

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00

471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Новокузнецкий институт (филиал)

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

«УТВЕРЖДАЮ»

Декан ФФКЕП

В.А. Рябов

«08» апреля 2020 г.



Рабочая программа дисциплины

Б1.О.10.08 Лечебная физическая культура и массаж

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки

Физическая культура

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Год набора 2020

Новокузнецк 2020

Лист внесения изменений
в РПДБ1.О.10.08 Лечебная физическая культура и массаж
(код по учебному плану, название дисциплины)

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета

(протокол Ученого совета факультета № 6а от 12.03.2020 г.)

на 2020 год набора

Одобрена на заседании методической комиссии факультета

протокол методической комиссии факультета № 5 от 27.02.2020 г.)

Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры

протокол № 5 от 28.01.2020 г. Артемьев А.А. (*Ф. И. О. зав. кафедрой*)

Оглавление

1 Цель дисциплины.	4
1.1. Формируемые компетенции	4
1.2. Индикаторы достижения компетенций	4
1.3. Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине	5
2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.	7
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.	7
3.1 Учебно-тематический план	7
3.2. Содержание занятий по видам учебной работы	10
4.Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.	13
5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.	14
5.1 Учебная литература.....	14
5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.	15
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.	16
6 Иные сведения и (или) материалы.	16
6.1. Примерные темы письменных учебных работ.....	16
6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации	18

1 Цель дисциплины.

Целью освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» являются формирование у будущего бакалавра представлений о рациональной организации учебного процесса с целью укрепления и сохранения здоровья школьников, обеспечение охраны жизни и здоровья учащихся в образовательном процессе.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

1. понимание роли физической культуры в укреплении здоровья человека и подготовки его к профессиональной деятельности;
2. знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
3. формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
4. овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
5. приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для укрепления здоровья и профилактики болезней;
7. владение психолого-педагогическими методами оценки собственной педагогической деятельности, межличностных отношениях в педагогическом коллективе и личностными особенностями обучающихся с целью их совершенствования, методами управления групповыми процессами в учебном коллективе.

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата: ОПК-8.

Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

1.1.Формируемые компетенции

Таблица 1. Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции	Наименование категории (группы) компетенций	Код и название компетенции
Общепрофессиональная	Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

1.2. Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2. Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в педагогической деятельности по профилю подготовки.	Б1.О.10.01 Плавание с методикой преподавания Б1.О.10.02 Гимнастика с методикой преподавания Б1.О.10.03 Спортивные игры с методи-

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
научных знаний	ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области	<p>кой преподавания</p> <p>Б1.О.10.04 Легкая атлетика с методикой преподавания</p> <p>Б1.О.10.05 Физиология физического воспитания и спорта</p> <p>Б1.О.10.06 Теория и методика физической культуры</p> <p>Б1.О.10.07 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование</p> <p>Б1.О.10.09 Дошкольное физическое воспитание</p> <p>Б1.О.10.10 Физкультурно-оздоровительная работа в образовательных организациях</p> <p>Б1.О.11 Спортивная морфология</p> <p>Б2.О.01(У) Учебная практика. Технологическая практика</p> <p>Б2.О.02(У) Учебная практика. Ознакомительная практика</p> <p>Б2.О.03(У) Учебная практика. Проектно-технологическая практика</p> <p>Б2.О.04(П) Производственная практика. Педагогическая практика</p> <p>Б2.О.05(П) Производственная практика. Производственная проектно-технологическая практика</p>

1.3. Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в педагогической деятельности по профилю подготовки.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура», лежащее в основе содержания преподаваемого учебного предмета. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать научные знания предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности по профилю подготовки; - применять научные знания предметной области при разработке образовательных программ, рабочих программ учебных предметов, курсов внеурочной деятельности. <p>Владеет;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами получения информации о современном состоянии научных исследований в предметной области «Физическая культура»;

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
		- способами применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности по профилю подготовки.
	ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура». <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.

2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий.

Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4 – Объем и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоёмкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения		
	ОФО	ОЗФО	ЗФО
1 Общая трудоёмкость дисциплины	144		144
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	48		22
Аудиторная работа (всего):	48		22
в том числе:			
лекции	20		10
практические занятия, семинары			
практикумы			
лабораторные работы	28		12
в интерактивной форме			
в электронной форме			
Внеаудиторная работа (всего):	60		113
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем			
подготовка курсовой работы/контактная работа			
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)			
творческая работа (эссе)			
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)	60		113
4 Промежуточная аттестация обучающегося – экзамен	Экзамен в 7 семестре 36		Экзамен в 10 семестре 9

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5.1 - Учебно-тематический план очной формы обучения

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость (всего час.)	Трудоёмкость занятий (час.)			Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО		СРС	
			Аудиторн. занятия			
лекц.	практ.					
Семестр 7.						
<i>Раздел 1. Общие вопросы лечебной физической культуры и массажа</i>						
1-5	1.1. Основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	4	2		2	ПР-1
<i>Раздел 2. Частные вопросы лечебной физической культуры и массажа</i>						

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоём- кость (все- го час.)	Трудоёмкость занятий (час.)			Формы те- кущего кон- троля и промежу- точной атте- стации успе- ваемости
			ОФО		СРС	
			Аудиторн. занятия			
			лекц.	практ.		
1-5	2.1.Дозировка и критерии вели- чин нагрузки в ЛФК по ЧСС.	9	2	2	5	ПР-1
	2.2. Осанка, формирование осан- ки, виды нарушения. Коррекция осанки средствами ЛФК и мас- сажа	7	2		5	ПР-1
	2.3. Остеохондроз. Первичная и вторичная профилактика обострений заболевания сред- ствами ЛФК и массажа у детей, подростков и взрослых	9	2	2	5	ПР-1
	2.4.ЛФК и массаж при неослож- ненном компрессионном перело- ме позвоночника у детей и под- ростков	9	2	2	5	ПР-1
	2.5. ЛФК и массаж при плоско- стопии	7	2		5	ПР-1
	2.6.ЛФК и массаж при заболева- ниях органов дыхания	9	2	2	5	ПР-1
	2.7.Дозировка нагрузки в ЛФК и при проведении массажа.	9	2	2	5	ТС-2
	2.8.Коррекция нарушений осан- ки средствами ЛФК	9		4	5	ТС-3
	2.9. Формирование сводов стоп и профилактика плоскостопия у детей и подростков средствами ЛФК и массажа	9		4	5	ТС-3
	2.10. Первичная и вторичная профилактика обострений остеоондроза средствами ЛФК и массажа у детей, подростков и взрослых	7		2	5	ТС-3
	2.11.Лечебная физкультура и массаж при дегенеративно- дистрофических заболеваниях суставов	11	2	4	5	ТС-3
	2.12. ЛФК и массаж при заболе- ваниях сердечно-сосудистой си- стемы	9	2	4	3	ТС-3
	Экзамен	36				36
	ИТОГО по семестру 7.	144	20	28	60	36
	ВСЕГО:	144	20	28	60	36

Таблица 5.2 - Учебно-тематический план заочной форм обучения

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость (всего час.)	Трудоёмкость занятий (час.)			Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ЗФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	
лекц.	практ.					
Семестр 9.						
<i>Раздел 1. Общие вопросы лечебной физической культуры и массажа</i>						
1-5	1.2. Основы лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа	36	2		34	ПР-1
	ИТОГО по семестру:	36	2		34	
Семестр 10.						
<i>Раздел 2. Частные вопросы лечебной физической культуры и массажа</i>						
1-5	2.1. Дозировка и критерии величин нагрузки в ЛФК по ЧСС.	2	2			ПР-1
	2.2. Осанка, формирование осанки, виды нарушения. Коррекция осанки средствами ЛФК и массажа	9	2		7	ПР-1
	2.3. Остеохондроз. Первичная и вторичная профилактика обострений заболевания средствами ЛФК и массажа у детей, подростков и взрослых	7			7	ПР-1
	2.4. ЛФК и массаж при неосложненном компрессионном переломе позвоночника у детей и подростков	9	2		7	ПР-1
	2.5. ЛФК и массаж при плоскостопии	9	2		7	ПР-1
	2.6. ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания	8	2		6	ПР-1
	2.7. Дозировка нагрузки в ЛФК и при проведении массажа.	7		2	5	ТС-2
	2.8. Коррекция нарушений осанки средствами ЛФК	8		2	6	ТС-3
	2.9. Формирование сводов стоп и профилактика плоскостопия у детей и подростков средствами ЛФК и массажа	9		2	7	ТС-3
	2.10. Первичная и вторичная профилактика обострений остеоондроза средствами ЛФК и массажа у детей, подростков и взрослых	9		2	7	ТС-3
	2.11. Лечебная физкультура и массаж при дегенеративно-	9		2	7	ТС-3

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость (все-го час.)	Трудоёмкость занятий (час.)			Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ЗФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	практ.		
	дистрофических заболеваниях суставов					
	2.12. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	9		2	7	ТС-3
	Экзамен					9
ИТОГО по семестру 10.		108	8	12	79	9
ВСЕГО:		144	10	12	115	9

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
<i>Содержание лекционных занятий</i>		
Раздел 1. Общие вопросы лечебной физической культуры и массажа		
1.1.	Предмет ЛФК, история развития ЛФК и массажа.	Общее понятие о предмете. История возникновения ЛФК и массажа. ЛФК и массаж в Древнем Египте, Индии, Китае. Что мы помним о русских традиционных методах массажа.
Раздел 2. Частные вопросы лечебной физической культуры и массажа		
<i>Содержание лекционных занятий</i>		
2.1.	Дозировка и критерии величин нагрузки в ЛФК по ЧСС.	Контроль за переносимостью нагрузки в лечебной физкультуре, при проведении массажа. Внешние признаки утомления. Дозировка нагрузки по пульсу, частоте сердечных сокращений, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.
2.2	Осанка, формирование осанки, виды нарушения. Коррекция осанки средствами ЛФК и массажа	Распространенность нарушений осанки среди детей подростков. Виды нарушения осанки. Внешние и внутренние факторы, предрасполагающие к формированию нарушения осанки. Цель и задачи корригирующей гимнастики при нарушении осанки. Средства корригирующей гимнастики и массажа с учетом вида нарушения осанки, как умение решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний.
2.3	Остеохондроз. Первичная и вторичная профилактика обострений заболевания средствами ЛФК и массажа у детей, подростков и взрослых	Распространенность остеохондроза в популяции. Распространенность остеохондроза среди детей подростков. Внешние и внутренние факторы, предрасполагающие к развитию остеохондроза. Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при остеохондрозе. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при остеохондрозе. Средства ЛФК при остеохондрозе, как научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура».

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
2.4	ЛФК и массаж при неосложненном компрессионном переломе позвоночника у детей и подростков	Частота переломов позвоночника в популяции, осложненные и неосложненные переломы позвоночника. Внешние и внутренние факторы, предрасполагающие к возникновению неосложненного компрессионного перелома позвоночника. Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при переломе позвоночника. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при переломе позвоночника. Средства ЛФК при переломе позвоночника, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.
2.5	ЛФК и массаж при плоскостопии	Распространенность плоскостопия в популяции. Распространенность плоскостопия среди детей подростков. Виды плоскостопия. Внешние и внутренние факторы, предрасполагающие к развитию плоскостопия. Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при плоскостопии. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при плоскостопии. Средства ЛФК при плоскостопии, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура».
2.6	ЛФК и массаж при заболеваниях органов дыхания	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при заболеваниях органов дыхания. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при заболеваниях органов дыхания. Средства ЛФК при заболеваниях органов дыхания, методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура».
2.7	ЛФК и массаж при инфаркте миокарда	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при инфаркте миокарда. Средства ЛФК при инфаркте миокарда.
2.8	ЛФК и массаж при гипертонической болезни	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при гипертонической болезни. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при гипертонической болезни. Средства ЛФК при гипертонической болезни.
2.9	ЛФК и массаж при болезнях почек и мочевыводящих путей	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при болезнях почек и мочевыводящих путей. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при болезнях почек и мочевыводящих путей. Средства ЛФК при болезнях почек и мочевыводящих путей.
Содержание практических/семинарских занятий		
2.1	Дозировка нагрузки в ЛФК и при проведении массажа.	Контроль за переносимостью нагрузки в лечебной физкультуре по внешним признакам утомления при проведении массажа. Дозировка и критерии величин нагрузки в ЛФК по ЧСС. Контроль за состоянием пациента при проведении массажа, как умение применять научные знания предметной области.
2.2	Осанка, формирование осанки, виды нарушения. Коррекция осанки	Распространенность нарушений осанки среди детей, подростков. Виды нарушения осанки. Внешние и внутренние факторы, предрасполагающие к формированию

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	средствами ЛФК и массажа	нарушения осанки. Цель и задачи корректирующей гимнастики при нарушении осанки. Средства корректирующей гимнастики и массажа с учетом вида нарушения осанки.
2.3	Коррекция нарушений осанки средствами ЛФК	Цель и задачи корректирующей гимнастики при нарушении осанки. Средства корректирующей гимнастики и массажа с учетом вида нарушения осанки. Составление комплекса корректирующей гимнастики при конкретном виде нарушения осанки, как умение использовать научные знания предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности.
2.4	Стопа, ее функции, уникальность строения и функции человеческих стоп.	Строение стопы. Рессорная, толчковая, балансирующая функции стопы. Факторы риска возникновения патологии стоп. Распространенность плоскостопия в популяции. Распространенность плоскостопия среди детей и подростков. Виды плоскостопия. Внешние и внутренние факторы, предрасполагающие к развитию плоскостопия. Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при плоскостопии. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при плоскостопии. Средства ЛФК при плоскостопии.
2.5	Формирование сводов стоп и профилактика плоскостопия у детей и подростков средствами ЛФК и массажа	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа для формирования сводов стоп, профилактики и лечения плоскостопия. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа. Средства ЛФК при плоскостопии. Составление комплекса лечебной гимнастики при плоскостопии для людей различного возраста и степени выраженности заболевания.
2.6	Первичная и вторичная профилактика обострений остеохондроза средствами ЛФК и массажа у детей, подростков и взрослых	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при остеохондрозе. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при остеохондрозе. Средства ЛФК при остеохондрозе. Составление комплекса лечебной гимнастики при остеохондрозе различной локализации в фазе полной или неполной ремиссии, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.
2.7	Лечебная физкультура и массаж при дегенеративно-дистрофических заболеваниях суставов	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа у людей с артрозной болезнью. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа у людей с артрозной болезнью. Средства ЛФК при артрозной болезни. Составление комплекса лечебной гимнастики при артрозной болезни, как решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний.
2.8	ЛФК и массаж при инфаркте миокарда	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при инфаркте миокарда. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при инфаркте миокарда. Средства ЛФК при инфаркте миокарда. Составление комплекса лечебной гимнастики при инфаркте миокарда с учетом возраста и образа жизни пациента (ситуа-

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		ционная задача).
2.9.	ЛФК и массаж при гипертонической болезни	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при гипертонической болезни. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при гипертонической болезни. Средства ЛФК при гипертонической болезни. Составление комплекса лечебной гимнастики при гипертонической болезни с учетом возраста и образа жизни пациента (ситуационная задача).
2.10	ЛФК и массаж при хронических неспецифических заболеваниях легких	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при хронических неспецифических заболеваниях легких. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при хронических неспецифических заболеваниях легких. Средства ЛФК при хронических неспецифических заболеваниях легких. Составление комплекса лечебной гимнастики при хронических неспецифических заболеваниях легких с учетом возраста и образа жизни пациента (ситуационная задача).
2.11	ЛФК и массаж при болезнях почек у детей	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при болезнях почек у детей. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при болезнях почек у детей. Средства ЛФК при болезнях почек у детей. Составление комплекса лечебной гимнастики при болезнях почек у детей с учетом возраста и образа жизни пациента (ситуационная задача).
2.12	ЛФК и массаж при патологии мочевыводящих путей	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при патологии мочевыводящих путей. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при патологии мочевыводящих путей. Средства ЛФК при патологии мочевыводящих путей. Составление комплекса лечебной гимнастики при патологии мочевыводящих путей с учетом возраста и образа жизни пациента (ситуационная задача).
2.13	ЛФК и массаж при гипертонической болезни	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа при гипертонической болезни. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа при гипертонической болезни. Средства ЛФК при гипертонической болезни. Составление комплекса лечебной гимнастики при гипертонической болезни с учетом возраста и образа жизни пациента (ситуационная задача).
2.14	ЛФК и массаж в гинекологии	Показания и противопоказания к проведению ЛФК и массажа в гинекологии. Цель и задачи лечебной физкультуры и массажа в гинекологии. Средства ЛФК в гинекологии. Составление комплекса лечебной гимнастики в гинекологии с учетом возраста и образа жизни пациента (ситуационная задача).
Экзамен по дисциплине		

4.Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся

необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 7.

Таблица 7. Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам(БРС)

№	Критерии оценки	Шкала оценивания	Количество баллов	Мин/ макс
1	Посещение лекций, тестирование	0,5 балла за ответ на 1 вопрос	2,5 - удовлетворительно, 3,5-4,0 – хорошо, 4,5-5,0 - отлично	0-35
3	Решение учебных и ситуационных задач (кейсов)	5 баллов за задачу	2,5 - удовлетворительно, 3,5-4,0 – хорошо, 4,5-5,0 - отлично	0-35
4	Самостоятельное выполнение учебной исследовательской работы с представлением результатов на практическом занятии	30	20 - удовлетворительно, 25-хорошо, 30 - отлично	0-30
	всего			100

5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.

5.1 Учебная литература

Основная учебная литература

1. Коновалова, Н. Г. Лечебная физическая культура и массаж : учебное пособие : текстовое электронное издание / Н. Г. Коновалова ; Министерство образования и науки РФ ; Новокузнецкий институт (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Кемеровский государственный университет". - Новокузнецк : [НФИ КемГУ], 2016. - 1 электрон. Опт. Диск (CDROM). - Заглавие с диска.- URL: <http://moodle.dissw.ru/mod/data/view.php?d=19&rid=582> (дата обращения 20.10.2020) Текст : электронный

2. Вайнер, Э. Н. Лечебная физическая культура.: учебник / Э. Н. Вайнер. — Электронные текстовые данных. — Москва : ФЛИНТА, 2012. — 424 с. — URL: <http://e.lanbook.com/book/60707> (дата обращения 20.10.2020) Текст : электронный

Дополнительная учебная литература

1. Лечебная физическая культура : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / С. Н. Попов [и др.] ; под редакцией С. Н. Попова. – 11 - е издание ; стереотипное. - Москва : Академия, 2014. - 416 с. - Текст : непосредственный

2. Красильникова, Е. В. Лечебная физическая культура для студентов с патологией органов дыхания : учебное пособие / Е. В. Красильникова, Н. Г. Коновалова, М. Р. Давыденко ; Министерство образования и науки РФ ; Новокузнецкий институт (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Кемеровский государственный университет". - Новокузнецк : РИО НФИ КемГУ, 2011. -118 с. - Текст : непосредственный

3. Беликова, Р. М. Лечебная физическая культура и массаж : учебное пособие / Р. М. Беликова ; науч. Ред. Н. К. Гайнанова ; Алтайская гос. Акад. Образования. - Электронные текстовые данные. - Бийск : АГАО, 2013. - 126 с. - URL:

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.

Таблица 8 - Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях НФИ КемГУ:

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
109 Учебная аудитория для проведения: - занятий лекционного типа; - занятий семинарского (практического) типа; - групповых и индивидуальных консультаций; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: столы, стулья, доска меловая. Оборудование: переносное - экран, ноутбук, проектор. Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
153 Зал лечебной физической культуры. Учебная аудитория для проведения: - занятий практического типа; - для групповых и индивидуальных консультаций; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Оборудование: музыкальный центр, зеркала.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
224 Кабинет анатомии и медицинских знаний. Учебная аудитория для проведения: - занятий лабораторного типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья. Оборудование для презентации учебного материала: стационарное – телевизор; переносное - экран, ноутбук, проектор. Лабораторное оборудование и материалы: тренажеры (сердечно-легочный, универсальный), микроскопы (10 шт.), тонометры (5 шт.), гигрометр, люксометр, спирометр, шумометр, фантом реанимационный, мешок для	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

ИВЛ, набор «Имитаторы ранений и поражений», материалы для практических и лабораторных работ (шины, бинты, аптечки, медицинские инструменты и др.), нитрат-тестер, наборы учебных микропрепаратов анатомических, носилки тканевые.

Учебно-наглядные пособия: муляжи: Скелет человека – 2 шт., муляж барельефное строение сердца – 1 шт., муляж наружное основание черепа – 1 шт., модель кости черепа – 1 шт., модель кисть с мышцами и нервами – 2 шт., модель локтевого сустава и мышечного – 2 шт, модель скелета кисти – 1 шт., модель скелета стопы – 1 шт., муляж сердце – 1 шт., муляж мышц со связками стопы – 1 шт., муляж плечевой сустав – 1 шт., муляж связки грудного позвонка – 1 шт., муляж топограф кисти – 1 шт., муляж ухо человека – 1 шт., муляж сустава – 1 шт., муляж черепа – 3 шт., скелет нижних конечностей – 1 шт.; Таблицы для лабораторных и практических занятий по дисциплине «Анатомия человека», и модели человеческого тела и органов, таблицы, скелет человека – 2 шт.

Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО).

Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

1. Информация о физической культуре в жизни современного человека – <http://www.rostmaster.ru/lib/gymnastics/gymnastics-0056.shtml>
2. Статьи по физической культуре – <http://window.edu.ru/resource/547/58547>
3. История Олимпийских игр современности – URL :<http://www.olympichistory.info/>
4. База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ – <https://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/statisticheskaya-inf/>
5. Официальный сайт студенческого спортивного союза России – <http://www.studsport.ru/>
6. Официальный сайт FISU – International University Sports Federation - <http://www.fisu.net>

6 Иные сведения и (или) материалы.

6.1. Примерные темы письменных учебных работ

1. ЛФК при заболеваниях суставов: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
2. ЛФК при нарушении осанки в сагиттальной плоскости: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
3. ЛФК при нарушении осанки во фронтальной плоскости: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
4. Спортивный массаж: виды, показания, противопоказания, методика проведения.

5. ЛФК при остеохондрозе у детей, подростков и взрослых: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
6. ЛФК и массаж при травмах нижних конечностей со смещением костей: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
7. Двигательные режимы, ЛФК и массаж при переломе позвоночника
8. ЛФК при плоскостопии: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
9. ЛФК и массаж при неврозах: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
10. Факторы риска хронических заболеваний легких у детей и роль ЛФК в их профилактике
11. ЛФК и массаж при ожирении: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса
12. Инструментальный массаж: механизм действия, показания, противопоказания, методика проведения.
13. ЛФК и массаж в андрологии: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
14. Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы, роль ЛФК в профилактике
15. ЛФК при синдроме вегетативной дистонии: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
16. Факторы риска гипертонической болезни, роль ЛФК и массажа в ее профилактике
17. ЛФК и массаж в гинекологии: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
18. ЛФК при опущении внутренних органов: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
19. ЛФК и массаж в акушерстве: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
20. ЛФК, массаж при ГБ: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
21. ЛФК, самомассаж для профилактики простудных заболеваний
22. ЛФК при патологии ЖКТ: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.
23. ЛФК и массаж при хронических заболеваниях легких: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса. Авторские методики дыхательных гимнастик
24. ЛФК и массаж здоровых детей до 1 года: показания, противопоказания, приемы. Приемные до 3 месяцев, до 6 месяцев, до 1 года.
25. ЛФК и массаж при заболеваниях почек: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Таблица 9. Примерные практические задания к экзамену
Семестр 10.

Разделы и темы	Примерные практические задания
Раздел 1. Общие вопросы оздоровительной физической культуры	
1. Общие вопросы ЛФК и массажа	<p>1. Классификация физических упражнений в ЛФК отражающая научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура».</p> <p>2. Дозировка нагрузки в ЛФК по АД и ЧСС. Контроль за переносимостью нагрузки, как демонстрация умения использовать научные знания предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности</p> <p>3. Перечислить признаки утомления, продемонстрировав научные знания предметной области.</p> <p>4. Объяснить принципы проведения точечного массажа, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура»: механизм действия, показания, противопоказания, методика проведения.</p> <p>5. Приемы классического, гигиенического, лечебного, реабилитационного массажа, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура».</p> <p>6. Гидрокинезотерапия, гидромассаж: механизм действия, показания, противопоказания, методика проведения, как методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура».</p> <p>7. Приемы мануальной терапии: ПИР, АМБ, АСБ, методы проведения научного исследования в предметной области «Физическая культура», как умение решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний</p> <p>8. Виды массажа, показания и противопоказания к его проведению как решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний.</p> <p>9. Сегментарно-рефлекторный массаж: механизм действия, показания, противопоказания, методика проведения, как способами обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.</p>
Раздел 2. Частные вопросы оздоровительной физической культуры	
2. Методики лечебной физической культуры	<p>1. ЛФК при заболеваниях суставов: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура».</p> <p>2. ЛФК при нарушении осанки в сагиттальной плоскости: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура».</p> <p>3. ЛФК при нарушении осанки во фронтальной плоскости: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как умение применять научные знания предметной области.</p> <p>4. Спортивный массаж: виды, показания, противопоказания, методика проведения, как демонстрация умения применять научные</p>

	<p>знания предметной области.</p> <p>5. ЛФК при остеохондрозе у детей, подростков и взрослых: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как научное содержание и современное состояние предметной области «Физическая культура».</p> <p>6. ЛФК и массаж при травмах нижних конечностей со смещением костей: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как способы обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.</p> <p>7. Двигательные режимы, ЛФК и массаж при переломе позвоночника, как способы применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура»</p> <p>8. ЛФК при плоскостопии: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как способ применения результатов современных научных исследований предметной области «Физическая культура».</p> <p>9. ЛФК и массаж при неврозах: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как умение решать научно-исследовательские задачи педагогической деятельности по профилю подготовки на основе специальных научных знаний.</p> <p>10. Факторы риска хронических заболеваний легких у детей и роль ЛФК в их профилактике, как способами обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки</p> <p>11. ЛФК и массаж при ожирении: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки</p> <p>12. Инструментальный массаж: механизм действия, показания, противопоказания, методика проведения, как умение применять научные знания предметной области.</p> <p>13. ЛФК и массаж в андрологии: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как способ обоснования и представления результатов научного исследования по профилю подготовки.</p> <p>14. Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы, роль ЛФК в профилактике, как умение применять научные знания предметной области</p> <p>15. ЛФК при синдроме вегетативной дистонии: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса, как способ использовать научные знания предметной области «Физическая культура» в педагогической деятельности.</p> <p>16. Факторы риска гипертонической болезни, роль ЛФК и массажа в ее профилактике</p> <p>17. ЛФК и массаж в гинекологии: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.</p> <p>18. ЛФК при опущении внутренних органов: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.</p> <p>19. ЛФК и массаж в акушерстве: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные ре-</p>
--	--

	<p>жимы, пример комплекса.</p> <p>20. ЛФК, массаж при ГБ: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.</p> <p>21. ЛФК, самомассаж для профилактики простудных заболеваний</p> <p>22. ЛФК при патологии ЖКТ: цель, задачи, механизм действия, показания, противопоказания, средства, методы, двигательные режимы, пример комплекса.</p> <p>23. ЛФК и массаж при хронических заболеваниях легких: цель, задачи, механизм действия</p>
--	---

Составитель: Коновалова Н.Г., профессор кафедры ФКС.
(фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей))