

**БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ «ЧЕБОКСАРСКОЕ УЧИЛИЩЕ  
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ИМЕНИ В.М. КРАСНОВА» МИНИСТЕРСТВА  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА**

**МДК 02.03. ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
И МАССАЖ**

Рабочая программа МДК разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС (приказ Министерства образования и науки от 11.08.2014 № 976)) по специальности 49.02.01 физическая культура среднего профессионального образования (далее - СПО).

**Организация-разработчик:**

- БПОУ «Чебоксарское УОР имени В.М. Краснова» Минспорта Чувашии.

**Разработчик:**

- Колмакова Н.Ю., преподаватель медико-биологических дисциплин БПОУ «Чебоксарское УОР имени В.М. Краснова» Минспорта Чувашии.

**Рабочая программа рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседаниях:**

- методического объединения преподавателей специальных дисциплин;
- педагогического совета БПОУ «Чебоксарское УОР имени В.М. Краснова» Минспорта Чувашии

**Рабочая программа утверждена:**

- приказом директора

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
1.1. Область применения программы	4
1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы	4
1.3. Требования к результатам освоения дисциплины	4
1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины	5
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	6
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины	7
2.3. Темы рефератов	18
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>19</b>
3.1. Требования к минимальному материально техническому обеспечению	19
3.2. Информационное обеспечение обучения	19
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>20</b>

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ»

## 1.1 Область применения программы.

Рабочая программа МДК является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 физическая культура.

Рабочая программа МДК может быть использована в подготовке студентов 2-4 курсов БПОУ «Чебоксарское УОР имени В.М. Краснова» Минспорта Чувашии.

## 1.2. Место дисциплины в структуре подготовки специалистов среднего звена

Рабочая программа МДК 02.02. «Лечебная физическая культура и массаж» является дисциплиной профессионального модуля ПМ. 02 «Организация физкультурно-спортивной деятельности различных возрастных групп населения» основной профессиональной образовательной программы.

## 1.3. Требования к результатам освоения МДК

**Цель курса:** ознакомить студентов с основными средствами физической культуры, применяемыми с профилактической и лечебной целью, различными приемами массажа, а также научить будущих специалистов использовать полученные знания в своей практической деятельности при разработке оздоровительных программ.

### 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.

**В результате освоения дисциплины, обучающиеся должны обладать следующими профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:**

Код	Наименование результата обучения
ПК 2.1.	Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
ПК 2.2.	Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5.	Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ПК 2.6.	Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

#### 1.4. Количество часов на освоение программы МДК.

Максимальной учебной нагрузки обучающегося: 369 часов, в том числе:

- Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся: 246 часов:
- Самостоятельной работы обучающихся: 123 часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>369</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>246</b>
в том числе:	
теоретические занятия	168
практические занятия	78
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>123</b>
в том числе:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• работа с учебной литературой, текстом лекции</li> <li>• рефераты</li> <li>• доклады</li> <li>• презентации</li> </ul>	123
<i>Промежуточная аттестация в форме</i>	<i>дифференцированных зачетов</i>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов
	<i>6 семестр</i>	
	<b>Часть 1. ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА</b>	<b>84/ 42</b>
	<b>Раздел 1. Основы массажа.</b>	<b>50/ 29</b>
Тема 1.1	<b>Виды массажа.</b> Определение понятия <i>массаж</i> . Краткая история происхождения термина <i>массаж</i> . Понятие о классификации массажа. Общий и частный массаж. Гигиенический массаж. Косметический массаж: гигиенический и лечебный. Спортивный массаж: гигиенический, тренировочный, предварительный, восстановительный, лечебный. Лечебный массаж: классический, сегментарно-рефлекторный (сегментарный, точечный, соединительно-тканый, периостальный и др.). Ручной, ножной, аппаратный (подводный, пневмо-, баро-, механический, вибрационный), комбинированный массаж. Самомассаж. Понятие о системах массажа (шведская, финская, русская, восточная).	<b>1</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Составить схему: Виды массажа. Приготовить сообщение на тему: Особенности русской системы массажа. Или : «Достоинства восточной системы массажа»</i>	3
Тема 1.2	<b>Действие массажа на кожу и сосудистую систему.</b> Действие массажа на кожу. Влияние массажа на эпидермис, выработку меланина, эластические и коллагеновые волокна, выделительные процессы, рецепторы кожи, образование биологически активных веществ и др. Действие массажа на сосудистую систему. Особенности строения кровеносной системы. Микроциркуляция. Особенности строения лимфатической системы. Влияние массажа на крово- и лимфообращение: количество циркулирующих капилляров, изменение артериального давления, сердечную деятельность, венозный отток, тоническую и вазомоторную функцию лимфатических сосудов, регулирующие центры, кроветворение и др.	<b>1</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Подготовить сообщение «Особенности строения кожи. Функции кожи (защитная, терморегуляционная, дыхательная, обменная, выделительная, сенсорная)».</i>	2
Тема 1.3	<b>Действие массажа на опорно-двигательный аппарат и систему дыхания.</b> Действие массажа на опорно-двигательный аппарат. Особенности строения опорно-двигательного аппарата. Влияние массажа на мышцы: электрическую активность, амплитуду и частоту мышечных сокращений, тонус и эластичность, окислительно-восстановительные процессы. Влияние массажа на суставно-связочный аппарат: эластичность связок и сухожилий, подвижность суставов, секрецию синовиальной жидкости, образование костной мозоли и др. Действие массажа на систему дыхания. Физиологические связи легочной ткани с нервной системой и внутренними органами. Влияние массажа на межреберные мышцы, дыхательную функцию, процессы газообмена и др.	<b>1</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 1.4	<b>Действие массажа на нервную систему, обмен веществ и внутренние органы.</b> Действие массажа на нервную систему. Особенности строения и функционирования нервной системы. Разновидности влияния массажа на нервную систему. Адекватная реакция организма на массаж. Действие массажа на обмен веществ и внутренние органы. Изменения минерального, белкового и жирового обменов, газообмена, окислительно - терморегуляционных процессов, перераспределение уровня гормонов в крови, изменение мочеотделения, работы органов брюшной полости и др.	<b>1</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 1.5	<b>Показания и противопоказания к применению массажа.</b>	<b>1</b>
	Показания к назначению массажа при заболеваниях разных систем органов. Основные противопоказания: временные и постоянные. <i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1

Тема 1.6	<b>Контроль за переносимостью процедур массажа. Гигиенические основы массажа</b>	2
	Контроль за переносимостью процедур массажа: самочувствие, пульсометрия, измерение АД, визуальные признаки утомления, контроль за эффективностью массажа.	
	Гигиенические основы массажа: гигиенические требования к оборудованию, массажисту и массируемому. Смазывающие средства в массаже. Рабочие области кисти.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Подготовить сообщение на тему: «контроль за переносимостью процедур массажа»</i>	1
Тема 1.7	<b>Приемы массажа.</b>	1
	Технические приемы массажа. Классификация технических приемов массажа: поглаживание, выжимание, растирание, разминание, ударные (прерывистая вибрация) и вибрационные (непрерывистая вибрация) приемы, движения.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы массажа.</i>	2
Тема 1.8	<b>Характеристика приема «Поглаживание».</b>	1
	Понятие о приеме. Физиологическое действие приема на организм. Разновидности приема: плоскостное, обхватывающее, попеременное, концентрическое, щипцеобразное, граблеобразное, гребнеобразное, крестообразное, глажение и др.	
	Ошибки, встречающиеся при выполнении приемов. Особенности поглаживания отдельных участков тела.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы массажа.</i>	2
Тема 1.9	<b>Характеристика приема «Выжимание».</b>	1
	Понятие о приеме. Физиологическое действие приема на организм. Разновидности приема: поперечное, ребром ладони, одной рукой, обхватывающее, основанием ладони, подушечкой большого пальца и др.	
	Основные ошибки при выполнении приемов. Особенности выжимания на отдельных участках тела.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы массажа.</i>	
	<b>Практическая работа 1:</b> Техника выполнения приемов <i>поглаживание</i> и <i>выжимание</i> . Разновидности приемов	2
Тема 1.10	<b>Характеристика приема «Растирание».</b>	1
	Понятие о приеме. Физиологическое действие приема на организм. Разновидности приема: подушечками пальцев, фалангами пальцев, основанием ладони, ребром ладони, пиление, пересекание, щипцеобразное, строгание и др. Основные ошибки при выполнении приемов. Особенности растирания отдельных участков тела.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы массажа.</i>	
	<b>Практическая работа 2:</b> Техника выполнения приема <i>растирание</i> . Разновидности приема.	
		4
Тема 1.11	<b>Характеристика приема «Разминание».</b>	1
	Понятие о приеме. Физиологическое действие приема на организм. Разновидности приема: ординарное, двойной гриф, двойное кольцевое, щипцеобразное, продольное, сдвигание, накатывание и др.	
	Основные ошибки при выполнении приемов. Особенности разминания отдельных участков тела.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы массажа.</i>	
	<b>Практическая работа 3:</b> Техника применения приема <i>разминание</i> . Разновидности приема.	4
Тема 1.12	<b>Характеристика ударных приемов.</b>	1
	Понятие о приеме. Физиологическое действие приема на организм. Разновидности приема: похлопывание, поколачивание, рубление.	
	Основные ошибки при выполнении приемов. Особенности выполнения ударных приемов на разных участках тела.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы массажа.</i>	2
Тема 1.13	<b>Характеристика вибрационных приемов.</b>	1
	Понятие о приеме. Физиологическое действие приема на организм. Разновидности приема: потряхивание, встряхивание, валяние, вибрация, сотрясение и др. Основные ошибки при выполнении приемов. Особенности выполнения вибрационных приемов на отдельных участках тела.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы массажа.</i>	
	<b>Практическая работа 4:</b> Техника применения ударных и вибрационных приемов.	
		2
		2

Тема 1.14	<b>Характеристика приема «Движение»</b>	1
	Понятие о приеме. Физиологическое действие приема на организм. Разновидности приема: активные, пассивные, с сопротивлением. Основные ошибки и особенности выполнения приемов на отдельных участках тела.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы массажа.</i>	2
	<b>Практическая работа 5: Техника применения приема «движение». Разновидности приема.</b>	2
Тема 1.15	<b>Общий и частный массаж.</b>	3
	Понятие об общем и частном массаже. Схема проведения сеанса общего массажа. Частный массаж. Правила проведения частного массажа. Особенности применения приемов массажа в сеансах общего и частного массажа.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции.</i>	2
	<b>Практическая работа 6: Массаж спины и живота</b>	4
	<b>Практическая работа 7: Массаж области таза и нижних конечностей</b>	4
	<b>Практическая работа 8: Массаж верхних конечностей</b>	4
	<b>Практическая работа 9: Массаж головы и шеи</b>	2
Тема 1.16	<b>Спортивный массаж.</b>	2
	Понятие о спортивном массаже. Подготовительный (разминочный), восстановительный, тренировочный.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции.</i>	1
Тема 1.17	<b>Самомассаж.</b>	2
	Особенности процедуры самомассажа. Назначение самомассажа. Исходные положения. Приемы и техника выполнения.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы самомассажа.</i>	2
<b>Раздел 2. Введение. Основы лечебной физической культуры</b>		<b>34/ 17</b>
Тема 2.1	<b>Введение.</b>	2
	Науки о здоровье. Здоровье как выражение соматического, физического, психического, нравственного и социального благополучия. Понятие о количестве и резервах здоровья. Адаптационно-компенсаторные механизмы и их роль в поддержании здоровья. Болезнь не альтернатива, а снижение количества здоровья в результате нарушения механизмов адаптации. Значение донологического контроля. Резервная мощность и коэффициент резерва – показатели состояния функциональных систем. Нозология.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	2
Тема 2.2	<b>Научные основы лечебной физической культуры.</b>	2
	Определение понятия лечебная физическая культура (ЛФК). Особенности метода лечебной физической культуры. ЛФК – метод естественно-биологического содержания, неспецифической, патогенетической, функциональной, поддерживающей, восстановительной терапии. Общая и специальная тренировка. ЛФК – научная дисциплина. Биологическая, физиологическая, гигиеническая, педагогическая основы ЛФК. Значение топографической анатомии.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 2.3	<b>Механизмы лечебного действия физических упражнений.</b>	2
	Физические упражнения в лечебной физической культуре. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Общее и специфическое действие физических упражнений. Роль нервной и гуморальной регуляции в механизмах лечебного действия физических упражнений. Механизм трофического действия физических упражнений. Механизм тонизирующего действия физических упражнений. Механизм нормализации функций организма. Механизм формирования компенсаций.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 2.4	<b>Показания и противопоказания для назначения физических упражнений.</b>	2
	Показания, противопоказания и факторы риска в лечебной физической культуре.	

	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 2.5	<b>Средства лечебной физической культуры.</b> Классификация средств ЛФК. Основные и дополнительные средства. Классификация групп физических упражнений: гимнастические, спортивно-прикладные, идеомоторные, игры, упражнения в посылке импульсов к сокращению мышц. Гимнастические упражнения. Классификация гимнастических упражнений: по анатомическому признаку, по признаку активности, по признаку использования гимнастических предметов и снарядов, по видовому признаку и характеру выполнения, гимнастика в воде. Спортивно-прикладные упражнения. Характеристика спортивно-прикладных упражнений: ходьба, бег, метание, лазанье, упражнения в поднимании и переноске тяжестей, дозированные гребля, лыжные прогулки, лечебное плавание, езда на велосипеде. Игры. Характеристика малоподвижных, подвижных и спортивных игр, применяемых в ЛФК. Идеомоторные упражнения.	4
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Заполнить таблицу: «Средства ЛФК»</i>	2
	<b>Механотерапия. Трудотерапия.</b> Характеристика дополнительных средств ЛФК (механотерапия, трудотерапия). Механотерапия. Принципиальное устройство механотерапевтической аппаратуры. Аппараты маятникового и блочного типов, тренажеры. Трудотерапия. Показания к применению трудотерапии.	2
Тема 2.6	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции. Подготовить сообщение на тему «Значение трудотерапии и механотерапии как средств ЛФК»</i>	1
	<b>Дозировка физической нагрузки. Двигательные режимы.</b> Дозировка и критерии величины нагрузки в ЛФК. Характеристика двигательных режимов. Больничный период: строгий постельный, расширенный постельный, полупостельный, свободный. Санаторно-поликлинический период: щадящий, щадяще - тренирующий, тренирующий.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Заполнить таблицу «Двигательные режимы в ЛФК»</i>	1
Тема 2.7	<b>Формы занятий ЛФК.</b> Формы занятий ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, самостоятельные занятия, лечебная ходьба, терренкур, массовые формы оздоровительной физической культуры.	1
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
	<b>Основы методики проведения занятия ЛФК.</b> Части занятия ЛФК: подготовительная, основная, заключительная. Основные показатели: средний, максимальный и суммарный пульс; плотность занятия (общая и моторная). Методы врачебно-педагогического контроля влияния физических упражнений на организм больного. Контроль на занятии ЛФК (физиологическая кривая). Оценка эффективности применения ЛФК в комплексном лечении.	2
Тема 2.8	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Ответить на контрольные вопросы.</i>	2
	<b>Периоды применения физических упражнений в ЛФК.</b> Периоды реабилитации: вводный, основной, заключительный.. Периоды ЛФК: щадящий, функциональный и тренировочный. Характеристика периодов.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 2.9	<b>Основы организации занятий лечебной физической культуры.</b> Помещения и оборудование для занятий ЛФК. Кабинет, зал, отделение ЛФК. Кабинеты и залы ЛФК в лечебно-образовательных учреждениях. Обязанности врача и инструктора ЛФК.	1
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
	<b>Специальные физические упражнения в ЛФК.</b> Специальные упражнения. Виды специальных упражнений. Гидрокинезотерапия. Воздействие водной среды на систему дыхания, сердечно-сосудистую систему, опорно-двигательный аппарат, нервную систему. Показания и противопоказания к применению физических упражнений в воде. Медицинский контроль на занятиях. Корректирующие упражнения. Корректирующая гимнастика. Задачи корректирующей гимнастики. Классификация корректирующих упражнений.	4
Тема 2.10	<b>Периоды применения физических упражнений в ЛФК.</b> Периоды реабилитации: вводный, основной, заключительный.. Периоды ЛФК: щадящий, функциональный и тренировочный. Характеристика периодов.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
	<b>Основы организации занятий лечебной физической культуры.</b> Помещения и оборудование для занятий ЛФК. Кабинет, зал, отделение ЛФК. Кабинеты и залы ЛФК в лечебно-образовательных учреждениях. Обязанности врача и инструктора ЛФК.	1
Тема 2.11	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
	<b>Специальные физические упражнения в ЛФК.</b> Специальные упражнения. Виды специальных упражнений. Гидрокинезотерапия. Воздействие водной среды на систему дыхания, сердечно-сосудистую систему, опорно-двигательный аппарат, нервную систему. Показания и противопоказания к применению физических упражнений в воде. Медицинский контроль на занятиях. Корректирующие упражнения. Корректирующая гимнастика. Задачи корректирующей гимнастики. Классификация корректирующих упражнений.	4
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 2.12	<b>Специальные физические упражнения в ЛФК.</b> Специальные упражнения. Виды специальных упражнений. Гидрокинезотерапия. Воздействие водной среды на систему дыхания, сердечно-сосудистую систему, опорно-двигательный аппарат, нервную систему. Показания и противопоказания к применению физических упражнений в воде. Медицинский контроль на занятиях. Корректирующие упражнения. Корректирующая гимнастика. Задачи корректирующей гимнастики. Классификация корректирующих упражнений.	4
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
	<b>Специальные физические упражнения в ЛФК.</b> Специальные упражнения. Виды специальных упражнений. Гидрокинезотерапия. Воздействие водной среды на систему дыхания, сердечно-сосудистую систему, опорно-двигательный аппарат, нервную систему. Показания и противопоказания к применению физических упражнений в воде. Медицинский контроль на занятиях. Корректирующие упражнения. Корректирующая гимнастика. Задачи корректирующей гимнастики. Классификация корректирующих упражнений.	4
Тема 2.13	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
	<b>Специальные физические упражнения в ЛФК.</b> Специальные упражнения. Виды специальных упражнений. Гидрокинезотерапия. Воздействие водной среды на систему дыхания, сердечно-сосудистую систему, опорно-двигательный аппарат, нервную систему. Показания и противопоказания к применению физических упражнений в воде. Медицинский контроль на занятиях. Корректирующие упражнения. Корректирующая гимнастика. Задачи корректирующей гимнастики. Классификация корректирующих упражнений.	4
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1

	Особенности применения симметричных, асимметричных и деторсионных упражнений. Влияние упражнений на организм больного.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
	<b>Практическая работа 10:</b> Специальные физические упражнения.	4
Тема 2.14	<b>Техника безопасности при занятиях по ЛФК и массажу</b>	
	Гигиенические требования инвентарю: одежде, обуви, температурный режим на занятиях по ЛФК и массажу. Освещение. Выполнение рекомендаций о допуске к выполнению физической нагрузки и массажу. Страховка, поддержка при выполнении физических упражнений.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: Подготовить инструкцию для специалиста ЛФК «Гигиенические требования к массируемому», «Гигиенические требования к массажисту».</i>	2
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2
<b>7 семестр</b>		
<b>ЧАСТЬ 2. ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</b>		<b>162/ 71</b>
<b>Раздел 1. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.</b>		<b>21/ 10</b>
Тема 1.1	<b>Основные заболевания сердечно-сосудистой системы.</b>	
	Основные заболевания сердечно-сосудистой системы. Значение сердечно-сосудистой патологии в современном обществе. Факторы риска. Основные симптомы заболеваний. Степени недостаточности кровообращения. Основные заболевания: атеросклероз, ишемическая болезнь сердца (инфаркт миокарда, стенокардия), гипертоническая болезнь, гипотоническая болезнь, облитерирующий эндартериит. Этиология и патогенез.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	2
	<b>Практическая работа 1:</b> Характеристика основных заболеваний сердечно-сосудистой системы.	2
	<b>Практическая работа 2:</b> Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2
Тема 1.2	<b>Методика ЛФК при инфаркте миокарда</b>	
	Больничный период. Показания к назначению ЛФК. Задачи и особенности методики ЛФК на строгом и расширенном постельном режиме, палатном и свободном режиме. Разновидности упражнений, дозировка. Формы ЛФК. Продолжительность занятий. Противопоказания. Контроль за состоянием организма больного. Функциональные классы больных. Санаторно-поликлинический период. Задачи санаторно-поликлинического периода реабилитации. Щадящий, щадяще-тренирующий и тренирующий режимы. Формы занятий: лечебная гимнастика, дозированная ходьба, подъем по лестнице, тренировка на велоэргометре и др. Увеличение дозировки нагрузки. Контроль за самочувствием больного.	4
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	2
	<b>Методика ЛФК при ишемической болезни сердца. Стенокардия.</b>	
Тема 1.3	Ишемическая болезнь сердца. Разновидности стенокардии: покоя и напряжения. Задачи ЛФК при стенокардии. Содержание комплексов лечебной гимнастики.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 1.4	<b>Методика ЛФК при гипертонической болезни.</b>	
	Особенности заболевания: причины, стадии, гипертонические кризы, осложнения. Показания к применению ЛФК. Задачи ЛФК. Содержание комплексов лечебной гимнастики. Особенности применения исходных положений, физических упражнений, дыхательных упражнений. Показания и противопоказания к применению физических упражнений. Гимнастика в воде, плавание. Элементы аутогенной тренировки. Контроль за состоянием организма больного.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 1.5	<b>Методика ЛФК при гипотонической болезни.</b>	
	Особенности заболевания: причины, симптомы. Комплексное лечение. Показания к применению ЛФК. Задачи ЛФК. Содержание лечебной гимнастики. Формы ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, дозированная ходьба, игры, спортивные упражнения. Особенности дозировки различных ФУ. Сочетание ФУ. Контроль за состоянием организма больного.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1

<b>Тема 1.6</b>	<b>Лечебный массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.</b>	<b>2</b>
	Массаж при стенокардии: показания, противопоказания, план массажа. Массаж при инфаркте миокарда: показания, противопоказания, план массажа. Массаж при артериальной гипертензии и гипотонической болезни: показания, противопоказания, план массажа.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспекты лекций . Отработать приемы массажа при инфаркте миокарда.</i>	<b>3</b>
	<b>Практическая работа 3:</b> Методические подходы к составлению комплексов упражнений при заболеваниях ССС.	<b>2</b>
<b>Тестирование</b>		<b>1</b>
<b>Раздел 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях дыхательной системы.</b>		<b>22/ 9</b>
<b>Тема 2.1</b>	<b>Характеристика заболеваний органов дыхания.</b>	<b>1</b>
	Основные симптомы заболеваний органов дыхательной системы. Профилактика острых респираторно-вирусных инфекций и их осложнений. Дыхательная недостаточность.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Заполнить таблицу: «Заболевания дыхательной системы»</i>	<b>2</b>
	<b>Практическая работа 4:</b> Характеристика основных заболеваний органов дыхания.	<b>2</b>
<b>Тема 2.2</b>	<b>Лечебное действие физических упражнений при заболеваниях органов дыхания.</b>	<b>2</b>
	Физиологическое обоснование применения средств ЛФК. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания. Связь между системой дыхания и аппаратом движения в организме.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Ответить на контрольные вопросы.</i>	<b>1</b>
<b>Тема 2.3</b>	<b>Методика ЛФК при пневмонии.</b>	<b>2</b>
	Особенности заболевания. Показания к применению ЛФК. Задачи ЛФК. Периоды лечения. Содержание лечебной гимнастики. Особенности применения различных физических упражнений. Применение гимнастических предметов и снарядов. Дыхательные упражнения динамического и статического характера. Формы ЛФК: лечебная гимнастика, дозированная ходьба. Специальные дыхательные упражнения.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	<b>1</b>
	<b>Практическая работа 5:</b> Методические подходы к составлению комплекса упражнений при острой пневмонии.	<b>4</b>
<b>Тема 2.4</b>	<b>Методика ЛФК при бронхите.</b>	<b>2</b>
	Особенности заболевания. Задачи ЛФК. Периоды применения ЛФК. Содержание лечебной гимнастики.	<b>1</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
<b>Тема 2.5</b>	<b>Методика ЛФК при бронхиальной астме.</b>	<b>2</b>
	Особенности заболевания. Показания к применению ЛФК. Основные задачи ЛФК. Периоды применения ЛФК. Формы занятий ЛФК: лечебная гимнастика, дозированные прогулки, утренняя гигиеническая гимнастика. Содержание лечебной гимнастики. Специальные упражнения: с удлинением выдоха, с произношением звуков, на расслабление мышц, на укрепление мышц брюшного пресса. Противопоказания. Сочетание массажа и физических упражнений.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	<b>2</b>
	<b>Практическая работа 6:</b> Методические подходы к составлению комплекса упражнений при бронхиальной астме.	<b>4</b>
<b>Тема 2.6</b>	<b>Понятие о респираторной терапии.</b>	<b>2</b>
	Респираторная терапия. Дыхательная гимнастика по системе К.П. Бутейко. Цель и упражнения. Парадоксальная дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Задачи и упражнения. Звуковая гимнастика. Задачи и упражнения. Дыхательная гимнастика йогов. Особенности выполнения дыхательных упражнений: полное, попеременное, ритмическое и очистительное дыхание.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	<b>2</b>
<b>Тестирование</b>		<b>1</b>
<b>Раздел 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.</b>		<b>19/ 8</b>
<b>Тема 3.1</b>	<b>Характеристика заболеваний желудочно-кишечного тракта (ЖКТ)</b>	<b>2</b>
	Характеристика основных заболеваний желудочно-кишечного тракта (ЖКТ). Распространенность заболеваний. Основные симптомы. Причины возникновения. Этиологические факторы: нейрогенный, пищевой, химический, инфекционный. Кишечная палочка (H.pylori) как причина заболеваний ЖКТ. Основные группы заболеваний: функциональные и органические. Характеристика функциональных заболеваний (дискинезия	

	желчевыводящих путей). Характеристика органических заболеваний (гастрит, язвенная болезнь, колит, энтероколит). Профилактика заболеваний ЖКТ.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 3.2	<b>Лечебное действие физических упражнений при заболеваниях ЖКТ.</b>	
	Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Роль ЦНС в регуляции функций ЖКТ. Зависимость степени эффекта от интенсивности нагрузки. Тонизирующее и нормализующее влияние физических упражнений на организм.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Ответить на контрольные вопросы.</i>	2
Тема 3.3	<b>Методика ЛФК при гастрите</b>	
	Особенности заболевания. Показания к применению ЛФК. Задачи ЛФК. Периоды применения ЛФК. Особенности лечебной гимнастики. Место ЛФК в комплексном лечении гастрита.	4
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	2
Тема 3.4	<b>Методика ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.</b>	
	Особенности заболеваний. Задачи ЛФК. Методики ЛФК Особенности применения физических упражнений.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 3.5	<b>Методика ЛФК при опущении внутренних органов.</b>	
	Спланхноптоз – опущение внутренних органов. Особенности заболевания. Задачи ЛФК. Методика ЛФК	4
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	2
	<b>Практическая работа 7:</b> Методические подходы к составлению комплексов упражнений при заболеваниях ЖКТ.	4
	<b>Тестирование</b>	1
	<b>Раздел 4. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ.</b>	16/ 8
Тема 4.1	<b>Характеристика основных нарушений обмена веществ.</b>	
	Характеристика основных нарушений обмена веществ. Ожирение: экзогенное и эндогенное (гипоталамическое, эндокринное). Причины, симптомы, степени ожирения. Осложнения ожирения. Комплексное лечение. Алиментарная дистрофия. Сахарный диабет. Причины, симптомы, патогенез. Лечебное действие физических упражнений при нарушениях обмена веществ.	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Заполнить таблицу: «Нарушения обмена веществ»</i>	2
Тема 4.2	<b>Методика ЛФК при ожирении</b>	
	Методика ЛФК при ожирении. Задачи ЛФК. Формы занятий: утренняя гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, дозированная ходьба. Дозировка физических упражнений при разных формах ожирения.	4
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	2
Тема 4.3	<b>Методика ЛФК при сахарном диабете.</b>	
	Задачи ЛФК. Содержание методики в зависимости от тяжести заболевания: легкая, средняя и тяжелая степени. Абсолютная и относительная недостаточность инсулина. Гипо- и гипергликемическая комы. Осложнения диабета. Корректировка методики ЛФК при осложнениях. Лечебная гимнастика для стоп. Особенности комплектования групп и проведения занятий ЛФК с больными при нарушениях обмена веществ. Профилактика гипогликемии на физических тренировках.	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Подготовить сообщение «Профилактика гипогликемии на физических тренировках»</i>	2
Тема 4.4	<b>Особенности массажа при ожирении и диабете.</b>	
	Массаж при ожирении: задачи, приемы. Массаж при диабете: показания и противопоказания.	1
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Отработать приемы.</i>	2
	<b>Практическая работа 8:</b> Методические подходы к составлению комплексов упражнений при ожирении.	4

	<b>Тестирование</b>	<b>1</b>
	<b>Раздел 5. Гимнастика при беременности и в послеродовом периоде.</b>	<b>6/ 3</b>
<b>Тема 5.1</b>	<b>Гимнастика при беременности.</b>	
	Изменения в организме женщины в период беременности. Триместры беременности. Задачи занятий гимнастикой в различные сроки беременности. Комплексы физических упражнений.	<b>2</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Приготовить сообщение на тему: «Противопоказания к назначению ЛФК при беременности».</i>	<b>2</b>
<b>Тема 5.2</b>	<b>Гимнастика в послеродовой период.</b>	
	Особенности послеродового периода для организма женщин. Сроки назначения гимнастики. Задачи лечебной гимнастики. Комплексы физических упражнений. Основные противопоказания.	<b>1</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции.</i>	<b>1</b>
	<b>Практическая работа 9:</b> Методические подходы к составлению комплексов упражнений при беременности.	<b>2</b>
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>1</b>
	<b>8 семестр</b>	
	<b>Раздел 6. Лечебная физическая культура при нарушениях осанки.</b>	<b>10/ 5</b>
<b>Тема 6.1</b>	<b>Нарушения осанки. Сколиоз.</b>	
	Характеристика нарушений осанки. Разновидности. Основные меры профилактики. Виды и комплексы упражнений, применяемых для коррекции различных нарушений осанки. Общая характеристика сколиозов. Распространенность. Периоды прогрессирования. Классификация сколиозов. Разновидности. Степени сколиозов. Характеристика.	<b>2</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Подготовить сообщение «Меры профилактики сколиоза».</i>	<b>2</b>
<b>Тема 6.2</b>	<b>ЛФК при сколиозе.</b>	
	Комплексное лечение детей со сколиотической болезнью. Части комплексного лечения: режим дня, рациональное питание, общеукрепляющие и закаливающие процедуры, ортопедический режим. Задачи и средства ЛФК. Методика проведения занятия ЛФК при сколиозе. Части занятия: задачи, виды упражнений. Специальные упражнения: симметричные, асимметричные и деторсионные. Противопоказания к ЛФК.	<b>4</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Ответить на контрольные вопросы.</i>	<b>2</b>
	<b>Практическая работа 10:</b> Методики ЛФК при нарушениях осанки у детей.	<b>2</b>
<b>Тема 6.3</b>	<b>Массаж при нарушениях осанки и сколиозе.</b>	
	Задачи массажа. Показания, противопоказания к назначению массажа. Области массажа.	<b>1</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	<b>1</b>
	<b>Тестирование</b>	<b>1</b>
	<b>Раздел 7. Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов.</b>	<b>13/ 5</b>
<b>Тема 7.1</b>	<b>Характеристика основных заболеваний суставов.</b>	
	Характеристика основных заболеваний суставов: воспалительного, дегенеративно-дистрофического и смешанного характера. Примеры заболеваний. Причины возникновения и течение воспалительных и дегенеративных заболеваний. Комплексное лечение. Лечебное действие физических упражнений при заболеваниях суставов.	<b>4</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	<b>1</b>
<b>Тема 7.2</b>	<b>Методика ЛФК при артритах</b>	
	Методика ЛФК при артритах. Анкилозирующий спондилит (болезнь Бехтерева). Особенности болезни. Задачи ЛФК. Методика ЛФК. Ревматоидный артрит. Особенности болезни. Задачи ЛФК. Методика ЛФК.	<b>3</b>
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Подготовить сообщение «Причины возникновения артритов»</i>	<b>2</b>
<b>Тема 7.3</b>	<b>Методика ЛФК при артрозах.</b>	<b>3</b>

	Методика ЛФК при артрозах. Разновидности остеоартрозов. Особенности болезни. Задачи ЛФК. Методика ЛФК. Сочетание ЛФК с другими методами лечения. Профилактика заболеваний суставов. Особенности комплектования групп и проведения занятий ЛФК с больными при заболеваниях суставов.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Подготовить сообщение «Профилактика заболеваний суставов».</i>	2
	<b>Практическая работа 11:</b> Методические подходы к составлению комплексов упражнений при заболеваниях суставов.	2
	<b>Тестирование</b>	1
	<b>Раздел 8. Лечебная физическая культура в травматологии.</b>	27/ 13
Тема 8.1	<b>Общая классификация травм. Первая помощь.</b>	
	Общая классификация травм: ушибы, растяжения, разрывы, вывихи, переломы. Характеристика. Травматический шок. Определение и причины. Фазы шока: эректильная и торпидная. Степени шока. Первая помощь.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Заполнить таблицу «Первая помощь при травмах»</i>	2
Тема 8.2	<b>Общие принципы ЛФК в лечении травм.</b>	
	Методы лечения травм. Общие принципы ЛФК в лечении травм. Основные методы лечения травм. Периоды применения ЛФК: иммобилизационный, постиммобилизационный, восстановительный. Задачи и характеристика ЛФК в каждом периоде. Соотношение специальных, общеразвивающих и дыхательных упражнений.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 8.3	<b>Переломы костей. Методы лечения переломов.</b>	
	Переломы костей. Классификация: по линии излома, по целостности кожных покровов, по локализации, по виду смещения и др. Современные методы лечения переломов. Металлоостеосинтез, эффективность применения.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1
Тема 8.4	<b>Методика ЛФК при переломах костей верхней конечности.</b>	
	Методика ЛФК при переломах костей верхней конечности. Разновидности переломов костей верхней конечности: костей плечевого пояса, плечевой кости, костей предплечья, костей кисти. Разновидности повреждений суставов. Комплексное лечение, сроки иммобилизации. Периоды применения ЛФК. Задачи ЛФК на разных этапах лечения. Содержание лечебной гимнастики при разных видах переломов: лопатки и ключицы, плечевой кости, локтевой и лучевой кости, пястных костей и фаланг пальцев. Комплексное применение средств ЛФК.	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1,5
Тема 8.5	<b>Методика ЛФК при повреждении связок, сухожилий, мышц верхней конечности.</b>	
	Методика ЛФК при растяжениях и разрывах связок, сухожилий и мышц, вывихах костей верхней конечности. Задачи и содержание лечебной гимнастики при растяжениях и разрывах связок плечевого, локтевого и лучезапястного суставов, вывихах плеча. Применение других средств ЛФК.	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1,5
Тема 8.6	<b>Методика ЛФК при переломах костей нижней конечности.</b>	
	Методика ЛФК при переломах костей нижней конечности. Разновидности переломов костей нижней конечности: костей таза, бедренной кости, костей голени, костей стопы. Разновидности повреждений суставов. Комплексное лечение, сроки иммобилизации. Периоды применения ЛФК. Задачи ЛФК на разных этапах лечения. Содержание лечебной гимнастики при разных видах переломов: таза, головки и диафиза бедренной кости, большеберцовой и малоберцовой костей. Комплексное применение средств ЛФК.	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1,5
Тема 8.7	<b>Методика ЛФК при повреждении связок, сухожилий, мышц верхней конечности.</b>	
	Методика ЛФК при растяжениях и разрывах связок, сухожилий и мышц нижней конечности, повреждениях менисков. Задачи и содержание лечебной гимнастики при растяжениях и разрывах связок коленного и голеностопного суставов, повреждениях менисков. Применение других средств ЛФК.	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	1,5
	<b>Практическая работа 12:</b> Методические подходы к составлению комплексов упражнений при переломах костей конечностей и повреждениях суставов.	2

Тема 8.8	<b>Методика ЛФК при компрессионных переломах позвонков.</b>	3
	Методика ЛФК при компрессионных переломах позвонков. Понятие о компрессионных переломах позвонков. Локализация переломов. Основные методы лечения. Задачи ЛФК. Методика ЛФК на различных этапах лечения. Критерии перехода на очередной двигательный режим. Сроки реабилитации. Противопоказания к применению физических упражнений.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
Тема 8.9	<b>Методика ЛФК при ампутации конечностей</b>	3
	Основные показания к ЛФК. Разновидности протезов. Периоды применения ЛФК: ранний послеоперационный, период подготовки к протезированию, период овладения протезом. Задачи и методика ЛФК на различных периодах. Особенности ЛФК при ампутации верхних и нижних конечностей.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
<b>Тестирование</b>		<b>1</b>
<b>Раздел 9. ЛФК при заболеваниях и травмах центральной и периферической нервной системы</b>		<b>28/16</b>
Тема 9.1	<b>Нарушения функций при неврологических заболеваниях.</b>	2
	Неврологические заболевания. Основные нарушения двигательной и других функций при неврологических заболеваниях. Двигательные расстройства: параличи, парезы, гиперкинезы. Нарушения координации. Расстройства чувствительности: гипо-, гиперестезия, анестезия. Трофические нарушения. Показания и противопоказания к назначению ЛФК при неврологических заболеваниях.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Заполнить таблицу «Неврологические заболевания»</i>	
Тема 9.2	<b>Основные упражнения в неврологической практике.</b>	2
	Основные упражнения, применяемые для лечения в неврологической практике: увеличивающие объем мышечной силы, с дозированным мышечным напряжением, для дифференцирования напряжений, противоатактические, антиспастические и противоворигидные, рефлекторные, идеомоторные, пассивные.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Ответить на контрольные вопросы.</i>	
Тема 9.3	<b>Сосудистые заболевания мозга.</b>	2
	Сосудистые заболевания мозга. Распространенность. Первичные симптомы: головная боль, головокружения. Инсульты. Причины и разновидности инсультов: по механизму развития (геморрагический, ишемический). Восстановительное лечение больных, перенесших инсульт.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
Тема 9.4	<b>ЛФК при параличах и парезах.</b>	3
	Паралич. Парез. ЛФК при спастических параличах и парезах. Особенности нарушений. Задачи и методика ЛФК. ЛФК при вялых параличах и парезах. Особенности нарушений. Задачи и методика ЛФК.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
Тема 9.5	<b>Заболевания нервов.</b>	2
	Характеристика основных заболеваний черепно-мозговых и периферических нервов: неврит, невралгия, радикулит.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
Тема 9.6	<b>Основы методики ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы.</b>	2
	Механизмы лечебного действия и общие основы методики ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы. Периоды применения ЛФК. Особенности двигательных режимов.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
Тема 9.7	<b>ЛФК при неврите лицевого нерва.</b>	2
	ЛФК при неврите лицевого нерва. Особенности болезни. Задачи и методика ЛФК.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	
Тема 9.8	<b>ЛФК при остеохондрозе позвоночника.</b>	4
	Распространенность заболевания. Основные изменения в межпозвонковых дисках. Характер течения болезни. Разновидности: шейно-грудной и пояснично-крестцовый. Неврологические проявления. Радикулиты. Симптомы и особенности лечения. ЛФК при шейно-грудном остеохондрозе,	

	радикулите. Задачи и методика ЛФК. Показания и противопоказания. Длительность применения ЛФК. ЛФК при пояснично-крестцовом остеохондрозе, радикулите. Задачи и методика ЛФК. Показания и противопоказания. Длительность применения ЛФК.	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	2
<b>Тема 9.9</b>	<b>ЛФК при нервно-психических расстройствах.</b>	
	Пограничные нервно-психические расстройства. Виды неврозов: неврастения, психастения, истерия. ЛФК при неврастении, психастении. Задачи и особенности методики ЛФК. ЛФК при истерии. Задачи и методика ЛФК. Особенности комплектования групп и проведения занятий ЛФК с неврологическими больными.	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции .</i>	2
<b>Тема 9.11</b>	<b>ЛФК при детском церебральном параличе.</b>	
	Характеристика детского церебрального паралича (ДЦП). Основные причины. Распространенность. Двигательные и другие нарушения у детей с ДЦП. ЛФК при ДЦП. Основные задачи и принципы ЛФК. Разновидности физических упражнений. Особенности лечения больных ДЦП. Эффективность ЛФК.	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся: повторить конспект лекции . Подготовить сообщение на тему «Причины возникновения и последствия для здоровья ребенка церебрального паралича»</i>	2
	<b>Практическая работа 13:</b> Методические подходы к составлению комплексов упражнений при заболеваниях нервной системы.	2
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2
	<b>ВСЕГО :</b>	<b>246/ 123</b>

### 2.3. Примерные темы рефератов

1. Адаптация к физическим упражнениям.
2. Баня и сауна как средство реабилитации в спорте.
3. ЛФК при бронхиальной астме.
4. ЛФК при холецистите.
5. Восточные системы оздоровления.
6. Применение сегментарного массажа в ЛФК.
7. Применение точечного массажа в ЛФК.
8. Дыхательная гимнастика при заболеваниях легких.
9. Коррекционные упражнения при грудном сколиозе
10. Двигательная активность во время беременности.
11. Занятия физической культурой и спортом при близорукости.
12. Активная и пассивная кинезитерапия в лечебной физической культуре.
13. Лечебная гимнастика при ишемической болезни сердца.
14. ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы
15. Применение ЛФК в лечении гинекологических заболеваний.
16. Лечебная физическая культура при сколиозе.
17. Влияние массажа на кожу и мышцы.
18. Применение массажа в спорте.
19. Цель и методика подготовительного массажа в легкой атлетике.
20. Цель и методика восстановительного массажа в тяжелой атлетике.
21. Влияние массажа на кровеносную, дыхательную, опорно-двигательную и нервную системы человека.
22. Лечебная физическая культура при сахарном диабете.
23. Лечебная физическая культура при травмах опорно-двигательного аппарата.
24. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
25. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
26. Средства лечебной физической культуры.
27. Лечебная физическая культура при детском церебральном параличе.
28. Сколиозы. Профилактика сколиозов у детей средствами ЛФК.
29. Значение и приемы самомассажа.
30. Лечебная физическая культура при заболеваниях органа зрения.
31. Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов.
32. Лечебные эффекты оздоровительного бега и возможный вред.
33. Лечебная физическая культура при плоскостопии.
34. Группы здоровья в лечебной физической культуре.
35. Оздоровительные дыхательные методики.
36. Оздоровительная ходьба в лечебной физической культуре.

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета; кабинета для проведения массажа.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- Ученические парты и стулья по количеству обучающихся.
- Классная доска.
- Экран для мультимедиа проектора.
- Учебники.
- Набор учебно-методических таблиц .
- Оборудованные места для проведения массажа.

##### **Технические средства обучения:**

- Компьютер с лицензионным программным обеспечением.
- Мультимедиа проектор.

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы:

##### Основные источники:

1. Попов С.Н. Лечебная физическая культура / Под ред. Попова С.Н. (10-е изд., стер.) учебник. – М.: Издательский центр «Академия», 2014

##### Дополнительные источники:

2. Бирюков А.А. Лечебный массаж (4-е изд., испр.) учебник. – М.: Издательский центр «Академия», 2013
3. Бирюков А.А. Спортивный массаж (3-е изд., испр. и доп.) учебник. – М.: Издательский центр «Академия», 2013
4. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж. М: Советский спорт 2001 г.
5. Попов С.Н., Валеев Н.М. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений/ и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2004.
6. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие. – М.: ГЭОТАР - Медиа, 2006.
7. Погосян М.М. Лечебный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья». – М.: Советский спорт, 2002.
8. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры.- М.: - Олимпия, 2008.

##### Интернет-ресурсы:

1. Сайт: «Medicalj.ru» [Электронный ресурс] –режим доступа свободный: <http://www.medicalj.ru/maneuver/conservative-treatment/455-lfc> - (Дата обращения 10.05.2013г.)
2. Сайт: «Медицинская энциклопедия/ Лечебная физическая культура» [Электронный ресурс] –режим доступа свободный: <http://www.medical-enc.ru/lfk/> - (Дата обращения 10.05.2013г.)

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

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

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.	<p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;</li> <li>использовать основные приемы массажа и самомассажа;</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;</li> <li>средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в лечебной физической культуре;</li> <li>дозирование и критерии величины физической нагрузки в лечебной физической культуре;</li> <li>показания и противопоказания при назначении массажа и лечебной физической культуры;</li> <li>основы методики лечебной физической культуры при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;</li> <li>методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу;</li> <li>понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;</li> <li>основные виды и приемы массажа.</li> </ul>	<p><b>Текущая аттестация:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>оценка проведения практических занятий и фрагментов уроков;</li> <li>оценка за составление конспекта занятий.</li> <li>оценка результатов выступлений с докладами и защиты рефератов;</li> <li>оценка выполнения практических заданий;</li> <li>экспертная оценка выполнения самостоятельной работы по темам обучения.</li> </ul> <p><b>Промежуточная аттестация:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>дифференцированные зачеты в 6,7,8 семестрах</li> </ul>
ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.		
ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.		
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.		
ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.		
ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.		

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	– демонстрация интереса к будущей профессии	<p><i>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы</i></p>
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	– выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач в области физкультурно-спортивной подготовки;	
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	– решение стандартных и нестандартных профессиональных задач в области педагогического процесса и физкультурно-	

	спортивной подготовки;	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– эффективный поиск необходимой информации;</li> <li>– использование различных источников, включая электронные носители и сеть Интернет;</li> <li>– использование различных источников при изучении теоретического материала и прохождения различных этапов производственной практики.</li> </ul>	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– разработка планирующей документации;</li> <li>– создание баз данных результатов и их учет;</li> <li>– использование в учебной и профессиональной деятельности различных видов программного обеспечения, в том числе специального, при оформлении и презентации всех видов работ.</li> </ul>	
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– взаимодействие с обучающимися, преподавателями в ходе обучения;</li> <li>– умение выбирать эффективный стиль общения при взаимодействии с обучающимися при проведении деловых игр, выполнении коллективных заданий (проектов);</li> <li>– с преподавателями, в ходе обучения</li> <li>– с коллегами в ходе производственной практики.</li> </ul>	
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– самоанализ и коррекция результатов собственной работы;</li> <li>– умение проводить самоанализ и коррекцию результатов собственной деятельности при выполнении и реализации поставленных целей и задач;</li> <li>– формулировать уровень ответственности за результат выполнения задания.</li> </ul>	
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– организация самостоятельных занятий при изучении профессионального модуля;</li> <li>– составление плана и качество выполнения заданий для самостоятельной работы при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики;</li> <li>– определение этапов и содержания работы по реализации самообразования.</li> </ul>	
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– умение формулировать цели профессиональной деятельности на среднесрочную и долгосрочную перспективу;</li> <li>– умение применять общедоступные средства современных технологий в профессиональной деятельности.</li> </ul>	
ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдение техники безопасности.</li> <li>– использование средств и методов оказания первой доврачебной помощи при различных повреждениях опорно-двигательного аппарата в ходе тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов;</li> <li>– применение различных форм профилактических мероприятий с учетом специфики травматизма избранного вида спорта.</li> </ul>	