника – характеристика периодов;
- ЛФК при переломах позвоночника в постиммобилизационном периоде;
- Задачи ЛФК при компрессионных переломах позвоночника;
- ЛФК при заболеваниях суставов (артритах, артропатиях);
- ЛФК в постоперационном периоде – задачи, методы;
- ЛФК при длительной вынужденной иммобилизации больных;
- ЛФК при дефектах осанки;
- ЛФК при сколиозах;
- ЛФК при плоскостопии;
- Показания к занятиям ЛФК при заболеваниях нервной системы;
- ЛФК при заболеваниях головного мозга;
- ЛФК при заболеваниях спинного мозга;
- ЛФК при поражениях периферических нервов (невритах, нейропатиях);
- ЛФК при неврозах;
- Занятия ЛФК в специальных медицинских группах в школах, ВУЗах;
- Понятие о массаже и его лечебном воздействии;
- История развития массажа;
- Системы и методы массажа в теории и практике;
- Классификация массажа;
- Гигиенические основы массажа;
- Механизмы воздействия и физиологические эффекты влияния массажа;
- Приемы массажа;
- Спортивный массаж и самомассаж.
- 3.3.4 Типовые (примерные) темы для письменных работ.
- Гимнастические упражнения в ЛФК;
- Дыхательные упражнения в ЛФК;
- Корригирующие упражнения в ЛФК;
- Спортивно-прикладные упражнения в ЛФК;
- Принципы применения физических упражнений в ЛФК;

- Дозировка физических упражнений в ЛФК;
- Формы проведения занятий в ЛФК;
- Физиологическая кривая нагрузки – виды, оценка;
- Режимы двигательной активности больных в стационаре;
- Режимы двигательной активности больных в санатории;
- Показания к проведению ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы;
- Механизмы терапевтического воздействия ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы;
- ЛФК при гипертонической болезни;
- ЛФК при инфаркте миокарда;
- Задачи ЛФК при заболеваниях органов дыхания;
- Механизмы терапевтического воздействия ЛФК при заболеваниях органов дыхания;
- Методики ЛФК при бронхиальной астме;
- Задачи ЛФК при заболеваниях органов пищеварения;
- Механизмы терапевтического воздействия ЛФК при заболеваниях органов пищеварения;
- Методики ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки
- Методики ЛФК при холецистите;
- Методики ЛФК при желчнокаменной болезни;
- Методики ЛФК при дискинезии желудочно-кишечного тракта;
- Методики ЛФК при опущении внутренних органов (спланхноптозе);
- ЛФК при ожирении;
- Классификация заболеваний мочевыводящей системы;
- Этиопатогенез воспалительных заболеваний мочевыводящей системы;
- ЛФК при заболеваниях мочевыводящей системы – показания и задачи;
- Методы лечебного воздействия физических упражнений при заболеваниях мочевыводящей системы;
- ЛФК в послеоперационном периоде.

### **3.4 Методические материалы по процедурам оценивания**

3.4.1 Методика (в том числе технологические и организационные аспекты), определяющая процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, установлены положениями об организации образовательной деятельности по программам высшего образования, о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации, о балльно-рейтинговой системе аттестации, о фонде оценочных средств и изданными в соответствии с ними другими локальными нормативными актами, в т.ч. внутривузовскими стандартами, Академии ВЭГУ.

3.4.2 Обеспечение аттестации в Академии ВЭГУ должно удовлетворять, в первую очередь, требованиям нацеленности на результат обучения, системности, унификации и объективности, что на практике означает следующие:

- применение единых критериев оценивания по всем образовательным программам;
- сопряженность всех видов контрольно-измерительных материалов с конечными компетенциями и друг с другом (высокая степень валидности) и их репрезентативность с содержанием программы;
- выведение итоговых оценок по результатам проверки знаний, умений и навыков по всем дидактическим единицам оцениваемой программы;
- применение единых контрольно-измерительных материалов и процедур аттестации к обучающимся всех форм и технологий обучения;
- привлечение к осуществлению аттестации не задействованных в подпроцессе обучения обучающихся, в т.ч. практикующих специалистов необразовательных организаций;
- широкое применение инструментальной среды;
- обязательная экспертиза текстов письменных работ (и других видов оформления результатов проектирования) на авторство (отсутствие заимствований, плагиата, копирования);
- ежегодное обновление тем письменных работ.

Порядок разработки, использования и хранения контрольных измерительных материалов (включая требования к режиму их защиты, порядку и условиям размещения информации, содержащейся в контрольных измерительных материалах, в сети «Интернет») устанавливается в соответствии с федеральными требованиями положением Академии ВЭГУ о фонде оценочных средств.

3.4.3 При организации аттестации обучающихся в Академии ВЭГУ обязательно исполнение следующих положений:

- аттестации подлежат только образовательные программы, назначенные для данного аттестуемого (правилами приема, учебными планами и другими соответствующими документами);
- аттестацию может проводить только тот обучающий (эксперт), который закреплен для данной процедуры по данной группе аттестуемых;
- аттестация проводится только с использованием утвержденных контрольно-измерительных материалов и по утвержденной форме и процедуре;
- аттестация проводится только для тех обучающихся, которые имеют соответствующий допуск;
- результаты аттестации должны быть зафиксированы в утвержденных для этого документах.

## **4. Информационные ресурсы**

### **4.1 Основная учебная литература**



<b>№ п/ п</b>	<b>Выходные данные основной учебной литературы</b>	<b>Адрес доступа к полнотекстовому варианту в Электронно-библиотечной системе Академии ВЭГУ</b>
1	Лысова И.А. Физическая культура: учебное пособие / И.А. Лысова. М.: Изд-во Моск.гуманит.ун-та, 2011 г. 161 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/8625.html">http://www.iprbookshop.ru/8625.html</a>
2	Электронный курс по дисциплине «ЛФК и массаж», специально разработанный в Академии ВЭГУ и размещенный в ЭБС	<a href="https://moodle.vegu.ru/course/view.php?id=514">https://moodle.vegu.ru/course/view.php?id=514</a>

#### **4.2 Дополнительная учебная литература**

<b>№ п/ п</b>	<b>Выходные данные дополнительной учебной литературы</b>	<b>Адрес доступа к полнотекстовому варианту (в ЭБС Академии ВЭГУ или других ресурсах в сети «Интернет»)</b>
1	Егорова, С. А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С. А. Егорова, Л. В. Белова, В. Г. Петрякова. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. — 258 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/62950.html">http://www.iprbookshop.ru/62950.html</a>
2	Рипа М.Д. Коррекционно-развивающие основы лечебной и адаптивной физической культуры. Часть I: учебно-методическое пособие/ Рипа М.Д., Кулькова И.В.— М.: Московский городской педагогический университет, 2013.— 288 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/26508.html">http://www.iprbookshop.ru/26508.html</a>
3	Основы физической реабилитации: учебник / А. Н. Налобина, Т. Н. Фёдорова, И. Г. Таламова, Н. М. Курч ; под редакцией А. Н. Налобина. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 328 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/74272.html">http://www.iprbookshop.ru/74272.html</a>

#### **4.3 Ресурсы сети «Интернет»**

<b>№ п/ п</b>	<b>Наименование ресурса</b>	<b>Адрес доступа к полнотекстовому варианту (в ЭБС Академии ВЭГУ или других ресурсах в сети «Интернет»)</b>
<b>Современные профессиональные базы</b>		
1	Министерство образования и науки РФ	<a href="http://минобрнауки.рф">http://минобрнауки.рф</a>
2	Министерство здравоохранения РФ	<a href="https://www.rosminzdrav.ru/">https://www.rosminzdrav.ru/</a>
3	Федеральный портал проектов нормативных правовых актов	<a href="https://regulation.gov.ru">https://regulation.gov.ru</a>
4	Министерство спорта РФ	<a href="http://www.minsport.gov.ru/">http://www.minsport.gov.ru/</a>
5	Портал открытых данных	<a href="http://data.gov.ru">http://data.gov.ru</a>
6	Министерство молодежной политики и спорта РФ	<a href="http://www.mmpsrb.ru/">http://www.mmpsrb.ru/</a>
7	Всероссийский образовательный «Портал педагога»	<a href="https://portalpedagoga.ru">https://portalpedagoga.ru</a>
8	Федеральная служба государственной	<a href="http://www.gks.ru/">http://www.gks.ru/</a>

	статистики	
9	Педагогический портал Всероссийский образовательный портал «Просвещение»	<a href="https://prosveshhenie.ru">https://prosveshhenie.ru</a>
10	Портал «Учитель-Воспитатель.РФ»	<a href="http://www.учитель-воспитатель.рф">www.учитель-воспитатель.рф</a>
11	МЦФЭР Ресурсы образования	<a href="https://www.resobr.ru">https://www.resobr.ru</a>
12	Учительский портал	<a href="http://www.uchportal.ru">http://www.uchportal.ru</a>
13	Педагогика	<a href="http://paidagogos.com">http://paidagogos.com</a>
14	Портал педагога	<a href="https://portalpedagoga.ru">https://portalpedagoga.ru</a>
15	Портал Педагогические инновации	<a href="https://педагогические-инновации.рф">https://педагогические-инновации.рф</a>
16	Современный учительский портал	<a href="https://easyen.ru">https://easyen.ru</a>
17	Сайт учителей физкультуры	<a href="http://fizkultura-na5.ru">http://fizkultura-na5.ru</a>
<b>Информационные справочные системы</b>		
1	ИСС ГАРАНТ	<a href="http://ivo.garant.ru">http://ivo.garant.ru</a>
2	КонсультантПлюс	<a href="https://www.consultant.ru/">https://www.consultant.ru/</a>
3	Официальный интернет-портал правовой информации	<a href="http://pravo.gov.ru/">http://pravo.gov.ru/</a>
<b>Иные ресурсы Интернет</b>		
1	Научная электронная библиотека	<a href="http://elibrary.ru/titles.asp">http://elibrary.ru/titles.asp</a>
2	Российская государственная библиотека	<a href="http://elibrary.rsl.ru/">http://elibrary.rsl.ru/</a>
3	Библиотека МГУ им. М.В. Ломоносова	<a href="http://www.nbmgu.ru/">http://www.nbmgu.ru/</a>
4	Российская газета	<a href="http://www.rg.ru/">http://www.rg.ru/</a>
5	Физическая реабилитация	<a href="http://physrehab.ru/">http://physrehab.ru/</a>
6	Журнал «Лечебная физкультура и спортивная медицина»	<a href="http://lfksport.ru/">http://lfksport.ru/</a>
7	Общероссийская общественная организация «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов»	<a href="https://sportmed.ru/">https://sportmed.ru/</a>

## 4.4 Информационные технологии

### 4.4.1 АСО Академии ВЭГУ

Образовательный процесс по данной дисциплине в Академии ВЭГУ ведется с широким использованием Автоматизированной системы обучения. В частности, применяются следующие составные части (модули) АСО:

№ п/п	Полное наименование	Область применения в образовательной деятельности
1.	«1С-Битрикс: внутренний портал учебного заведения»	Платформа для интеграции всех сервисов и создания виртуальных рабочих кабинетов участников образовательного процесса. 1. Создание ЭИОС для обучающегося: - редактирование индивидуального учебного плана, обучающегося; - изучение материалов по доступным дисциплина (модулям) (электронный курс, материалы для самоконтроля и прохождения аттестации, расписание трансляций лекций, очных занятий и вебинаров, просмотр видео материалов); - средства электронных коммуникаций (форумы, комментарии, чат) для общения с участниками процесса

		<p>обучения (в учебной и предметных группах);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- просмотр электронной зачётной книжки;</li> <li>- получение информации о набранных кредитах (оценках);</li> <li>- автоматическое зачисление в предметные и учебные группы;</li> <li>- формирование портфолио обучающегося (данные по IMS ePortfolio Specification (<a href="http://www.imsglobal.org/ep/">http://www.imsglobal.org/ep/</a>);</li> <li>- биллинговая система (on-line оплата обучения, просмотр истории оплаты).</li> </ul> <p>2. Создание ЭИОС для обучающегося:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- получение информации по нагрузке;</li> <li>- планирование и проведение вебинаров;</li> <li>- разработка и экспертиза контрольно-измерительных материалов (КИМ);</li> <li>- проверка эссе обучающихся;</li> <li>- средства электронных коммуникаций (форумы, комментарии, чат) для общения с участниками процесса обучения (в учебных и предметных группах);</li> <li>- публикация мультимедийного обучающего контента;</li> <li>- формирование персонального портфолио.</li> </ul> <p>3. Для организаторов образовательного процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- система мониторинга (получение информации об активности пользователей; организация опросов пользователей);</li> <li>- участие в группах (учебных, предметных, общих);</li> <li>- поддержка основных элементов коммуникаций (форумы, комментарии);</li> <li>- оценивание и организация объектов социальной сети;</li> <li>- отслеживание рейтингов и достижений;</li> <li>- публичное портфолио пользователя;</li> <li>- работа с заявками (отправка, отслеживание выполнения).</li> </ul>
2.	«Компас-В» на платформе «1С: Предприятие 8.2»	<p>Автоматизирует работу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приёмной комиссии (ведение базы абитуриентов, зачисление на обучение, финансовые и маркетинговые отчёты),</li> <li>- деканата (документооборот приказов по движению обучающихся, репозиторий документов обучающихся, оповещение обучающихся по электронной почте, SMS),</li> <li>- учебно-методического управления (ведение базы преподавателей, формирование и учёт учебной нагрузки).</li> </ul>
3.	Программный комплекс «Автоматизированная среда аттестации АСА»	<p>Автоматизирует процедуры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки, экспертизы и публичной экспертизы контрольно-измерительных материалов;</li> <li>- формирования и использования фонда оценочных средств по конкретным программам, дисциплинам (модулям, предметам, видам учебной работы);</li> <li>- проведения обучения с использованием балльно - рейтинговой системы (БРС);</li> <li>- допуска, проведения приема экзаменов, зачетов, письменных аттестационных работ;</li> <li>- видеопотоколирования процесса аттестации;</li> <li>- оформления документации по процессам аттестации (аттестационных ведомостей, заявлений на оплату выполненной обучающимися работы, отчетов);</li> <li>- контроля успеваемости обучающихся;</li> </ul>

		- мониторинга удовлетворенности обучающимися качеством контрольно-измерительных материалов и процедурами аттестации.
4.	Система программных продуктов LMS Moodle	Используется для: - публикации электронных курсов; - просмотра результата прохождения электронного курса и последующего его учёта в рамках БРС.
5.	Система автоматизации библиотек ИРБИС64	Используется для: организации доступа к электронной библиотеке для: просмотра полнотекстовых вариантов основной и дополнительной литературы; просмотра учебно-методических комплексов дисциплин.
6.	Программный продукт Автоматизированная информационная система библиотеки «Электронная библиотека»	Используется для организации процесса разработки и обновления полнотекстовых электронных версий учебных материалов и рабочих программ дисциплин.
7.	Прикладное программное обеспечение "Мираполис"	On-line сервис интегрированный в АСО, используется для: - организации и проведения вебинаров, интерактивных занятий, on-line консультаций и лекций; - просмотра записей вебинаров.

#### 4.4.2. Специальные информационные технологии

Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по данной дисциплине, включает следующий перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Программный продукт	Договор
3D Home Architect Landscape Design Deluxe 6	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
7-Zip	лицензия GNU LGPL (Свободное ПО)
Adobe Acrobat Reader DC - Russian	лицензионное соглашение с компанией Adobe (Свободное ПО)
ArchiCAD 18 RUS	лицензионное соглашение с компанией GRAPHISOFT
AutoCAD 2016 — Русский (Russian)	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk 3ds Max 2015 Populate Data	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Advanced Material Library Image Library 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Alias AutoStudio 2016 64-bit	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)

	файла)
Autodesk BIM 360 Glue AutoCAD 2016 Add-in 64 bit	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Material Library 2015	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Material Library 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Maya 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk ReCap 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Revit Interoperability for 3ds Max 2015	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk SketchBook Pro 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk VRED Design 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
CorelDRAW Graphics Suite X7 (64-Bit)	акт на передачу прав № 11 от 01 февраля 2012
FARO LS 1.1.502.0 (64bit)	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Google Chrome	лицензия LGPL (Свободное ПО)
Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows	лицензия № 1FB6-170208-101930-190-411
Microsoft Office 2007	лицензия № 43509314
Skype™ 7.17 7.17.105	лицензионное соглашение с компанией Microsoft (Свободное ПО)
Acrobat Reader X	лицензионное соглашение с компанией Adobe (Свободное ПО)
VLC	лицензия GNU LGPL (Свободное ПО)
Adobe InDesign CS4	Счет-фактура №Tr096423 от 21 декабря 2009
Alias AutoStudio 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
AutoCAD Architecture 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
AutoCADLT 2016	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
ArCon Eleco +2010	акт на передачу прав № 11 от 01 февраля 2012
Adobe Photoshop 12.0	акт на передачу прав № 11 от 01 февраля 2012
Autodesk Populate data	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Autodesk Vred design	сертификат лицензии Autodesk Б/Н (3 файла)
Dictionarist 1.0	Freeware (Свободное ПО)
QTranslate	Freeware (Свободное ПО)
XETRANSLATOR 3.7	Freeware (Свободное ПО)
NeoDic 1.6	Freeware (Свободное ПО)
OpenOffice 2.1	лицензия Apache License 2.0 (Свободное

	ПО)
Mozilla Firefox	лицензия GNU LGPL (Свободное ПО)
Statistica 10	Акт приема-передачи № 371 от 12 июля 2013
NVDA 2014.4	лицензия GNU GPL (Свободное ПО)
Microsoft Office 2003	лицензия № 17431073
Microsoft Windows 7 Professional Academic Open License	лицензия № 62875440
Microsoft Windows XP	лицензия № 47177761

#### **4.5 Материально-техническая база**

4.5.1 В процессе обучения данной дисциплины используется специальный виртуальный учебный кабинет – предметная группа модуля «Кампус ВЭГУ 24» (далее – ПГ).

4.5.2 Информационно-предметная среда ПГ размещается в разделах меню ПГ, а так же в разделах и подразделах меню «Кампус ВЭГУ 24».

Размещение материалов (или обеспечение прямого доступа к информационным ресурсам) в разделах меню «Кампус ВЭГУ 24» осуществляется в централизованном порядке структурными подразделениями Академии ВЭГУ (материалы Электронно-библиотечной системы, локальные нормативные акты Академии ВЭГУ, записи проведенных учебных занятий и т.п.).

В разделах меню ПГ размещение материалов организовывается преподавателем, являющимся владельцем данной ПГ (т.е. закрепленным за реализацией данной дисциплины).

4.5.3 Взаимодействие обучающихся в ПГ осуществляется на принципах тьюторинга и интерактива.

Тьюторинг осуществляется посредством постановки преподавателем задач перед обучающимся, консультирования, проверки и оценивания исполнения задач.

Интерактивный метод обучения обеспечивается организацией преподавателем в ПГ взаимодействия обучающихся друг с другом в сфере освоения программы дисциплины в разных формах и способах, в т.ч.:

- обязательных в рамках этапа (контрольных точек) БРС и факультативных занятий в форме дискуссий, групповой (командной) творческой работы, группового проектирования, кейс-метода, «мозгового штурма» или игры;
- широким использованием ПГ для общего обмена мнениями при постоянном контроле со стороны преподавателя и корректировки оценок и поощрения лучших сообщений;
- вовлечения обучающихся в формирование базы знаний.

4.5.4 Для ведения образовательной деятельности в учебных корпусах Академии ВЭГУ имеются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций,

текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Они укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, в т.ч. презентации ППС по дисциплине. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду Академии ВЭГУ.

Полный перечень материально-технического обеспечения по дисциплине указан в Справке о материально-техническом обеспечении основной профессиональной образовательной программы высшего образования.

### **5. Методические указания обучающемуся**

Общая трудоемкость дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» решает следующие задачи:

- изучает основные проявления различных патологических состояний, показания и противопоказания к применению ЛФК и массажа, основы методики ЛФК и массажа;
- обучает умению составлять комплекс физических упражнений;
- позволяет приобрести навыки методиста лечебной физической культуры и массажиста;
- определяет воздействие лечебных физических нагрузок на занимающегося с целью выявления эффективности комплекса ЛФК;
- дает возможность организовывать и проводить научно-исследовательскую работу, обосновывать проблему, цель и задачи работы, подбирать адекватные методы исследования, анализировать результаты, правильно формулировать выводы.

Освоение дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» предполагает следующие формы работы: занятия лекционного типа, занятия семинарского типа, проектирование, групповые консультации, индивидуальная работа со студентом (в том числе интерактивная), самостоятельная работа, аттестация.

В рамках дисциплины предполагается изучение следующих разделов:

Раздел I. Общие основы лечебной физической культуры

Раздел II. Лечебная физическая культура при заболеваниях, травмах, дефектах осанки и плоскостопии.

Раздел 3. Массаж.

Ключевыми понятиями раздела 1 «Общие основы лечебной физической культуры» являются: лечебная физическая культура, методы, эффективность, этапы становления и развития ЛФК в России, показания и противопоказания к применению физических упражнений с лечебной целью, механизм лечебного действия физических упражнений.

Изучая раздел 1, студент познакомится с ЛФК в системе физической реабилитации, методами и способами проведения занятий в ЛФК, способами оценки эффективности занятий в ЛФК.

Выполняя практические задания раздела, необходимо придерживаться следующего алгоритма: изучить материал лекции по данной теме, просмотреть дополнительную литературу и сведения Интернет-ресурсов, подготовить реферат по заданной теме, ответить на вопросы для самоконтроля.

Ключевыми понятиями раздела 2 «Виды, формы и методы ЛФК» являются: методики, система дыхания, травмы, осанка, плоскостопие, специальные медицинские группы, специальные дыхательные упражнения, особенности методики ЛФК при отдельных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, особенности методики ЛФК при отдельных видах нарушения обмена веществ, механизмы ЛФК при реабилитации больных, патология суставов, повреждения мягких тканей, мышц, связок, сухожилий, переломы костей, конечностей, таза, позвоночника, повреждениях суставов, методы лечения, гипс, металлопластика, вытяжение.

Изучая раздел 2, студент познакомится с ЛФК при заболеваниях, при травмах и заболеваниях ОДА, деформациях опорно-двигательного аппарата, при травмах головного и спинного мозга и периферической нервной системы, с организацией и методиками занятий по физическому воспитанию в специальных медицинских группах.

Ключевыми понятиями раздела 3 «Массаж» являются: методики, техники, самомассаж, классификация видов спортивного, гигиенического, лечебного, косметического массажа, физиологическое влияние, техника и методика выполнения приемов «поглаживание», «выжимание», «разминание», «растирание», «потряхивание», «движение», «встряхивание», приема ручной вибрации, тренировочный массаж, предварительный массаж, восстановительный массаж, массаж при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом, методы проведения видов гигиенического массажа.

Изучая раздел 3, студент познакомится с системами, методами и формами массажа, формами и технологиями проведения сеансов массажа.

По каждому разделу предусмотрено выполнение студентами различных видов самостоятельной работы.

Изучая дисциплину, студент познакомится с основными понятиями дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж»; взаимосвязью изучаемой дисциплины с гуманитарными знаниями и психолого-педагогическими науками; основными способами и принципами



становления, функционирования и развития реабилитационного направления в области физической культуры и спорта.

Выполняя задания, необходимо придерживаться следующего алгоритма: следить за новостями предметной области дисциплины, изучать рекомендуемые нормативно-правовые акты и литературу, готовиться к заданным вопросам для обсуждения; выполнять письменное задание, изучать выставленную проблему для самостоятельной работы, самостоятельно подбирать нормативно-правовые акты и литературу по заданной проблеме, искать ситуационные задачи по проблеме.

Во избежание ошибок при выполнении заданий следует иметь в виду, что необходимо изучить несколько источников по изучаемому вопросу, перепроверять выполненное задание, задавать вопросы по дисциплине преподавателю.

По дисциплине предусмотрено выполнение студентами различных видов самостоятельной работы.

- изучение материалов ПП «Лечебная физическая культура и массаж»;
- изучение электронного курса;
- анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы;
- подготовка и выполнение заданий преподавателя;
- проведение научных исследований;
- подготовка к дискуссии по определенной проблеме на базе прочитанной литературы, изучения нормативных актов, практики;
- подготовка списка литературы и подборка нормативных источников по определенной тематике.

По итогам освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» предусмотрена промежуточная аттестация в форме экзамена.

## **6. Особенности освоения дисциплины (модуля) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.**

6.1 Выбор методов обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов определяются исходя из их доступности для данной категории обучающихся, определяется содержанием обучения, исходным уровнем имеющихся знаний, уровнем профессиональной подготовки педагогов, особенностями восприятия информации обучающимися. В образовательном процессе предполагается использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социальной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата.

6.2 В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

- 1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

– размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;

– присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: – надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

– возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения, а также пребывание в указанных помещениях.

6.3 Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

6.4 Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории обучающихся	Формы предоставления
С нарушением слуха	в печатной форме; в форме электронного документа
С нарушением зрения	в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла;
С нарушением опорно-двигательного аппарата	в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла;

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

6.5 Процедура промежуточной аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку к промежуточной аттестации, а также предоставляется дополнительное время для подготовки ответа в ходе контроля текущей успеваемости и промежуточной аттестации.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

1. инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, устно с использованием услуг сурдопереводчика);

2. доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);

3. доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов. Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

6.6 Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах, а также предоставляются бесплатно специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература и специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Проректор по учебно-научной и  
воспитательной работе

А.О. Целищев