

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Физическая реабилитация в спортивной
практике

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Власова В. П., д-р мед. наук, профессор;

Киреева Ю. В., канд. биол. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10
от 25.04.2017 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры,
протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой



Трескин М. Ю.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины – освоение студентами знаний о системе физической реабилитации в целях поддержания должного уровня физической подготовленности, восстановления здоровья спортсменов после заболеваний и травм.

Задачи дисциплины:

- знакомство со структурой общей реабилитации, средствами и методами медицинской реабилитации;
- формирование навыков применения средств и методов физической реабилитации в целях поддержания должного уровня физической подготовленности;
- формирование навыков применения средств и методов физической реабилитации в целях восстановления здоровья спортсменов после заболеваний и травм.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.15.03 «Физическая реабилитация в спортивной практике» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 4 курсе, в 7 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знание теории и методики физической культуры и спорта и естественнонаучных основ физической культуры и спорта:

- анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности;
- иметь представление о показаниях к назначению медицинских средств реабилитации;
- знать показания к назначению физических средств реабилитации в качестве средств восстановления и повышения работоспособности спортсменов;
- методы определения реабилитационного потенциала занимающихся;
- средства и методы использования физических упражнений, массажа, самомассажа и гигиенических средств природы для поддержания уровня физической подготовленности по виду спорта;
- средства и методы адаптивной физической реабилитации для обеспечения полноценной социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- методики использования физических упражнений и элементов спорта для обеспечения полноценной профессиональной деятельности спортсменов;
- основы врачебно-педагогического контроля за занимающимися при проведении адаптивной физической реабилитации.

Изучению дисциплины «Физическая реабилитация в спортивной практике» предшествует освоение дисциплин (практик):

Анатомия человека;

Физиология человека;

Физиология спорта;

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности;

Теория и методика избранного вида спорта;

Система подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта.

Освоение дисциплины «Физическая реабилитация в спортивной практике» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Лечебная физическая культура и массаж;

Комплексный медико-биологический контроль в спорте.

Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Физическая реабилитация в спортивной практике», включает: образование в сфере физической культуры, спорт, двигательную рекреацию и реабилитацию, пропаганду здорового образа жизни, сферу услуг, туризм, сферу управления, научно-исследовательские работы, исполнительское мастерство.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;
- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;
- учебно-методическая и нормативная документация.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Тренер, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №193н от 07.04.2014).

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК) в соответствии с видами деятельности:

ОПК-1 способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм с учетом пола и возраста	
ОПК-1 способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм с учетом пола и возраста	знать: – анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности; – иметь представление о показаниях к назначению физических средств реабилитации после заболеваний и травм у спортсменов; уметь: – выявлять анатомо-морфологические, физиологические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности; – выбирать средства физической реабилитации; владеть: – навыками проведения физической реабилитации с помощью физических упражнений, массажа и самомассажа.
ОПК-6 способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами	
ОПК-6 способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами	знать: – возможности физических упражнений и игровых видов спорта в формировании здорового образа жизни и реабилитации спортсменов; уметь: – использовать средства избранного вида спорта для физической реабилитации; владеть: – методикой проведения физических упражнений и

различного пола	элементов спортивных игр в целях физической реабилитации спортсменов.
-----------------	---

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

ПК-5 способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей		
ПК-5 способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей	знать:	– индивидуальные особенности обучающихся в зависимости от пола и возраста;
	уметь:	– подбирать физические упражнения в целях физической реабилитации;
		– определять физическое развитие и функциональные возможности организма при дозировании физических упражнений при физической реабилитации;
	владеть:	– навыками применения средств и методов двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Седьмой семестр
Контактная работа (всего)	30	30
Практические занятия	30	30
Самостоятельная работа (всего)	42	42
Вид промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Средства и методы физической реабилитации:

Понятие реабилитации. Принципы реабилитации. Средства физической реабилитации. Характеристика средств физической реабилитации. Физиотерапевтические средства реабилитации. Свето- и цветотерапия в реабилитации. Электротерапия в реабилитации.

Модуль 2. Основные направления использования средств физической реабилитации:

Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, нарушениях обмена веществ. Физическая реабилитации в травматологии и ортопедии. Физическая реабилитация при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии. Физическая реабилитация при остеохондрозах и артрозах.

5.2. Содержание дисциплины: Практические (30 ч.)

Модуль 1. Средства и методы физической реабилитации (14 ч.)

Тема 1. Понятие реабилитации. Принципы реабилитации (2 ч.)

1. Понятие о реабилитации. История развития реабилитологии.
2. Цель и задачи реабилитации. Виды (аспекты) реабилитации. Абилизация.
3. Структура и принципы реабилитации.
4. Адаптивная физическая реабилитация.
5. Коррекционная направленность средств адаптивной физической реабилитации.
6. Принципы составления реабилитационных программ ИПРА.
7. Инновационные методы реабилитации: биологическая обратная связь (БОС-технологии).

Тема 2. Принципы и средства медицинской и физической реабилитации(2 ч.)

1. Принципы медицинской и физической реабилитации.
2. Средства медицинской и физической реабилитации.
3. Учреждения, занимающиеся реабилитацией.
4. Составление реабилитационных программ. ИПРА.
6. Реабилитационный потенциал.

Тема 3. Массаж как средство физической реабилитации (2 ч.)

1. Основы лечебного массажа.
2. Восстановительный массаж и самомассаж.
3. Правила проведения массажа.
4. Показания и противопоказания к массажу.
5. Дыхательная гимнастика.

Тема 4. Лечебная физическая культура как средство физической реабилитации (2 ч.)

1. Способы дозировки лечебной физической нагрузки: подбор, продолжительность и количество физических упражнений. Плотность физической нагрузки.
2. Средства, формы, содержание метода ЛФК.
3. Классификация и содержание физических упражнений, применяемых с лечебной целью: общеразвивающие и специальные.
4. Определение формы ЛФК: утренняя гигиеническая, лечебная гимнастика, самостоятельные занятия физическими упражнениями, лечебная дозированная ходьба и восхождение (терренкур).
5. Периоды ЛФК и двигательные режимы: щадящий, функциональный тренировочный. Определение режима двигательной активности.
6. Показания и противопоказания к ЛФК.
7. Оценка воздействия и эффективности ЛФК.
8. Спортивно-прикладные упражнения и элементы спорта.

Тема 5. Преформированные факторы природы в физической реабилитации (2 ч.)

1. Общая характеристика пассивных средств физической реабилитации.
2. Преформированные факторы природы – методы физиотерапии как составная часть медицинской и физической реабилитации.
3. Использование преформированных физических факторов в физической реабилитации спортсменов.
4. Гипербарическая оксигенация (ГБО) в реабилитации в восстановлении спортсменов.
5. Биологическая обратная связь (БОС-технологии).

Тема 6. Свето- и цветотерапия в реабилитации (2 ч.)

1. Лечебное действие оптического излучения (светотерапия).
2. Инфракрасное излучение.
3. Хромотерапия.
4. Ультрафиолетовое излучение.
5. Лазерное излучение.
6. Фотодинамическая терапия.

Тема 7. Электротерапия в реабилитации (2 ч.)

1. Применение постоянного и переменного электрического тока в лечебных целях:
 - 1.1 электрофорез и гальванизация;
 - 1.2 электростатический массаж.
 - 1.3 электростимуляция;
 - 1.4 электропунктура;
 - 1.5 диадинамотерапия;
 - 1.6 амплипульстерапия;
 - 1.7 дарсонвализация.
2. Применение электрического и магнитных полей в лечебных целях:
 - 2.1 франклинизация;
 - 2.2 ультравысокочастотная терапия;
 - 2.3 магнитное поле.
2. Электросон.
3. Ультразвук.

Модуль 2. Основные направления использования средств физической реабилитации (16 ч.)

Тема 8. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (2 ч.)

1. Общие данные о заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
2. Механизмы лечебного и реабилитационного действия физических упражнений.
3. Основы методики занятий физическими упражнениями при лечении и реабилитации больных сердечно-сосудистыми заболеваниями.
4. Физическая реабилитация гипертонической болезни, гипотонической болезни, при облитерирующем эндартериите и варикозном расширении вен нижних конечностей.
5. Сегментарный массаж как средство физической реабилитации спортсменов с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

Тема 9. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания (2 ч.)

1. Общие данные о заболеваниях органов дыхания.
2. Клинико-физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации после заболеваний органов дыхания.
3. Средства физической реабилитации: ЛФК, массаж, элементы спорта и подвижных игр.
4. Физическая реабилитация при бронхите, пневмонии, бронхиальной астме у спортсменов.
5. Дыхательная гимнастика.

Тема 10. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения, нарушениях обмена веществ (2 ч.)

1. Общие данные о заболеваниях органов пищеварения.
2. Клинико-физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации.
3. Средства физической реабилитации.
4. Физическая реабилитация при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, опущениях органов брюшной полости.
5. Физическая реабилитация при ожирении, сахарном диабете и подагре.

Тема 11–12. Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях нервной системы (4 ч.)

1. Характеристика изменений при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
2. Двигательные, чувствительные, координационные расстройства, нарушения трофических функций, речевых и психических расстройств.
3. Травматическая болезнь спинного мозга.

4. Механизмы реабилитационного действия физических упражнений и особенности методики их применения.
5. Механотерапия в реабилитации спортсменов с заболеваниями НС.
6. Методические особенности применения массажа.
7. Особенности физической реабилитации лиц с травмой шейного отдела.
8. Физическая реабилитация при заболеваниях и травмах периферической нервной системы (неврит лицевого, локтевого, малоберцового и седалищного нервов).
9. Физическая реабилитация при неврозах у спортсменов.
10. Физическая реабилитация при перетренированности.
11. БОС-технологии как метод физической реабилитации спортсменов с заболеваниями нервной системы.
12. Электросон и ГБО как метод физической реабилитации спортсменов с заболеваниями нервной системы.

Тема 13. Физическая реабилитация лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (2 ч.)

1. Виды нарушений осанки. Причины развития у спортсменов детского возраста.
2. Механизм действия корригирующих упражнений и массажа при нарушениях осанки.
3. Физические упражнения для укрепления мышц спины.
4. Сколиоз. Виды сколиоза. Причины развития у спортсменов.
5. Механизм действия корригирующих упражнений и массажа при сколиозах.
6. Плоскостопие. Виды, причины развития у спортсменов детского возраста.
7. Механизм действия физических упражнений и массажа при плоскостопии.
8. Физиотерапия для реабилитации спортсменов с нарушениями ОДА.

Тема 14. Физическая реабилитация лиц с травмами опорно-двигательного аппарата (2 ч.)

1. Общая характеристика активных средств физической реабилитации в травматологии.
2. Упражнения на тренажерах. Методика расчета физической нагрузки при использовании тренажеров нового поколения.
3. Элементы спорта в ЛФК.
4. Массовые формы оздоровительной физической культуры: дозированные плавание, гребля, бег и др.
5. Применение массажа и самомассажа после травм ОДА.
6. Механотерапия для реабилитации в травматологии.
7. БОС-технологии для реабилитации в травматологии.

Тема 15. Физическая реабилитация при остеохондрозах и артрозах (2 ч.)

1. Общие данные о причинах и клинике остеохондроза у спортсменов.
2. Механизмы лечебного и реабилитационного действия физических упражнений.
3. Основы методики занятий физическими упражнениями при лечении и реабилитации при остеохондрозе.
4. Физическая реабилитация при шейном остеохондрозе.
5. Методические особенности применения массажа при шейном остеохондрозе.
6. Физическая реабилитация при поясничном остеохондрозе.
7. Методические особенности применения массажа при поясничном остеохондрозе.
8. Вытяжение позвоночника как метод физической реабилитации при остеохондрозе.
9. Плавание и гидропроцедуры, гидромассаж как средство физической реабилитации при остеохондрозе.
10. Физическая реабилитация при артрозах.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Седьмой семестр (42 ч.)

Модуль 1. Средства и методы физической реабилитации (20 ч.)

Вид СРС: Подготовка к контрольной работе

Вариант 1.

1. Составить структуру общей реабилитации.
2. Обосновать значение медицинской реабилитации в структуре реабилитации.
3. Обосновать значение физической реабилитации в восстановлении здоровья спортсменов.

Вариант 2.

1. Обосновать цель реабилитации и абилитации.
2. Охарактеризовать принципы медицинской реабилитации.
3. Обосновать значение определения реабилитационного потенциала.

Модуль 2. Основные направления использования средств физической реабилитации (22 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Тематика докладов с презентацией:

1. Использование средств избранного вида спорта для реабилитации после травм верхней конечности.
2. Использование средств избранного вида спорта для реабилитации после травм нижней конечности.
3. Использование средств избранного вида спорта для реабилитации после черепно-мозговой травмы.
4. Использование средств избранного вида спорта для реабилитации после травмы позвоночника (спинальной травмы).
5. Использование средств избранного вида спорта для реабилитации при остеохондрозе шейного отдела позвоночника.
6. Использование средств избранного вида спорта для реабилитации при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника.
7. Использование средств физической реабилитации в ортопедической практике.

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

1. Составить схему (план) физической реабилитации девочки 12 лет с нарушением осанки (сутулость) с использованием всех возможных средств физической реабилитации.
2. Составить схему (план) физической реабилитации мальчика 13 лет с правосторонним сколиозом 2 степени с использованием всех возможных средств физической реабилитации.
3. Составить схему (план) физической реабилитации спортсмена после перелома верхней конечности с использованием всех возможных средств физической реабилитации.
4. Составить схему (план) физической реабилитации спортсмена после перелома нижней конечности с использованием всех возможных средств физической реабилитации.
5. Составить схему (план) физической реабилитации спортсмена после перенесенной пневмонии с использованием всех возможных средств физической реабилитации.
6. Составить схему (план) физической реабилитации спортсмена после перенесенной миокардиодистрофии с использованием всех возможных средств физической реабилитации.

7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОПК-1	4 курс, Седьмой семестр	Зачет	Модуль 1: Средства и методы физической реабилитации
ОПК-6, ПК-5	4 курс, Седьмой семестр	Зачет	Модуль 2: Основные направления использования средств физической реабилитации

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:
Компетенция ОПК-1 формируется в процессе изучения дисциплин:

Анатомия человека, Биохимия человека, Физиология человека, Физиология спорта, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Лечебная физическая культура и массаж, Методика антропологических исследований при спортивном отборе, Комплексный медико-биологический контроль в спорте, Спортивная антропология, Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп, Основы возрастной кинезиологии, Влияние биологических ритмов на физическую работоспособность спортсмена, Психическая саморегуляция в спорте, Психологическое обеспечение подготовки спортсменов.

Компетенция ОПК-6 формируется в процессе изучения дисциплин:

Спортивно-педагогический практикум, Система подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта, Теория и методика избранного вида спорта, Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп.

Компетенция ПК-5 формируется в процессе изучения дисциплин:

Анатомия человека, Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп, Основы возрастной кинезиологии.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

– знает и понимает содержание дисциплины «Физическая реабилитация в спортивной практике»; способен применять на практике средства и методы физической реабилитации: лечебную физическую культуру, элементы спорта, водные процедуры, и самомассаж; умеет отбирать средства физической реабилитации при различной патологии у спортсменов.

Базовый уровень:

– знает и понимает теоретическое содержание дисциплины «Физическая реабилитация в спортивной практике»; в достаточной степени сформированы умения применять на практике средства и методы физической реабилитации: лечебную физическую культуру, элементы спорта, водные процедуры, самомассаж; умеет отбирать средства физической реабилитации при различной патологии у спортсменов.

Пороговый уровень:

– понимает теоретическое содержание дисциплины «Физическая реабилитация в спортивной практике»; имеет представление о средствах и методах физической реабилитации; демонстрирует практические умения применения средств физической реабилитации при некоторых заболеваниях у спортсменов.

Уровень ниже порогового:

– имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий,

не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает: основные средства физической реабилитации. Имеет представление о физической реабилитации при различных заболеваниях и патологиях. Демонстрирует умение подбирать соответствующие средства и методы физической культуры в процессе различных видов физической реабилитации. Владеет навыками применения физических упражнений при различных патологических состояниях. Ответ логичен и последователен, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы, выводы доказательны.
Незачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Средства и методы физической реабилитации

ОПК-1 способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста

1. Обосновать показания и противопоказания к проведению физической реабилитации спортсменов.

2. Охарактеризовать средства физической реабилитации.

3. Охарактеризовать активные и пассивные средства физической реабилитации.

4. Охарактеризовать периоды лечебной физической культуры и двигательные режимы.

5. Обосновать реабилитационный эффект физических упражнений и элементов спорта.

Модуль 2: Основные направления использования средств физической реабилитации

ОПК-6 способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста

1. Охарактеризовать использование спортивно-прикладных упражнений и элементов спорта для реабилитации.

2. Обосновать возможности физических упражнений и игровых видов спорта в поддержании ЗОЖ и реабилитации спортсменов.

3. Обосновать использование средств избранного вида спорта для физической реабилитации при патологии (на выбор).

4. Представить классификацию физических упражнений, используемых для физической реабилитации.

5. Обосновать использование плавания как элемента спорта в физической реабилитации спортсменов с неврозами.

ПК-5 способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей

1. Составить комплекс корригирующих упражнений при нарушении осанки (сутулости).

2. Обосновать использование электролечения при травмах опорно-двигательного аппарата у спортсменов.

3. Обосновать использование средств физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы спортсменов.

4. Обосновать применение средств физической реабилитации после заболеваниях органов дыхания.

5. Объяснить механизм действия корригирующих упражнений и массажа при сколиозах.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Седьмой семестр (Зачет, ОПК-1, ОПК-6, ПК-5)

1. Дать понятие о реабилитации. Перечислить цель и виды реабилитации.

2. Охарактеризовать сущность реабилитации.

3. Обозначить общую структуру реабилитации.

4. Охарактеризовать средства медицинской реабилитации.

5. Охарактеризовать принципы медицинской (физической) реабилитации.

6. Представить принципы составления реабилитационных программ и определения реабилитационного потенциала.

7. Охарактеризовать принцип работы с ИПРА в образовательной организации.

8. Представить методы биологической обратной связи (БОС-технологии) как инновационные средства реабилитации.

9. Обосновать физическое упражнение как основное средство физической реабилитации.

10. Представить классификацию физических упражнений, используемых для физической реабилитации.

11. Охарактеризовать средства и формы массажа в физической реабилитации.

12. Обосновать реабилитационный эффект массажа и самомассажа.

13. Охарактеризовать использование спортивно-прикладных упражнений и элементов спорта для реабилитации.

14. Охарактеризовать использование преформированных факторов природы в физической реабилитации.

15. Обосновать использование гипербарической оксигенации (ГБО) в реабилитации спортсменов.

16. Обосновать использование естественных факторов природы для физической реабилитации.

17. Обосновать реабилитационный эффект водных процедур.

18. Обосновать реабилитационный эффект электролечения.

19. Охарактеризовать использование электросна в физической реабилитации.

20. Обосновать реабилитационный эффект светолечения.

21. Обосновать средства и методы физической реабилитации при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата
22. Обосновать средства и методы физической реабилитации при заболеваниях суставов (артрозах).
23. Обосновать средства физической реабилитации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
24. Дать клинико-физиологическое обоснование применения средств физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания.
25. Обосновать средства и методы физической реабилитации при заболеваниях органов дыхания.
26. Представить возможные средства физической реабилитации при бронхиальной астме.
27. Охарактеризовать средства и методы физической реабилитации при заболеваниях пищеварительной системы.
28. Назвать показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями при сахарном диабете.
29. Описать средства и методы физической реабилитации при заболеваниях обмена веществ (превышение массы тела, ожирении).
30. Охарактеризовать средства и методы физической реабилитации при нарушениях осанки у детей.
31. Представить комплекс физических упражнений и элементов спорта для реабилитации при нарушениях осанки.
32. Представить комплекс физических упражнений и элементов спорта для реабилитации при плоскостопии.
33. Составить алгоритм использования средств физической реабилитации при шейном остеохондрозе.
34. Составить алгоритм использования средств физической реабилитации при поясничном остеохондрозе.
35. Составить алгоритм использования средств физической реабилитации при бронхите.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет позволяет оценить сформированность компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, готовность к практической деятельности, приобретенные навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;

- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Вопросы и задания для устного опроса

При определении уровня достижений студентов при устном ответе необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Оценка за опрос определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

Контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, текущие, письменные, фронтальные, индивидуальные. Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

Критерии оценки ответа

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной письменной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

Практические задания

При определении уровня достижений студентов при выполнении практического задания необходимо обращать особое внимание на следующее:

- задание выполнено правильно;

– показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;

– умение работать с объектом задания демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;

– ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;

– выполнение задания теоретически обосновано.

Оценка за опрос определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность выполнения задания – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) выполнения – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

9.1 Список литературы

Основная литература

1. Корягина, Ю. В. Курс лекций по физиологии физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / Ю. В. Корягина, Ю. П. Салова, Т. П. Замчий ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : СибГУФК, 2014. – 153 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336075>. – Текст электронный.

2. Физическая реабилитация : учебник / Под общей ред. проф. С. Н. Попова. – Изд. 3-е. – Ростов н/Д : Феникс, 2005. – 608 с. – URL: <https://mirznanii.com/a/132545/fizicheskaya-reabilitatsiya-popov-sn>. – Текст электронный.

Дополнительная литература

1. Марченко, О. К. Основы физической реабилитации : учебник для студентов вузов / О. К. Марченко. – Киев : Олимпийская литература, 2012. – 528 с. – Текст непосредственный.

2. Применение средств физического воспитания в травматологии : учебное пособие / Е. Е. Елаева [и др.] ; Мордовский гос. пед. ин-т. – Саранск, 2016. – Текст непосредственный.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <https://biblioclub.ru> – Электронная библиотечная система «Универсальная библиотека онлайн»

2. <https://www.elibrary.ru/defaultx.asp> – Научная электронная библиотека «e-library»

3. <http://www.minsport.gov.ru/> – Министерство спорта Российской Федерации

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

– спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;

– конкретизировать для себя план изучения материала;

– ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

– проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;

– регулярно выполняйте задания для самостоятельной работы, своевременно отчитывайтесь преподавателю об их выполнении;

– изучив весь материал, проверьте свой уровень усвоения содержания дисциплины и готовность к сдаче зачета, выполнив задания и ответив самостоятельно на примерные вопросы для промежуточной аттестации.

Алгоритм работы над каждой темой:

– изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;

– прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;

– выпишите в тетрадь основные понятия и категории по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к промежуточной аттестации;

– составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на аудиторном занятии;

– повторите е определения терминов, относящихся к теме;

– продумайте примеры и иллюстрации к обсуждению вопросов по изучаемой теме;

– подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы.

Рекомендации по работе с литературой:

– ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;

– составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к промежуточной аттестации;

– выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы;

– проработайте содержание источника, сформулируйте собственную точку зрения на проблему с опорой на полученную информацию.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения (обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационно-справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>).
2. Информационно-правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>).

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Электронная библиотечная система Znanium.com (<http://znanium.com/>)
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, № 104.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, фильтр, мышь, клавиатура).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.