

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение выс-
шего образования
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Факультет физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Лечебная физическая культура

Кафедра спортивных дисциплин

Образовательная программа

49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки

Физкультурное образование

Уровень высшего образования

Бакалавриат

Форма обучения

Очная, заочная

Статус дисциплины: входит в обязательную часть ОПОП

Махачкала, 2021 год

Рабочая программа дисциплины лечебная физическая культура составлена в 2021 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО - по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, (уровень бакалавриата) от «19» сентября 2017 г. № 940.

Разработчик(и): Кафедра спортивных дисциплин, профессор Рустамов А.Ш.

Рабочая программа дисциплины одобрена:
на заседании кафедры спортивных дисциплин от «15» 10 2024 г., протокол № 9

Зав. кафедрой А.Ш. Рустамов Рустамов А.Ш.

на заседании Методической комиссии факультета Физической культуры и спорта от «15» 10 2024 г., протокол № 7.

Председатель Н.Б. Новикова Новикова Н. Б.

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением «УМ» 07 2024 г. .

Начальник УМУ А.Г. Гасангаджиева Гасангаджиева А.Г.

Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Лечебная физическая культура» входит в обязательную часть ОПОП бакалавриата по направлению 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина реализуется на факультете физической культуры и спорта кафедрой спортивных дисциплин.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с активизацией защитных сил организма, выработкой устойчивой правильной осанки, укрепление и сохранение гибкости позвоночника, предотвращение его деформации, крепления и развития мышечной системы, нормализации работы опорно-двигательного аппарата.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: общепрофессиональных – ОПК-6, ОПК-7.

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: лекции и практические занятия.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме контрольной работы и промежуточный контроль в форме экзамена.

Объем дисциплины 5 зачетных единиц, в том числе в академических часах по видам учебных занятий: 180 ч.

Очная форма обучения

Семестр	Учебные занятия							СРС, в том числе экзамен	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе:								
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					всего		
		Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР	консультации			
5	180		18		36			126	экзамен

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины являются:

- обучить студентов назначению средств лечебной физкультуры в комплексном лечении и медицинской реабилитации больных детей, а также профилактике осложнений.
- обучить студентов проведению врачебного обследования у детей для допуска их к занятиям массово-оздоровительной физкультурой и спортом.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина «Лечебная физическая культура» входит в обязательную часть ОПОП бакалавриата по направлению 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина логически связана с такими курсами как безопасность жизнедеятельности, здоровый образ жизни, анатомия и биохимия человека. Совместно с данными дисциплинами лечебная физическая культура формирует ряд профессиональных компетенций. Входным контролем для освоения являются знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе, затем по мере освоения разделов курса необходимы знания анатомии и физиологии.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения и процедура освоения).

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.	ОПК-6.1. Способен определять - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здоро-	<i>Знает</i> - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здоро-	Устный опрос, Письменный опрос

	<p>вого образа жизни и факторы их определяющие;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус» 	<p>щие;</p> <p><i>Умеет определять</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; <i>Владеет</i> - методическими основами рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значением и особенностями приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус». 	
	<p>ОПК-6.2. Способен</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать накоп- 	<p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать накоп- 	

	<p>ленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурнооздоровительных занятиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медикобиологических, санитарногигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, 	<p>ленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурнооздоровительных занятиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; <p><i>Умеет</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать различные формы занятий с учетом медикобиологических, санитарногигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, 	
--	--	---	--

	<p>учебных занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. 	<p>учебных занятий;</p> <p><i>Владеет</i> возможностями составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить мероприятия по санитарнопросветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурноспортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. 	
	<p>ОПК-6.3 Способен осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> - обобщение информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и 	<p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - обобщение информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности за- 	

	<p>работоспособности занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки. - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом. 	<ul style="list-style-type: none"> нимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки. - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; <i>Владеет</i> методами - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; <i>Умеет</i> организовывать встречи обучающихся с известными спортсменами; - использовать приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом. 	
--	--	--	--

<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-7.1 Способен определять</p> <ul style="list-style-type: none"> - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной 	<p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; <p><i>Умеет</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; <p><i>Владеет</i> методами основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных 	<p>Устный опрос, Письменный опрос</p>
--	--	--	---

	<p>деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечнолегочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе 	<p>нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины 	
--	--	--	--

	<p>занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипи- 	<p>травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; 	
--	---	---	--

	<p>ровке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	<p>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.</p>	
	<p>ОПК-7.2. Способен</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять кон- 	<p><i>Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль 	

	<p>троль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать 	<p>отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</p> <p><i>Умеет</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; <p><i>Владеет</i> методами обеспечения безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать без- 	
--	--	--	--

	безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.	опасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.	
	ОПК-7.3. Способен определять - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря;	<i>Знает</i> - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; <i>Умеет</i> использования специальной аппаратуры и инвентаря; <i>Владеет</i> Способностью определять - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря	

4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 5 зачетных единиц, 180 академических часов.

4.2. Структура дисциплины.

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Контроль Самост. Раб.	Самостоятельная работа в т.ч. экзамен	
Модуль 1. Введение. История развития и общие основы ЛФК.								
1	Введение. История становления ЛФК как отдельной науки.	5		2			10	Контрольная работа Устный опрос
2	Методологические принципы ЛФК.		2	2			8	Контрольная работа Устный опрос

3.	Формы и средства ЛФК.		2	2		8	Контрольная работа Устный опрос
<i>Итого по модулю 1:</i>			4	6		26	
Модуль 2. Общие основы лечебной физкультуры.							
1.	Общеклинические проявления заболеваний органов желудочно-кишечного тракта.	5	2	4		4	Контрольная работа Устный опрос
2.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.		2	2		4	Контрольная работа Устный опрос
3.	Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания у детей.		2	2		4	Контрольная работа Устный опрос
4.	ФК в неврологии (неврит лицевого нерва, острое нарушение мозгового кровообращения).		2	4		4	Контрольная работа Устный опрос
<i>Итого по модулю 2:</i>			8	12		16	
Модуль 3. Лечебная физкультура в травматологии и оперативных вмешательствах.							
1.	Лечебная физкультура и травматология. ЛФК при переломах костей конечностей.	5	2	4		6	Контрольная работа Устный опрос
2.	ЛФК при операциях на органах грудной клетки, брюшной полости.		2	4		6	Контрольная работа Устный опрос
3.	Понятие о врачебном контроле, его содержание, цели и задачи. Медицинское обследование физкультурников и спортсменов.			2		10	Контрольная работа Устный опрос
<i>Итого по 3 модулю</i>			4	10		22	
Модуль 4. Общие основы массажа. Современные технологии разных приемов ручного и аппаратного массажа и их сочетание.							
1.	Массаж и его влияние на организм. Классификация			2		10	Контрольная работа Устный опрос

	видов и приемов массажа.							
2.	Гигиенические основы массажа.		2	2			6	Контрольная работа Устный опрос
3.	Массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях опорно-двигательного аппарата.			4			10	Контрольная работа Устный опрос
	<i>Итого по модулю 4:</i>		2	8			26	
	Подготовка к экзамену					36		Экзамен
	ИТОГО:		18	36			90	

4.3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам).

4.3.1. Содержание лекционных занятий по дисциплине.

Модуль 1. Введение. История развития и общие основы ЛФК.

Тема 1. Введение. История становления ЛФК как отдельной науки.

Содержание темы:

Исторический очерк развития ЛФК как отдельной науки. Содержание учебной дисциплины, теоретические основы, предмет, методы, связь с другими дисциплинами. Значение и место ЛФК в комплексном лечении заболеваний и травм.

Тема 2. Методологические принципы ЛФК.

Содержание темы:

Методические основы ЛФК как отражение физиологических закономерностей влияния на организм дозированных физических нагрузок. Показания и противопоказания (общие и временные) к ЛФК. Объект, предмет, цель и задачи изучения ЛФК. Способы дозирования нагрузки. Взаимосвязь ЛФК с такими науками как физиология, спортивная медицина и массаж.

Тема 3. Формы и средства ЛФК.

Содержание темы:

Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК. Физические упражнения – как основное средство ЛФК, классификация физических упражнений. Методы применения гимнастических, спортивно-прикладных и игровых физических упражнений.

Модуль 2. Общие основы лечебной физкультуры.

Тема 4. «Общеклинические проявления заболеваний органов желудочно-кишечного тракта».

Содержание темы:

Основные проявления заболеваний желудочно-кишечного тракта (боли, изжога, отрыжка, тошнота, рвота, дискинезии и диспептические расстройства). Понятие об этиологии и патогенезе гастритов, язвенной болезни, энтеритов и колитов. Понятие об основных заболеваниях мочевыделительной системы. Задачи, средства и методы ЛФК при за-

болеваниях ЖКТ, гепатолиенальной системы, системы мочевого выделения. Курация больных.

Тема 5. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Содержание темы:

Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК у больных инфарктом миокарда и гипертонической болезнью. Роль и задачи ЛФК в реабилитации больных инфарктом миокарда. Поэтапная система реабилитации больных инфарктом миокарда. Показания и противопоказания к назначению ЛГ. Демонстрация процедур ЛГ у больных инфарктом миокарда на разных этапах активизации. Разбор больных с обоснованием назначения ЛФК. Обучение нагрузочным тестам для выяснения толерантности к физическим нагрузкам. Использование методов учета эффективности занятий ЛГ. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК у больных гипертонической болезнью. Показания и противопоказания. Демонстрация процедуры ЛГ у больных гипертонической болезнью. Курация больных. Клинико-физиологическое обоснование применения лечебной физкультуры и соблюдения двигательных режимов в комплексном лечении ревматизма у детей. Обучение нагрузочным тестам.

Тема 6. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания у детей.

Содержание темы:

Основные механизмы лечебного действия физических упражнений. Клинико-физиологическое обоснование применения лечебной физкультуры в комплексной терапии острой пневмонии у детей. Задачи и методика применения лечебной гимнастики и других форм лечебной физкультуры в различные периоды лечебного курса. Особенности методики лечебной физкультуры при бронхиальной астме у детей, при ателектазах и плевритах. Особенности лечебной физкультуры при различных стадиях хронической неспецифической пневмонии у детей. Схема построения занятий лечебной физкультурой при различных заболеваниях органов дыхания у детей. Методика изучения влияния лечебной физкультуры на функцию органов дыхания и на весь организм больного ребёнка в процессе лечения. Спирометрия, спирография, пневмоманометр и их использование для оценки эффективности лечебной физкультуры. Курация больных.

Тема 7. ФК в неврологии. (неврит лицевого нерва, острое нарушение мозгового кровообращения)

Содержание темы:

Основные клинические проявления при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Понятие о расстройствах чувствительности и двигательных расстройствах. Понятие о невритах, виды и клинические проявления невритов. Неврит лицевого нерва. Задачи и периоды физической реабилитации при невритах. Задачи, средства и методы ЛФК после нарушений мозгового кровообращения.

Тема 8. Лечебная физкультура и травматология. ЛФК при переломах костей конечностей.

Содержание темы:

Понятие и общая характеристика:

- травмы, травматологии;
- классификация травм;
- осложнения травматологических повреждений;
- основные периоды ЛФК в процессе лечения травм;
- принципы лечения переломов.

Механизм лечебного действия физических упражнений при травмах. Средства и методы ЛФК при переломах костей конечностей.

Тема 9. ЛФК при операциях на органах грудной клетки, брюшной полости.

Содержание темы:

Общее представление об операциях на органах грудной клетки и брюшной полости. Особенности методики ЛФК до и после оперативных вмешательств на органах груд-

ной клетки и брюшной полости. Методики ЛФК, направленные на профилактику застойных пневмоний.

Тема 10. Понятие о врачебном контроле, его содержание, цели и задачи. Медицинское обследование физкультурников и спортсменов.

Содержание темы:

Теоретическое знакомство с предметом ВК и комплексной унифицированной методикой обследования, правилом заполнения карт. Выполнение студентами под контролем ассистента соматоскопии и антропометрии друг на друге. Оценка студентами физического развития (на основе полученных данных методом стандартов.) Теоретическое знакомство с другими методами оценки физического развития (методом индексов и методом коррекции.)

Тема 11. Массаж и его влияние на организм. Классификация видов и приемов массажа.

Содержание темы:

Показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК. Определение и классификация массажа по приемам и видам. Способы дозирования, контроля эффективности и безопасности массажа. Физиологическое действие массажа на организм. Особенности применения массажа у детей. Применение с профилактической и лечебной целью сегментарно-рефлекторного, точечного и спортивного массажа.

Тема 12. Гигиенические основы массажа.

Содержание темы:

Гигиенические требования к месту проведения массажа и оснащению массажного кабинета. Гигиенические требования к массажисту.

Тема 13. Массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Содержание темы:

Классификация спортивных травм. Задачи массажа при спортивных травмах. Ушибы: характеристика, задачи массажа, методика проведения. Растяжения связок суставов: характеристика, задачи массажа, методика проведения. Вывих: характеристика, задачи массажа, методика проведения. Переломы: характеристика, задачи массажа, методика проведения. Повреждение фасций и мышц: характеристика, задачи массажа, методика проведения. Миалгия: характеристика, задачи массажа, методика проведения. Миозит: характеристика, задачи массажа, методика проведения.

5. Образовательные технологии

Для наиболее эффективного освоения курса в преподавании применяется комплекс приемов и методов, позволяющих сформировать у обучающихся целостное представление об основных положениях данного курса. Особое внимание в преподавании истории уделяется таким формам активного обучения как неимитационные и имитационные методы.

К числу неимитационных методов относятся проблемные лекции и семинары; тематическая дискуссия: круглый стол, научно-практическая конференция; презентация, олимпиада, брей-ринги др.

На лекционном и семинарском занятиях посредством мультимедийных средств широко используется демонстрационный материал, который усиливает ощущения и восприятия обучаемого. К их числу относятся слайды, схемы, фотоматериалы и др.

В период изучения проблемных вопросов дисциплины предусмотрены встречи с представителями государственных социальных учреждений и общественных благотворительных организаций и фондов, проведение мастер-классов с участием экспертов и специалистов социальной сферы.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

Система университетского образования состоит из лекционных и практических занятий, а также самостоятельной работы студента. Самостоятельная работа студента выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя и реализуется непосредственно в процессе аудиторных занятий – на лекциях и семинарских занятиях, а также вне аудитории – в библиотеке, на кафедре, дома и т.д.

Самостоятельная работа студента должна занимать не менее половины учебного времени и подразделяется на аудиторную и внеаудиторную. Аудиторная самостоятельная работа студента осуществляется на лекционных и семинарских занятиях в форме выполнения различных заданий и научных работ. Внеаудиторная самостоятельная работа студента традиционно включает такие виды деятельности, как проработка ранее прослушанного лекционного материала, изучение источника, конспектирование программного материала по учебникам, подготовка доклада, выполнение реферата, поиск наглядного материала, выполнение предложенных преподавателем заданий в виртуальной обучающей системе в режиме on-line и т.д.

Самостоятельная работа студента должна быть ориентирована на поиск и анализ учебного и научного материалов для подготовки к устному выступлению на семинарском занятии и обсуждения заранее заданных и возникающих в ходе занятия вопросов, написания доклада и научной работы. Эффективность и конечный результат самостоятельной работы студента зависит от умения работать с научной и учебной литературой, источниками и информацией в сети Интернет по указанным адресам.

Подготовку к семинару следует начинать с внимательного ознакомления с методическими рекомендациями и планом предстоящего занятия. Затем необходимо изучить соответствующую тему по рекомендованным преподавателем учебной и научной литературе и первоисточникам, подобрать подходящую информацию в сети Интернет. Значительно облегчит поиск подходящей литературы систематическое посещение Научной библиотеки ДГУ, которая располагает подробным поисковым каталогом, значительным фондом разнохарактерной литературы и доступом в сеть Интернет, в том числе предоставляет доступ ко многим известным электронным учебным и научным ресурсам. Преподаватель задаёт направление самостоятельной работе студента и осуществляет систематический контроль за ней. Результаты самостоятельной работы студента оцениваются по бальной системе.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

7.1. Типовые контрольные задания

1. Организация службы ЛФК. Требования к специалистам ЛФК. Основные функции ЛФК
2. Механизмы стимулирующего, трофического, компенсирующего и нормализующего действия физических упражнений.
3. Показания и противопоказания к назначению ЛФК
4. Классификация физических упражнений для ЛФК.
5. Основные формы ЛФК. Общая методика проведения процедуры лечебной гимнастики.
6. Способы контроля и дозирования интенсивности нагрузки во время занятий ЛФК.
7. Характеристика статических и динамических, дыхательных, ритмопластических упражнений, упражнений в равновесии как средств ЛФК.
8. Характеристика лечебной дозированной ходьбы, физических упражнений в воде, занятий на тренажерах, тракционной терапии как средств ЛФК.

9. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности.
10. Методы оценки состояния организма в процессе занятий ЛФК.
11. Санитарно – гигиенические требования к занятиям ЛФК. Оснащение службы ЛФК.
12. Задачи и общие принципы ЛФК в лечении травм конечностей.
13. Задачи и общие принципы ЛФК в лечении травм позвоночника и костей таза.
14. Этиология, патогенез и клинические проявления деформирующего артроза тазобедренных суставов.
15. Задачи и средства и особенности методики ЛФК при коксартрозе.
16. Этиология, патогенез и клинические проявления деформирующего артроза коленных суставов.
17. Задачи и средства особенности методики ЛФК при гонартрозе.
18. Профилактика дегенеративно-дистрофических заболеваний суставов средствами ЛФК.
19. Этиология, патогенез, факторы риска остеохондроза позвоночника. Механизм возникновения протрузий, грыж, сосудистых и неврологических проявлений.
20. Клинические проявления остеохондроза шейного отдела позвоночника. Задачи, средства и особенности методики ЛФК с учетом периода заболевания.
21. Клинические проявления остеохондроза грудного отдела позвоночника. Задачи, средства и особенности методики ЛФК с учетом периода заболевания.
22. Клинические проявления остеохондроза поясничного отдела позвоночника. Задачи, средства и особенности методики ЛФК с учетом периода заболевания.
23. Меры профилактики остеохондроза. Ортопедическая профилактика.
24. Признаки правильной осанки. Формирование осанки в онтогенезе. Причины и факторы риска нарушений осанки.
25. Характеристика видов нарушения осанки.
26. Задачи и средства ЛФК при нарушениях осанки с учётом вида нарушения. Особенности методики ЛФК.
27. Характеристика свода стопы. Виды плоскостопия. Факторы риска, диагностика и профилактика.
28. ЛФК и массаж при плоскостопии. Особенности методики ЛФК при плоскостопии у детей с учетом возраста.
29. Задачи, средства и особенности методики ЛФК при повреждении мягких тканей, ожогах, отморожениях.
30. Общие принципы ЛФК и массажа при заболеваниях сердечнососудистой системы. Неотложные состояния, которые могут возникнуть во время занятий ЛФК. Первая помощь при обмороке, остановке сердца.
31. Задачи, средства и особенности методики ЛФК при ишемической болезни сердца и инфаркте миокарда.
32. Задачи, средства и особенности методики ЛФК при гипертонической болезни. 33 Задачи, средства и особенности методики ЛФК при атеросклерозе.
34. Общие принципы ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания. Роль общеукрепляющих и специальных упражнений. Дренажные положения, дыхательные упражнения.
35. Задачи, средства и особенности методики ЛФК при обструктивных заболеваниях легких.
36. Задачи, средства и особенности методики ЛФК при пневмонии.
37. Общие принципы ЛФК и массажа при заболеваниях органов пищеварения. Роль общеукрепляющих и специальных упражнений.
38. Задачи, средства и особенности методики ЛФК при гастритах, язвенной болезни желудка.
39. Задачи, средства и особенности методики ЛФК при заболеваниях кишечника с учетом характера нарушения моторных функций.

40. Задачи, средства и особенности методики ЛФК и массаж при дискинезии желчевыводящих путей и холецистите.
41. Задачи, средства и особенности методики ЛФК и массаж при сахарном диабете и ожирении. Профилактика гипогликемических состояний в процессе занятий ЛФК и первая помощь.
42. Основные группы заболеваний центральной и периферической нервной системы. Виды расстройств движений. Характеристика вялых и спастических параличей.
43. Основные задачи, средства и особенности методики ЛФК при детских церебральных параличах.
44. Основные задачи, средства и особенности методики ЛФК у больных с последствиями инсульта.
45. Основные задачи, средства и особенности методики ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферических нервов.
46. Основные задачи, средства и особенности методики ЛФК при заболеваниях и травмах спинного мозга.
47. Применение ЛФК в системе реабилитации больных с последствиями черепно-мозговой травмы.
48. Понятие о неврозах и неврозоподобных состояниях. Механизм лечебного действия физических упражнений при неврозах.
49. Критерии формирования специальных медицинских их групп для занятий физической культурой. Медицинские противопоказания к выполнению физических упражнений.
50. Организация и особенности проведения физической культурой в специальных медицинских группах.
51. Методы медико-педагогического контроля состояния занимающихся в специальных медицинских группах.
52. Анатомо-физиологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.
53. Особенности организации и методики оздоровительной физической культуры для лиц пожилого и старческого возраста.
54. Показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК.
55. Гигиенические требования к месту проведения массажа и оснащению массажного кабинета.
56. Массаж при спортивных травмах: задачи массажа
57. Ушибы: задачи массажа, методика проведения
58. Вывих: задачи массажа, методика проведения
59. Переломы: задачи массажа, методика проведения

7.2. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля -30% и промежуточного контроля - 70%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий - 10 баллов,
- участие на практических занятиях - 20 баллов,

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- тестирование (контрольная работа) - 70 баллов.

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

а) адрес сайта курса

<https://www.iprbookshop.ru/>

б) основная литература:

1. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / [С.Н.Попов,

Н.М.Валеев, Т.С.Гарасева и др.]; под ред. С.Н.Попова. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2005. - 413 с. - (Высшее профессиональное образование). - Допущено МО. - ISBN 5-7695-2348-4 : 192-50.

2. Белокрылов Н. М. Лечебная физическая культура в ортопедии и травматологии [Электронный ресурс] : учебник / Н.М. Белокрылов. — Электрон. текстовые данные. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2015. — 123 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/70632.html>

3. Избранные лекции по лечебной физической культуре. Часть 1. Общие основы лечебной физической культуры, лечебная физическая культура при травмах, заболеваниях и деформациях опорно-двигательного аппарата [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних специальных учебных заведений / . — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 116 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74265.html>

4. Избранные лекции по лечебной физической культуре. Часть 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних специальных учебных заведений / . — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 107 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74266.html>

5. Избранные лекции по лечебной физической культуре. Часть 3. Лечебная физическая культура в хирургии и неврологии [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов средних специальных учебных заведений / . — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 104 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74267.html>

в) дополнительная литература:

1. Глазина Т.А. Лечебная физическая культура. Практикум для студентов специальной медицинской группы [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т.А. Глазина, М.И. Кабышева. — Электрон. текстовые данные. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. — 125 с. — 978-5-7410-1776-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/78782.html>

2. Козырева О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия [Электронный ресурс] : учебный словарь-справочник / О.В. Козырева, А.А. Иванов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2010. — 280 с. — 978-5-9718-0429-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9901.html>

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

1) eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 — . Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 01.04.2017). — Яз. рус., англ.

2) Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучения: [база данных] / Даг. гос. ун-т. — Махачкала, г. — Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. — URL: <http://moodle.dgu.ru/> (дата обращения: 22.03.2018).

3) Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. — Махачкала, 2010 — Режим доступа: <http://elib.dgu.ru>, свободный (дата обращения: 21.03.2018).

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

Важнейшей задачей учебного процесса в университете является формирование у студента общекультурных компетенций, в том числе способностей к саморазвитию и самообразованию, а также умений творчески мыслить и принимать решения на должном уровне.

Выработка этих компетенций возможна только при условии активной учебно - познавательной деятельности самого студента на всём протяжении образовательного процесса с использованием интерактивных технологий.

Такие виды учебно - познавательной деятельности студента как лекции, семинарские занятия и самостоятельная работа составляют систему вузовского образования.

Лекция является главным звеном дидактического цикла обучения в отечественной высшей школе. Несмотря на развитие современных технологий и появление новых методик обучения лекция остаётся основной формой учебного процесса. Она представляет собой последовательное и систематическое изложение учебного материала.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

- Программное обеспечение для лекций: MS PowerPoint (MS PowerPoint Viewer), Adobe Acrobat Reader, средство просмотра изображений, табличный просмотр.
- Программное обеспечение в компьютерный класс: MS PowerPoint (MS PowerPoint Viewer), Adobe Acrobat Reader, средство просмотра изображений, Интернет, E-mail.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

г. Махачкала, ул. Батырая 2 «а»	Дворец Спорта ДГУ аудитория для проведения занятий лекционного типа. Зал для занятий лечебной физической культурой.
---------------------------------	---