

Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
учреждение профессиональная образовательная организация
«БРЯНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ)
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»

УТВЕРЖДАЮ
Директор  А.А. Солонкин
« 29 » 08 20 20 года



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

49.02.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

2020

Рецензенты:

Аверина Лариса Викторовна – кандидат биологических наук.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе

Разработчики:

Калуп Светлана Сергеевна – преподаватель общепрофессиональных дисциплин ФГБУ ПОО «БГУОР»

Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГ'ОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 физическая культура, педагогическое отделение.

Организация-разработчик: ФГБУ ПОО «БГУОР».

Рассмотрена на заседании ПЦК общепрофессиональных дисциплин

Протокол № 1 от «29» августа 2020 г.

Председатель ПЦК _____ Ковтун Н.В.

Согласовано

Зам. директора по УВР

_____ А.Н. Моисеев

« ___ » _____ 20 ____

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы лечебной физической культуры и массажа

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной общепрофессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям СПО 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина «Основы лечебной физической культуры и массажа» входит в цикл общепрофессиональных дисциплин.

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен**

уметь:

- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

знать:

- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;
- показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;
- основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 188 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 122 часа; самостоятельной работы обучающегося 66 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	188
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	122
в том числе:	
практические занятия	56
контрольные работы	<i>не предусмотрена</i>
курсовая работа (проект)	<i>не предусмотрена</i>
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	66
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	<i>не предусмотрена</i>
<u>Реферат</u> : «Внешние и внутренние причины болезней»; «Инфаркт миокарда»; «Роль отечественных ученых в развитии лечебной физической культуры и массажа»; «Комплексное патогенетическое функциональное лечение и лечебная физическая культура»; «Особенности методики тренировочного массажа в зависимости от вида спорта, характера тренировки и состояния спортсменов»; «Заслуги отечественных ученых в развитии массажа»; «Подвижные игры в системе физической реабилитации детей с заболеваниями и повреждениями нервной системы»; «Комплексное лечение при заболеваниях органов дыхания»; «Гипотермия, электро-, свето- и теплолечение при повреждении мягких тканей»; Подготовить сообщение на тему: «Этапы реабилитации спортивной работоспособности».	46
Работа с нормативной и справочной литературой	<i>не предусмотрена</i>
Оформление практических заданий: составление кроссвордов и ситуационных задач, сводных и сравнительных таблиц, подготовка презентаций	10
Выполнение индивидуальных заданий: систематическая проработка конспектов, учебной литературы, выполнение тестовых заданий	10
Итоговая аттестация в форме экзамена	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
 Основы лечебной физической культуры и массажа.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
3 курс			
Раздел 1. Основы общей патологии		56/33	
Тема 1.1. <i>Патология, этиология, патогенез, саногенез.</i>	Содержание учебного материала		
	<i>Учение о здоровье и болезни. Этиология. Внешние и внутренние причины болезней. Понятие о патогенезе, саногенезе.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовка реферата на тему: «Внешние и внутренние причины болезней»</i>	2	2
Тема 1.2. <i>Расстройства кровообращения</i>	Содержание учебного материала		
	<i>Местные и общие расстройства кровообращения. Воспаление. Гиперемия, стаз, тромбоз, инфаркт, эмболия, кровотечение, кровоизлияние. Понятие о воспалении. Признаки воспаления.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовка реферата на тему: «Инфаркт миокарда».</i>	2	2
Тема 1.3. <i>Нарушение терморегуляции</i>	Содержание учебного материала		
	<i>Нарушение терморегуляции. Лихорадка. Нарушение тканевого питания. Атрофия, гипертрофия, дистрофия. Регенерация. Некроз. Опухоль.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить сообщение на тему: «Механизмы поддержания теплового баланса. Перегревание и переохлаждение, их причины. Стадии и виды лихорадки».</i>	1	2
Раздел 2. Общие основы лечебной физической культуры.			
Тема 2.1. <i>Понятие о лечебной физической культуре. Клинико-физиологическое обоснование и основные механизмы лечебного действия физических упражнений.</i>	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие о лечебной физической культуре. Краткие сведения о развитии лечебной физической культуры. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Механизмы тонизирующего действия физических упражнений. Влияние физических упражнений на трофические процессы. Формирование временных и постоянных компенсаций при лечебном применении физических упражнений. Механизмы нормализации функций при лечебном применении физических упражнений. Роль лечебной физической культуры в восстановлении физической работоспособности.</i>	2	2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить реферат на тему: «Роль отечественных ученых в развитии лечебной физической культуры и массажа».</i>	2	2
	<i>Классификация физических упражнений, применяемых в лечебной физической культуре, их характеристика. Общие требования к методике лечебного применения физических упражнений.</i>	2	1,2

	<i>Принципы дозировки нагрузки при лечебном применении физических упражнений.</i>		
	Самостоятельная работа	2	1,2
	<i>Подготовить реферат на тему: «Комплексное патогенетическое функциональное лечение и лечебная физическая культура».</i>		
Тема 2.3. Формы занятий лечебной физической культуры	Содержание учебного материала		
	<i>Формы занятий лечебной физической культурой. Методы врачебно-педагогической оценки влияния занятий лечебной гимнастикой. Периоды лечебной физической культуры и соответствующие им режимы двигательной активности.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа	2	2
	<i>Подготовить реферат на тему: «Формы занятий лечебной физической культурой. Понятие о массаже, психотерапии, трудотерапии, бальнеотерапии, механотерапии, физиотерапии».</i>		
Тема 2.4. Комплексное лечение	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие о комплексном патогенетическом функциональном лечении (лечебные режимы, диетотерапия, медикаментозное лечение, физиотерапии бальнеотерапия, механотерапия, лечебный массаж, психотерапия, трудотерапия). Организация лечебной физической культуры в больницах, поликлиниках, санаториях, во врачебно-физкультурных диспансерах.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа	2	2
	<i>Подготовить реферат на тему: «Структура и организация работы врачебно - физкультурного диспансера»</i>		
Раздел 3. Частные методики лечебной физической культуры.			
Тема 3.1. Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов.	Содержание учебного материала		
	<i>Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно - сосудистой системы. Основные данные о заболеваниях сердца, сосудов и нейрогуморального аппарата, регулирующие кровообращение. Лечебная физкультура — основное средство реабилитации физической работоспособности при сердечно - сосудистых заболеваниях. Показания и противопоказания к применению лечебной физкультуры при заболеваниях сердечно - сосудистой системы.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа	2	2
	<i>Подготовить реферат на тему: «Строение и функции сердечно – сосудистой системы».</i>		
Тема 3.2.	Содержание учебного материала		
	<i>Методика лечебной физической культуры при инфаркте миокарда, при пороках сердца, при</i>	2	1,2

Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно – сосудистой системы.	<i>гипертонической, гипотонической болезни в зависимости от форм и стадии, методика лечебной физической культуры при атеросклерозе, ишемической болезни сердца, варикозном расширении вен нижних конечностей.</i>		
	Практическое занятие	4	2
	<i>Ознакомление учащихся с освоением методики занятий лечебной гимнастикой при инфаркте миокарда и гипертонической болезни на разных двигательных режимах.</i>		
	Самостоятельная работа	1	2
<i>Составить примерный комплекс физических упражнений для больных с одной из форм сердечно – сосудистых заболеваний.</i>			
Содержание учебного материала			
Тема 3.3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	<i>Основные данные о заболеваниях органов дыхания: пневмония, бронхиальная астма, эмфизема легких, плеврит. Методика лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания.</i>	2	1,2
	Практическое занятие	2	2
	<i>Составление комплекса ЛФК и проведение занятий лечебной гимнастикой с больными бронхитом, пневмонией, бронхиальной астмой. Анализ проведенных занятий.</i>		
	Самостоятельная работа	1	2
<i>Подготовить реферат на тему: «Комплексное лечение при заболеваниях органов дыхания».</i>			
Содержание учебного материала			
Тема 3.4. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения, эндокринных желез.	<i>Основные данные о заболеваниях органов пищеварения. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Методика лечебной физической культуры при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, холецистите и желчнокаменной болезни. распределением занимающихся ФК и С на группы по состоянию здоровья. Наблюдение за учебно-тренировочной работой.</i>	2	1,2
	Практическая работа	4	2
	<i>Освоение методики занятий лечебной гимнастикой при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.</i>		
	Самостоятельная работа	2	2
	<i>Подготовить реферат на тему: «Комплексное лечение при заболеваниях органов пищеварения».</i>		
Содержание учебного материала			
Тема 3.5. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ	<i>Основные данные о заболеваниях обмена веществ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика лечебной физической культуры при ожирении, сахарном диабете, подагре.</i>	1	1,2
	Практическое занятие	2	2
<i>Освоение методики ЛФК при ожирении, сахарном диабете. Составление и проведение комплекса ЛФК</i>			

	<i>при данных патологиях.</i>		
	Самостоятельная работа	2	2
	<i>Подготовить реферат на тему: «Задачи, методика ЛФК при подагре».</i>		
Раздел 4. Частные методики лечебной физической культуры при хирургических заболеваниях и повреждениях.			
Тема 4.1. <i>Понятие о травме и травматической болезни.</i>	Содержание учебного материала		
	<i>Виды повреждений (ушибы, растяжения, надрывы, разрывы). Лечение повреждений мягких тканей. Методика лечебной гимнастики при повреждениях мягких тканей.</i>	1	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить реферат на тему: «Гипотермия, электро-, свето- и теплолечение при повреждении мягких тканей».</i>	2	2
Тема 4.2. <i>Реабилитация при повреждении мягких тканей.</i>	Содержание учебного материала		
	<i>Задачи и методика лечебной физической культуры при повреждениях мягких тканей. Методика массажа, комплексное лечение.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Составить комплекс лечебной физической культуры при повреждениях мягких тканей.</i>	2	2
Тема 4.3. <i>Лечебная физическая культура при переломах длинных трубчатых костей и костей плечевого пояса.</i>	Содержание учебного материала		
	<i>Переломы костей(закрытые, открытые). Переломы ключицы и лопатки. Диафизарные переломы плеча, костей предплечья, переломы костей плечевого и локтевого суставов. Переломы шейки бедра. Диафизарные переломы бедра, костей голени, переломы ладьишек. Методика ЛФК в различные периоды лечения диафизарных переломов в зависимости от вида иммобилизации и периода ЛФК.</i>	2	1,2
	Практическое занятие		
	<i>Освоение методики занятий лечебной гимнастикой при переломах костей верхних и нижних конечностей при разных методах лечения и в различные периоды.</i>	2	2
	Самостоятельная работа		
	<i>Составить примерные комплексы физических упражнений для больных с переломами костей верхних и нижних конечностей.</i>	2	2
Тема 4.4. <i>Реабилитация при повреждениях суставов</i>	Содержание учебного материала		
	<i>Вывихи суставов, внутрисуставные переломы. Привычный вывих плеча. Повреждение коленного сустава(связок, менисков). Внутрисуставные переломы коленного сустава. Повреждение лучезапястного и голеностопного сустава.</i>	2	1,2
	Практическое занятие		
	<i>Составить комплекс и провести урок ЛФК при повреждениях суставов. Провести анализ урока ЛГ.</i>	2	2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить реферат на тему: «Профилактика образования контрактур и восстановление двигательной функции на этапах реабилитации(механотерапия, трудотерапия).</i>	1	2
	Содержание учебного материала		

Тема 4.5. Лечебная физическая культура при переломах позвоночника и таза	<i>Переломы позвоночника, виды переломов, клинические проявления. Задачи, механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика ЛФК при компрессионных переломах позвоночника. Переломы костей таза, основные клинические проявления, методы лечения. Восстановительное лечение при переломах таза с использованием физических упражнений, массажа и физиотерапевтических процедур.</i>	2	1,2
	Практическое занятие <i>Освоение методики занятий лечебной гимнастикой при компрессионных переломах позвоночника.</i>	4	1,2
	Самостоятельная работа <i>Составить комплекс лечебной гимнастики при переломах костей таза</i>	1	
Тема 4.6. Реабилитация при травмах кисти и стопы	Содержание учебного материала <i>Повреждение костей кисти и пальцев, клинические проявления. Функциональное лечение при повреждении кисти и пальцев(лечебная гимнастика, механотерапия, трудотерапия, физиотерапия) на всех этапах реабилитации. Повреждение стопы (связок, ахиллова сухожилия, переломы костей стопы). Методика ЛФК, лечебного массажа и физических методов лечения при этих повреждениях.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа <i>Составить комплекс и провести урок ЛФК при травмах кости и стопы.</i>	2	2
Тема 4.7. Реабилитация при ожогах и отморожениях	Содержание учебного материала <i>Ожоги и отморожения, основные клинические проявления. Ожоговая болезнь, особенности ее течения и лечения. Механизмы лечебного действия физиотерапии, ЛФК при ожогах и отморожениях. Методика восстановительного лечения при консервативном лечении ожогов и отморожений.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа <i>Составить ситуационные задачи на тему: «Клинические проявления при ожогах и отморожениях».</i>	1	1,2
Тема 4.8. Основные принципы реабилитации спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата	Содержание учебного материала 4 курс <i>Спортивные травмы и оказание медицинской помощи. Принципы и современные методы восстановления после травм ОДА у спортсменов. Особенности восстановления спортивной работоспособности при некоторых травмах ОДА.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа <i>Подготовить сообщение на тему: «Этапы реабилитации спортивной работоспособности»</i>	1	2
Тема 4.9. Физическая реабилитация при	Содержание учебного материала <i>Понятие об осанке. Классификация нарушения осанки. Механизмы лечебного действия физических упражнений при нарушениях осанки и плоскостопия. Средства и формы ЛФК при нарушениях осанки.</i>	2	1,2

дефектах осанки и плоскостопии.	<i>Методика ЛФК и лечебного массажа при нарушениях осанки. Специальные упражнения при плоскостопии.</i>		
	Практическое занятие		
	<i>Составить комплекс и провести урок ЛФК при нарушениях осанки и плоскостопии.</i>	2	2
	Самостоятельная работа		
	<i>Составить примерные комплексы физических упражнений при нарушениях осанки, плоскостопии.</i>	2	2
Тема 4.9.1. Лечебная физическая культура при сколиозах	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие о сколиозе. Виды и степени сколиоза. Механизмы лечебного действия физических упражнений при сколиозе у детей. Методика и формы ЛФК при сколиозе.</i>	2	1,2
	Практическое занятие		
	<i>Составить комплекс корригирующей гимнастики и провести урок корригирующей гимнастики при различной степени сколиоза.</i>	2	2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить реферат на тему: «Средства и методы реабилитации на поликлиническом и санаторном этапах: лечебная гимнастика, лечебное плавание, корригирующая гимнастика».</i>	2	2
Тема 4.9.2. Лечебная физическая культура при оперативных вмешательствах на сердце и легких	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие о заболеваниях и повреждениях органов грудной клетки, требующих хирургического вмешательства. Механизмы лечебного действия физических упражнений при операциях органов грудной клетки. Методика ЛФК до оперативного вмешательства и после него.</i>	2	1,2
	Практическое занятие		
	<i>Освоение методики занятий лечебной гимнастики при операциях по поводу хронических заболеваниях легких (в предоперационном и постоперационном периодах).</i>	2	2
	Самостоятельная работа		
	<i>Составить примерный комплекс физических упражнений при оперативных вмешательствах с связи с заболеванием легких.</i>	2	2
Тема 4.9.3. Лечебная физическая культура при оперативном вмешательстве на органах брюшной полости	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие о повреждениях и заболеваниях органов брюшной полости, требующих хирургического вмешательства. Механизмы лечебного действия физических упражнений при операциях на органах брюшной полости. Особенности методики ЛФК до операции и после операции. Роль специальных дыхательных упражнений в профилактике после операционных пневмоний.</i>	2	1,2

	Практическое занятие		
	<i>Освоение методики занятий лечебной гимнастики при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости.</i>	2	2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить презентацию на тему: «Лечебный массаж: воздействие на паравертебральные зоны. Массаж живота».</i>	1	2

Раздел 5. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы

	Содержание учебного материала		
Тема 5.1. Характеристика изменений, проходящих при заболеваниях и повреждениях нервной системы.	<i>Основные клинические данные о нарушениях мозгового кровообращения, травмах и опухолях головного мозга в зависимости от локализации поражений. Расстройства движений: спастические и вялые параличи и порезы, гиперкинезии(судороги, атетоз), нарушение координации, атаксия; расстройство чувствительности: анестезия, гипостезия, гиперотезия, парестезия, каузалгия; расстройства вегетативных функций и трофических функций нервной системы.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа <i>Подготовить презентацию на тему: «Строение и функции нервной системы».</i>	1	2
	Содержание учебного материала		
Тема 5.2. Лечебная физическая культура при церебро-васкулярной патологии	<i>Характеристика синдромов церебро-васкулярной недостаточности(нарушения мозгового кровообращения, инсульт, недостаточность кровоснабжения головного мозга, прогрессирующие нарушения кровообращения головного мозга). Характеристика средств ЛФК: лечение положением, пассивные упражнения, схемы восстановления активных движений, навыков ходьбы.</i>	2	1,2
	Практическая работа		
	<i>Освоение методики занятий лечебной гимнастики при вялых и спастических параличах.</i>	2	2
	Самостоятельная работа <i>Подготовить реферат на тему: «Лечебно-восстановительные мероприятия при различных клинических синдромах церебро-васкулярной недостаточности».</i>	2	2
	Содержание учебного материала		
Тема 5.3. Лечебная физическая культура при	<i>Характеристика структурных изменений при спинальной травме. Клинические формы и симптоматика. Применение физических факторов в</i>	2	1,2

травматической болезни спинного мозга	лечении больных травматической болезни спинного мозга. ЛФК и массаж в восстановительном лечении больных травматической болезни спинного мозга на различных этапах реабилитации		
	Самостоятельная работа Подготовить реферат на тему: «Применение физических факторов в лечении больных травматической болезни спинного мозга».	2	2
Тема 5.4. Лечебная физическая культура при остеохондрозе позвоночника	Содержание учебного материала Основные клинические данные об остеохондрозе позвоночника. Шейный, грудной, поясничный остеохондрозы. Патогенез. Основные неврологические синдромы при шейном остеохондрозе: плечелопаточный перматрат, корешковый синдром, синдром позвоночной артерии. Течение и стадии шейного остеохондроза: острая, подострая, неполной и полной ремиссии. Задачи и формы проведения ЛФК: индивидуальные и групповые. Задачи ЛФК, особенности методики при пояснично-крестцовом радикулите.	2	1,2
	Практическое занятие Составить комплекс ЛФК при шейном, грудном и поясничном остеохондрозе.	2	2
	Самостоятельная работа Подготовить реферат на тему: «Средства реабилитации, профилактика обострений на поликлиническом и санаторном этапах при заболеваниях нервной системы».	2	1,2
	Содержание учебного материала Понятие о травмах и заболеваниях периферической нервной системы(невралгии, невриты, радикулит, плече – лопаточный периартрит). Особенности методики ЛФК при травмах и заболеваниях периферической нервной системы(радикулиты, плекситы, меозиты).	2	1,2
	Практическое занятие Освоение методики занятий лечебной гимнастикой при радикулитах, плекситах и невритах.	2	2
Тема 5.5. Особенности методики лечебной физической культуры при заболеваниях и травмах периферической нервной системы	Самостоятельная работа Подготовить реферат на тему: «Комплексное восстановительное лечение при травмах и повреждениях периферической нервной системы на различных этапах реабилитации»	2	2
	Содержание учебного материала Клинические особенности видов невроза. Задачи, методика ЛФК. Механизмы лечебного действия физических упражнений при неврозе.	2	1,2
Тема 5.6. Методика лечебной физической культуры при неврозах	Практическое занятие Освоить методику ЛФК при неврастении, психастении.	2	2
	Самостоятельная работа Подготовить реферат на тему: «Средства психофизической реабилитации при неврозах».	2	2
Раздел 6. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков			

Тема 6.1. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечнососудистой системы у детей	Содержание учебного материала		
	<i>Ведущие заболевания сердечнососудистой системы в детском возрасте (пороки сердца, ревматизм, миокардит). Эпидемиология. Показания и противопоказания к занятиям лечебной гимнастикой. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Особенности методики лечебной гимнастики у детей с функциональным нарушением сердца.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить реферат на тему: «Особенности методики лечебной гимнастики у детей с функциональным нарушением сердца».</i>	2	1,2
Тема 6.2. Методики лечебной гимнастики при заболеваниях органов дыхания у детей	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие об основных заболеваниях органов дыхания у детей (пневмония, бронхит, бронхиальная астма) и особенности течения. Частные методики лечебной гимнастики при отдельных заболеваниях органов дыхания.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить сообщение на тему: «Особенности выполнения специальных и дренажных упражнений у детей».</i>	2	2
Тема 6.3. Особенности методики лечебной гимнастики при заболеваниях и повреждениях нервной системы у детей	Содержание учебного материала		
	<i>Основные клинические сведения о заболеваниях и повреждениях центральной и периферической нервной системы у детей. Понятие о невритах, неврозах, миастении, миопатии. Особенности методики лечебной гимнастики при данных состояниях. Детский церебральный паралич. Классификация. Особенности методики лечебной гимнастики.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить реферат на тему: «Подвижные игры в системе физической реабилитации детей с заболеваниями и повреждениями нервной системы».</i>	2	2
Тема 6.4. Физическая реабилитация детей при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие о гастрите, виды гастрита. Механизмы лечебного действия физических упражнений при гастритах. Особенности методики лечебной гимнастики у детей, страдающих различными видами гастрита. Дискинезия желчевыводящих путей. Особенности методики лечебной гимнастики.</i>	2	1,2
	<i>Понятие о сахарном диабете в детском возрасте. Методика занятий ЛФК. Ожирение. Виды ожирения. Особенности методики лечебной гимнастики с учетом степени ожирения и возраста ребенка.</i>		
	Практическое занятие		
	<i>Освоение методики занятий лечебной гимнастикой при ожирении.</i>	2	2
Самостоятельная работа			
	<i>Составить примерный комплекс физических упражнений для больных с одной из форм патологии.</i>	2	1,2

Раздел 7. Массаж			
Тема 7.1. Общее понятие о массаже.	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие о массаже. Механизмы и физиологическое влияние массажа на организм. Влияние массажа на центральную и периферическую нервную систему, на кожу и обмен веществ. Действие массажа на мышечную систему. Роль массажа в восстановлении работоспособности мышц и подготовки их к работе. Воздействие массажа на связочно-сумочный аппарат и суставы. Влияние массажа на кровообращение, кровеносную и лимфатическую системы. Влияние массажа на дыхание, внутренние органы, обмен веществ.</i>	2	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить реферат на тему: «Заслуги отечественных ученых в развитии массажа»</i>	2	1,2
Тема 7.2. Гигиенические основы массажа. Классификация массажа.	Содержание учебного материала		
	<i>Гигиенические требования предъявляемые к помещению, инвентарю, к массажисту и массируемому. Показания и противопоказания к применению массажа. Системы массажа. Виды массажа: лечебный, косметический, гигиенический, спортивный. Методы массажа: ручной, аппаратный, комбинированный. Формы массажа.</i>	2	2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить сообщение на тему «Применение различных растирок, мазей, кремов»</i>	1	2
Тема 7.3. Приемы массажа.	Содержание учебного материала		
	<i>Приемы массажа: поглаживание, растирание, разминание, вибрация. Особенности физиологического действия. Методика и техника выполнения приемов. Разновидности приема. Ошибки при выполнении приемов.</i>	2	2
	Практическое занятие		
	<i>Практическое овладение навыками приемов: поглаживание, растирание</i>	4	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Овладение навыками проведения приема поглаживания, растирания.</i>	4	2
Тема 7.4. Спортивный массаж. Тренировочный массаж	Содержание научного материала		
	<i>Понятие о тренировочном массаже и его физиологическом действии. Основные принципы построения тренировочного массажа. Особенности методики массажа для повышения тренированности, совершенствования физических качеств, сохранения спортивной формы.</i>	2	2
	Практическое занятие		
	<i>Овладение навыками проведения приема: разминание, вибрация. Совершенствование техники выполнения приемов массажа.</i>	4	1,2
	Самостоятельная работа		
	<i>Подготовить реферат на тему: «Особенности методики тренировочного массажа в зависимости</i>	2	2

	<i>от вида спорта, характера тренировки и состояния спортсменов».</i>		
Тема 7.5. Предварительный и восстановительный массаж	Содержание учебного материала		
	<i>Понятие о предварительном массаже и его физиологическое действие. Разновидности предварительного массажа: разминочный, тонизирующий, успокаивающий, согревающий. Методика их проведения.</i> <i>Понятие о восстановительном массаже и его физиологическое действие. Особенности методики восстановительного массажа в процессе тренировочного занятия, между тренировочными занятиями, после тренировочных занятий, во время соревнований.</i>	2	1,2
	Практическое занятие		
	<i>Овладение навыками проведения спортивного массажа.</i>	4	2
	Самостоятельная работа		
<i>Закрепление навыков проведения массажа. Совершенствование техники выполнения приемов массажа.</i>	2	2	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета ЛФК и массажа.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- АРМ преподавателя;
- скелет человека;
- тонометры, весы, толстотный циркуль, динамометры, спирометры, , сантиметровые ленты, секундомер, велоэргометр;
- учебные фильмы и мультимедийные лекции по некоторым разделам дисциплины.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиа комплекс

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники :

1. Лечебная физическая культура : учебник для студентов высших учебных заведений / под ред. С. Н. Попова. - 12-е изд., стер. - М. : Академия, 2017
2. Рипа, М. Д. Методы лечебной и адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. (Профессиональное образование).
3. Усанова А. А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учеб. пособие/ А. А. Усанова, О. И. Шепелева, Т. В. Горячева. – Ростов н/Д : Феникс, 2017.

Дополнительные источники:

1. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина: учебное пособие: курс лекций и практические занятия / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматов. – М: Спорт, Человек, 2018.
2. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство. Краткое издание. ГЭОТАР - медиа. Под ред. Г.Н. Пономаренко 2017.

3. *Лечебная физическая культура: учебник для студ. высш. учеб. заведений / С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева/; под ред. С.Н. Попова. – 11-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.*
4. *Граевская, Н.Д. Спортивная медицина: учебное пособие: курс лекций и практические занятия /Н.Д.Граевская, Т.И. Долматова. – М.: Спорт, Человек, 2018..*
5. *Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учеб.пособие для СПО/ В.Б. Рубанович.- 3-е изд., испр. И доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019.*

Интернет–источники: <http://sportmedi.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСОВЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p style="text-align: center;">Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; ➤ проводить простейшие функциональные пробы; ➤ на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; ➤ использовать основные приемы массажа и самомассажа; 	<p>Фронтальный и индивидуальный опрос; тестирование, письменная контрольная работа. Экспертная оценка выполнения самостоятельных работ. Экспертная оценка выполнения практических заданий.</p>
<p style="text-align: center;">Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; ➤ назначение и методику проведения простейших функциональных проб; ➤ основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности ➤ значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; ➤ средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре; ➤ дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре; 	<p>Тестирование.</p> <p>Наблюдение за работой с наглядными пособиями. Практический контроль: демонстрация проекции антропометрических точек. Экспертная оценка решения ситуационных задач.</p>

<ul style="list-style-type: none"> ➤ показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры; ➤ основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; ➤ методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; ➤ основные виды и приемы массажа ➤ 	
Итоговая аттестация усвоенных знаний и освоенных умения	Экзамен

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

№ изменения, дата внесения изменения	№ страницы с изменением
БЫЛО	СТАЛО
Основание:	
Подпись лица внесшего изменения	