

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Б1. О.21

(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Лечебная физическая культура и массаж 1,2

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

направленность (профиль)
Педагогическая и тренерская деятельность

Форма обучения: заочная

Год набора: 2019

Общая трудоемкость: 9 ЗЕ

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр | 8 | 9 | Итого |
|------------------------------|------------|------------|------------|
| Форма контроля | Экзамен | Экзамен | |
| Вид занятий | | | |
| Лекции | 8 | 8 | 16 |
| Лабораторные | | | |
| Практические | 6 | 6 | 12 |
| Руководство: курсовые работы | | 1 | 1 |
| Промежуточная аттестация | 0,35 | 0,35 | 0,7 |
| Контактная работа | | | |
| Самостоятельная работа | 157 | 120 | 277 |
| Контроль | 8,65 | 8,65 | 17,3 |
| Итого | 180 | 144 | 324 |

Рабочую программу составил(и):

Доцент, к.п.н., профессор кафедры, Балашова В.Ф.

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рецензирование рабочей программы дисциплины:



Отсутствует



Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки

49.03.01 «Физическая культура»

Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» декабря 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры

«Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(протокол заседания № 2 от «21» сентября 2018 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Цель – формирование у студентов теоретических знаний, практических навыков, компетенций по применению физических упражнений для профилактики, лечения и восстановления (реабилитации) больных и пораженных.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (учебный курс) относится к блоку 1 «Дисциплины (модули)» (вариативная часть).

Дисциплины, учебные курсы, на освоении которых базируется данная дисциплина (учебный курс) – «Анатомия», «Физиология», «Частная патология», «Гигиена».

Дисциплины, учебные курсы, для которых необходимы знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения данной дисциплины (учебного курса) – «Физическая реабилитация», «Спортивная медицина», «Технологии физкультурно-спортивной деятельности».

3. Планируемые результаты обучения

| Формируемые и контролируемые компетенции (49.03.01 «Физическая культура») | Индикаторы достижения компетенций (49.03.01 «Физическая культура») | Планируемые результаты обучения |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7) | УК-7.1. Знает основные средства, методы, задачи физической культуры и ее подготовки, подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | Знать: Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; Уметь: Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; Владеть: самоконтролем и анализом своего физического состояния, физической подготовленности; |
| | УК-7.2 Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности. пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности. | Знать: правила эксплуатации спортивного инвентаря; правила безопасности при выполнении физических упражнений. Уметь: пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; Владеть: Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений. |
| | УК-7.3. Владеет методиками определения основных особенностей, готовностью поддерживать уровень физической подготовки, техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | Знать: Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; Уметь: Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; Владеть: самоконтролем и анализом своего физического состояния, физической подготовленности; |
| Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории | ОПК-1.1. Анализирует уровень подготовленности занимающихся физической | Знать: технологию планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, |

| Формируемые и контролируемые компетенции (49.03.01 «Физическая культура») | Индикаторы достижения компетенций (49.03.01 «Физическая культура») | Планируемые результаты обучения |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1)</p> | <p>культурой на основе морфологических, физиологических психологических критериев оценки физического развития по возрасту и полу</p> | <p>физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста Уметь: планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста Владеть: технологией планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p> |
| | <p>ОПК-1.2. Дозирует нагрузку на основе объективных и субъективных предпосылок, целевых и объективных параметров физического воспитания и спортивной тренировки</p> | <p>Знать: дозировку физических нагрузок; параметры спортивной тренировки. Уметь: рассчитать дозировку физических нагрузок; определить параметры спортивной тренировки. Владеть: навыками расчета дозировки спортивных тренировок; навыками определения параметров спортивной тренировки.</p> |
| | <p>ОПК-1.3. Составляет комплексы упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния, возраста и пола занимающихся.</p> | <p>Знать: двигательные режимы; упражнения для различного возраста и пола занимающихся. Уметь: составлять комплексы упражнений в зависимости от пола и возраста занимающихся; составлять комплексы упражнений с учетом двигательных режимов. Владеть: навыками составления комплексов упражнений в зависимости от пола и возраста занимающихся; навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов.</p> |

4. Структура и содержание дисциплины

| Модуль (раздел) | Вид учебной работы | Наименование тем занятий (учебной работы) | Семестр | Объем, ч. | Баллы | Интерактив, ч. | Формы текущего контроля (наименование оценочного средства) |
|-----------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-------|----------------|------------------------------------------------------------|
| Модуль 1. | Лек 1 | Введение в ЛФК | 8 | 2 | | - | Доклад с презентацией |
| Модуль 1. | Лек 2 | ЛФК при заболеваниях ЦНС | 8 | 2 | | - | Конспект |
| Модуль 1. | СР 1 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическому занятию. Средства и методы ЛФК | 8 | 18 | | | Доклад с презентацией |
| Модуль 1 | Пр 1 | ЛФК при заболеваниях внутренних органов | 8 | 2 | | - | Практическое занятие, |
| Модуль 1 | Лек 3 | ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы. | 8 | 2 | | | Конспект |
| Модуль 1. | СР 2 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическому занятию. ЛФК при гинекологических заболеваниях. | 8 | 18 | | - | Доклад с презентацией |
| Модуль 1. | Лек 4 | Использование метода анализа при заболеваниях пищеварительной системы. | 8 | 2 | | - | Конспект |
| Модуль 1. | Пр 2 | ЛФК при заболеваниях пищеварительной системы | 8 | 2 | | | Практическое занятие, |
| Модуль 1. | Пр 3 | ЛФК при заболеваниях мочеполовой системы. | 8 | 2 | | | Практическое занятие, |
| Модуль 1. | СР 3 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическому занятию. ЛФК при некоторых заболеваниях детей и подростков. | 8 | 18 | | | Конспект |
| Модуль 1. | СР 4 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическому занятию. ЛФК в травматологии, хирургии, ортопедии. | 8 | 18 | | | Конспект |
| Модуль 1. | СР 5 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическому занятию. ЛФК при нарушениях работы анализаторов | 8 | 18 | | | |
| Модуль 1. | СР 6 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическому занятию Средства ЛФК для детей с врожденной аномалией развития. | 8 | 18 | | | Конспект |
| Модуль 1. | СР 7 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическому занятию Особенности занятий физическими упражнениями с отдельными контингентами населения | 8 | 18 | | | Конспект |

| Модуль (раздел) | Вид учебной работы | Наименование тем занятий (учебной работы) | Семестр | Объем, ч. | Баллы | Интерактив, ч. | Формы текущего контроля (наименование оценочного средства) |
|-----------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|-------|----------------|------------------------------------------------------------|
| Модуль 1. | СР 8 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям. Компоненты физической культуры | 8 | 18 | | | Конспект |
| Модуль 1. | СР 9 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям. Профилактика вредных привычек | 8 | 13 | | - | Практическое занятие, тест |
| Модуль 2 | СР 1 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям. Понятие об утомлении при физической и умственной деятельности | 9 | 16 | | | Практическое занятие, тест |
| Модуль 2 | СР 2 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям. Составления комплекса физических упражнений с учетом показаний и противопоказаний к назначению отдельных методов лечебной физкультуры | 9 | 16 | | - | Доклад с презентацией |
| Модуль 2 | СР 3 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям. Принципы организации ЛФК, массажа и закаливания у детей раннего возраста | 9 | 16 | | | Практическое занятие, тест |
| Модуль 2 | Лек 1. | Определение нагрузки по показателям пульса, жизненной емкости легких и частоте дыхания. | 9 | 2 | | - | Конспект |
| Модуль 2 | Лек 2. | Построение и структура учебно-тренировочного занятия | 9 | 4 | | | Конспект |
| Модуль 2 | Лек 3. | Личная гигиена и закаливание | 9 | 2 | | | Конспект |
| Модуль 2 | Пр 1 | Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Самооценка собственного здоровья | 9 | 2 | | | Конспект |
| Модуль 2 | СР 4 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям. Классификация физических упражнений в ЛФК. Дозировка и критерии величин нагрузки ЛФК | 9 | 20 | | | Практическое занятие, тест |
| Модуль 2 | Пр 2 | Средства лечебной физической культуры, классификация физических упражнений. Формы занятий ЛФК. Методические принципы и способы дозировки физических упражнений в ЛФК | 9 | 2 | | | Конспект |

| Модуль (раздел) | Вид учебной работы | Наименование тем занятий (учебной работы) | Семестр | Объем, ч. | Баллы | Интерактив, ч. | Формы текущего контроля (наименование оценочного средства) |
|-----------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------|-------|----------------|------------------------------------------------------------|
| Модуль 2 | Пр 3 | Классификация массажа, физиологические механизмы действия массажных приемов на основные системы и органы организмов. Противопоказания массажа к назначению. | 9 | 2 | | | Конспект |
| Модуль 2 | СР 5 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям. Развитие и определение силы Методы: объяснительно-иллюстративные, репродуктивные. Технология традиционного обучения | 9 | 16 | | | Конспект |
| Модуль 2 | СР 6 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям Классификация физических упражнений в ЛФК. | 9 | 20 | | | Практическое занятие, тест |
| Модуль 2 | СР 7 | Изучение теоретического материала. Подготовка к практическим занятиям Дозировка и критерии величин нагрузки в ЛФК. | 9 | 16 | | | Практическое занятие, тест |
| Модуль 1,2 | ТИ | Итоговый тест по курсу через ОТ | 8,9 | | | - | |
| Модуль 1,2 | К | Контроль | 8,9 | 17.3 | | | |
| Итого: | | | | 324 | | | |

Схема расчета итогового балла

Сумма баллов по всем учебным мероприятиям, предусмотренным в курсе

Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2 + ББ (если ББ предусмотрены)

5. Образовательные технологии

Технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Информационно-коммуникационные технологии.

а) технологии традиционного обучения:

- лекция;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа;

Методы обучения: наглядные, словесные, практические.

б) технологии дифференцированного обучения:

- лекция-беседа;
- лекция-диалог;

- технология развития критического мышления - организация учебного процесса, при котором студенты проверяют; анализируют, развивают, применяют получаемую информацию с целью развития когнитивных умений и навыков.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Слушать лекцию, - семинар с использованием кейс-метода учебный материал подаётся студентам виде проблем (кейсов), а знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения, выдвижения гипотезы, выводов, заключения, самоконтроля процесса получения знаний и его результатов.

Конспектировать лекции.

Выступать с докладами на семинарских занятиях.

Выполнять практические задания, практических занятий с использованием деловой игры учебный материал подается студентам виде ролевых заданий, а знания приобретаются в результате активной и творческой работы: самостоятельного осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с разных точек зрения, выдвижения гипотезы, выводов, заключения, самоконтроля процесса получения знаний и его результатов.

Уметь работать в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Уметь работать с литературой.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

| Семестр | Код контролируемой компетенции (или ее части) | Наименование оценочного средства |
|---------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8 | УК-7, ОПК-1 | Вопросы к экзамену № 1-25 |
| 9 | УК-7 ОПК-1 | Вопросы к экзамену № 1-28 |
| 8 | УК-7, ОПК-1 | Теоретические основы лечебной физической культуры. Конспект урока. |
| 9 | УК-7 ОПК-1 | Формы занятий ЛФК. Методические принципы и способы дозировки физических упражнений в ЛФК |

7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

Примерные тематика курсовых работ

| № п/п | Темы курсовой работы |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | История возникновения и развития ЛФК. |
| 2. | Анатомо-физиологические механизмы действия физических упражнений на организм человека. |
| 3. | Сравнительная оценка эффективности современных видов оздоровительной гимнастики. |
| 4. | Особенности применения лечебной физкультуры и массажа при заболеваниях и травмах позвоночника. |
| 5. | Современные методы и формы ЛФК при статических деформациях позвоночника. |
| 6. | Современный взгляд на проблему патологии стоп и способы ее физической реабилитации. |
| 7. | Распространение плоскостопия среди детей и подростков и способы его коррекции средствами физической культуры. |
| 8. | Эффективность применения ЛФК при дегенеративно- воспалительных заболеваниях суставов (деформирующий артроз, артрит, контрактуры суставов). |
| 9. | Методы физической реабилитации при остеохондрозе позвоночника. |
| 10. | Особенности лечебной физкультуры при травмах опорно-двигательного аппарата. |
| 11. | Спортивный травматизм как способ его профилактики. |
| 12. | Методы физического воспитания школьников в специальных медицинских группах. |
| 13. | Особенности проведения ЛФК при патологии сердечно-сосудистой системы |
| 14. | Коррекция гемодинамических нарушений средствами физической культуры при врожденных и приобретенных пороках сердца. |
| 15. | Задачи и методы лечебной физкультуры и массажа при воспалительных заболеваниях сердца (миокардиты, эндокардиты, перикардиты) |
| 16. | Предотвращение нарушений функций органов и систем при атеросклерозе средствами физической культуры. |
| 17. | Оценка эффективности применения ЛФК и массажа при воспалительных |

| | |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | заболеваниях органов дыхания. |
| 18. | Анализ современных систем дыхательной гимнастики. |
| 19. | Роль физических упражнений в координации функций желудочно-кишечного тракта в норме и при патологии. |
| 20. | Влияние физических упражнений на мочеполовую систему в норме и при патологии. |
| 21. | Роль физических упражнений в координации функций желез внутренней секреции. |
| 22. | Ожирение как комплексная проблема. Реабилитация средствами физической культуры. |
| 23. | Лечебная физкультура и массаж как основное средство восстановления функций организма, утраченных в результате инсульта. |
| 24. | Лечебная физкультура и массаж как основное патогенетическое средство восстановления здоровья при парезах и параличах. |
| 25. | Роль ЛФК и массажа в реабилитации детей с церебральным параличом (ДЦП). |
| 26. | Принципы организации ЛФК, массажа и закаливания у детей раннего возраста |
| 27. | ЛФК и массаж как основные средства предотвращения биологических механизмов старения. |

Краткое описание и регламент выполнения

Оформляется в печатном виде с использованием компьютера в объеме 20-40 стр., согласно требованиям, указанных в Методических рекомендациях по выполнению курсовой работы.

Критерии оценивания работы:

- **оценка «отлично»** выставляется студенту, если содержание и структура реферата соответствует выбранной теме; работа является актуальной, самостоятельно выполненной и имеет творческий характер; прослеживается глубокий анализ степени теоретического исследования проблемы, различные подходы ее решения и логическое изложение материала; практические рекомендации представляют интерес; в работе представлен иллюстративный материал в виде таблиц, рисунков (графики, диаграммы и т.п.); представлен широкий список используемой литературы по теме работы не старше 5 лет (не менее 50%) и оформлен в соответствии с ГОСТ 7.0.100-2018 ["Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления"](#). При наличии ссылок на электронные ресурсы, оформление должно соответствовать ГОСТ 7.82-2001 ["Библиографическая запись. Библиографическое описание электронных ресурсов. Общие требования и правила составления"](#). Минимальный процент оригинальности (в том числе цитирование) реферата должен составлять 25%.
- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если содержание и структура реферата соответствует выбранной теме; работа является актуальной, самостоятельно выполненной и имеет творческий характер; прослеживается достаточно глубокий анализ степени теоретического исследования проблемы, различные подходы ее решения и логическое изложение материала; практические рекомендации представляют интерес; в работе представлен иллюстративный материал в виде таблиц, рисунков (графики, диаграммы и т.п.); представлен широкий список используемой литературы по теме работы не старше 5 лет (не менее 50%) и оформлен

в соответствии с ГОСТ 7.0.100-2018 ["Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления"](#). При наличии ссылок на электронные ресурсы, оформление должно соответствовать ГОСТ 7.82-2001 ["Библиографическая запись. Библиографическое описание электронных ресурсов. Общие требования и правила составления"](#). Минимальный процент оригинальности (в том числе цитирование) реферата должен составлять 25%. Имеются не значительные недочёты в содержание реферата, а также при оформлении работы и библиографического описания используемой литературы. Используется менее 50 % современной литературы не старше 5 лет.

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если содержание и структура реферата не соответствует выбранной теме; работа является не достаточно актуальной, но самостоятельно выполненной и имеет творческий характер; не в полной мере прослеживается анализ степени теоретического исследования проблемы, различные подходы ее решения и имеется нарушение в логике изложения материала; в работе мало представлен или не представлен иллюстративный материал. Минимальный процент оригинальности (в том числе цитирование) реферата должен составлять 25%. Имеются значительные недочёты в содержание реферата, а также при оформлении работы и библиографического описания используемой литературы. Мало используется современная литература по теме реферата.
- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту: 1) если он не подготовил реферат; 2) если подготовил, но имеются грубые нарушения по содержанию и структуре реферата, не соответствует выбранной теме, неправильно оформлен список используемой литературы; **процент оригинальности** (в том числе, цитирование) реферата составляет **менее 25%**.

Критерии оценки:

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки | |
|---------|-------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9 | Экзамен | «отлично» | Выставляется студенту, который на теоретический вопрос глубоко, последовательно, содержательно, полно, правильно и осмысленно выстраивает свой ответ, излагает его на высоком научно-теоретическом уровне, умело использует знания основной и дополнительной литературы по дисциплине «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование (велоспорт)», отлично устанавливает внутри предметные и меж предметные связи. Во время ответа студент держится уверенно и свободно оперирует знанием современных технологий обучения и концепций, используемых в гимнастике, умеет сравнивать и оценивать различные научные |

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки | |
|---------|-------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | <p>подходы, выделять неизученные аспекты, возникающие противоречия, перспективы развития велоспорта, может подтвердить теоретические положения примерами. При дополнительных вопросах студент способен свободно вести диалог, пользуясь современными научными данными. Выполнил задания текущего контроля.</p> |
| 9 | | «хорошо» | <p>Выставляется студенту, который полно раскрывает содержание материала в объеме, предусмотренном программой по дисциплине «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование (велоспорт)», оперирует знаниями основной и дополнительной литературы, излагает материал грамотным языком, владеет понятийным аппаратом, принятым в данной дисциплине. При изложении материала студентом допускаются незначительные пробелы, не искажающие содержание ответа на вопросы. При дополнительных вопросах студент способен вести диалог, пользуясь современными научными данными о велоспорте и свободно устранять замечания по отдельным вопросам. Выполнил задания текущего контроля частично.</p> |
| 9 | | «удовлетворительно» | <p>Выставляется студенту, который недостаточно логично, глубоко, последовательно и осмысленно выстраивает свой ответ, затрудняется в установке внутри предметных и меж предметных связей. Студент на предлагаемые вопросы не способен достаточно полно раскрыть и показать достаточные знания по рекомендуемой литературе. На дополнительные вопросы студент заменяет научное обоснование</p> |

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки | |
|---------|-------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | проблем рассуждением практически-бытового плана, а также допускает отдельные неточности в использовании научной терминологии велоспорта. |
| 9 | | «неудовлетворительно» | Выставляется студенту, который обнаруживает пробелы в знаниях основного программного материала по дисциплине «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование (велоспорт)», допускает принципиальные, грубые ошибки в ответах на основные вопросы, проявляет неуверенность и неточность в ответах на дополнительные вопросы. |

7.2.2. План-конспект урока

(наименование оценочного средства)

Краткое описание и регламент выполнения

Подготовить план-конспект по лечебной физической культуре

Правильность составления конспекта урока (наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений).

Оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, соответствие терминологии атлетической гимнастики, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно с допущением 1-2 ошибок при записи упражнений и терминологии, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, наличие дозировки и методических указаний, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если в конспекте допущены 3 и более ошибок при записи упражнений и терминологии спортивного туризма, отсутствие цели и задач урока, наличие дозировки и методических указаний, есть замечания к оформлению конспекта;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил конспект.

7.2.3. _____ Дискуссия _____
(наименование оценочного средства)

Включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.

Тема для дискуссии:

| Темы для дискуссии |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Оптимизация деятельности органов сердечно-сосудистой системы методами ЛФК и массажа. |
| 2. Оптимизация деятельности центральной нервной системы пациентов методами ЛФК и массажа. |
| 3. Оптимизация деятельности органов пищеварения методами ЛФК и массажа. |
| 4. Использование методов ЛФК и массажа для профилактики преждевременного развития утомления у работников операторского профиля. |
| 5. Использование методов ЛФК и массажа для профилактики преждевременного развития утомления у работников умственного труда. |
| 6. Использование методов ЛФК и массажа для профилактики преждевременного развития утомления у работников физического труда. |
| 7. Использование методов ЛФК и массажа для борьбы с нарушениями обмена веществ у подростков и лиц молодого возраста. |
| 8. Использование методов ЛФК и массажа для борьбы с нарушениями обмена веществ у лиц пожилого возраста. |
| 9. Использование методов ЛФК и массажа для профилактики осложнений у больных сердечно-сосудистыми заболеваниями. |
| 10. Использование методов ЛФК и массажа для профилактики осложнений у больных при острых инфекционных заболеваниях. |
| 11. Использование методов ЛФК и массажа при почечно-каменной болезни. |
| 12. Использование методов ЛФК у больных с хроническими инфекционными поражениями почек. |
| 13. Использование методов ЛФК и массажа у больных с ревматическими поражениями суставов. |
| 14. Использование методов ЛФК и массажа у больных для реабилитации после стрессов. |
| 15. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений при родах (в 1 и 2 половины срока). |
| 16. Использование методов ЛФК для профилактики осложнений при сахарном и не сахарном диабетах. |
| 17. Использование методов ЛФК и массажа для профилактики отеков при нарушении обмена веществ. |
| 18. Использование методов ЛФК и массажа у больных для профилактики осложнений при гипертонической болезни и вегетодистонии. |
| 19. Использование методов ЛФК у больных для профилактики осложнений при травматических поражениях органов грудной и брюшной полостей. |
| 20. Использование методов ЛФК и массажа у больных для профилактики осложнений при травматических повреждениях костей верхних и нижних конечностей. |
| 21. Использование методов ЛФК и массажа у больных для профилактики осложнений при травматических повреждениях позвоночника. |

7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр 8

| №п/п | ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | История развития ЛФК. |
| 2. | Влияние физических упражнений на организм. |
| 3. | Оценка физического развития человека. |
| 4. | Основные методы исследования физического развития. |
| 5. | Классификация физических упражнений. |
| 6. | Дозировка физической нагрузки. |
| 7. | Формы и методы ЛФК. |
| 8. | Показания, противопоказания и факторы риска в лечебной физкультуре. |
| 9. | Средства лечебной физической культуры. |
| 10. | Основные принципы применения ЛФК (индивидуальность, сознательность, активность, систематичность, постепенность, регулярность). |
| 11. | Формы проведения ЛФК (лечебная гимнастика, дозированная ходьба, терренкур, плавание, лыжи, коньки и др.). |
| 12. | Трудовая терапия и ее формы. |
| 13. | Периоды лечебной физкультуры (определение задачи ЛФК по периодам). |
| 14. | ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. |
| 15. | Общая характеристика сердечно-сосудистой системы. |
| 16. | Основные симптомы сердечно-сосудистых заболеваний (одышка, отеки, цианоз, кровохарканье, боли и др.). |
| 17. | Механизм лечебного действия ЛФК при заболеваниях ССС (тонизирующее, трофическое, компенсаторное, нормализации функций, профилактическое действие) |
| 18. | ЛФК при инфаркте миокарда. Этапы реабилитации. |
| 19. | Задачи, показания и противопоказания по использованию ЛФК при инфаркте миокарда. |
| 20. | Методические подходы по использованию ЛФК при инфаркте миокарда. |
| 21. | ЛФК при ишемической болезни (задачи, показания, противопоказания). |
| 22. | ЛФК при артериальной гипертонии (задачи, показания, противопоказания). |
| 23. | ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Задачи. Стадии. |
| 24. | ЛФК при острой пневмонии. |
| 25. | ЛФК при остром бронхите (задачи, противопоказания). |

Семестр 9

| № п/п | ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | ЛФК при бронхиальной астме (задачи, показания, противопоказания). |
| 2. | Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений. |
| 3. | Основы методики ЛФК при заболеваниях органов пищеварения. Задачи ЛФК. |
| 4. | ЛФК при хроническом гастрите. Задачи и методики. |
| 5. | ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. |
| 6. | ЛФК при болезни Боткина (остром инфекционном гепатите). |
| 7. | ЛФК при ожирении (задачи, показания, противопоказания, методика). |

| | |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8. | Ожирение: задачи, показания, противопоказания, методика. |
| 9. | Сахарный диабет: типы, этиология, патогенез, клиника. |
| 10. | Методика применения ЛФК при сахарном диабете. |
| 11. | Задачи и методики ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата ОДА). |
| 12. | ЛФК при травмах различных отделов позвоночника. |
| 13. | Компрессионные переломы тел шейных позвонков. Задачи ЛФК в первый период травм. |
| 14. | Понятие об осанке Ии ее нарушениях. Физиологические изгибы позвоночника. |
| 15. | Профилактика и лечение нарушенной осанки. Задачи ЛФК при нарушениях осанки. |
| 16. | Методика ЛФК при нарушениях осанки (подготовительная, основная и заключительная части курса ЛФК). |
| 17. | Средства ЛФК при нарушении осанки (лечебная гимнастика, самостоятельные занятия, дозированная ходьба, плавание). |
| 18. | Сколиоз. Патогенетическая классификация сколиозов (дискогенные, статические, паралитические). |
| 19. | Методика ЛФК при сколиозах (асимметричные упражнения, деторсионные упражнения). |
| 20. | ЛФК при переломах костей пояса верхних конечностей (лопатки, ключицы). |
| 21. | ЛФК при переломах костей свободной верхней конечности. |
| 22. | Методика ЛФК при диафизарных переломах плечевой кости (по 3-м периодам). |
| 23. | Привычный вывих плеча. Методика ЛФК после оперативного лечения (по 3-м периодам). |
| 24. | ЛФК при переломе костей таза. Задачи при консервативном методе лечения (по периодам). |
| 25. | Виды переломов костей таза. |
| 26. | Переломы шейки бедра ЛФК (1-й и 2-й периоды) после хирургического метода лечения. |
| 27. | Понятие о плоскостопии. Методика ЛФК при плоскостопии. |
| 28. | Особенности реабилитации спортсменов. Цели и задачи ЛФК. |

7.3.2. Критерии и нормы оценки

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки | |
|---------|-------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8,9 | Экзамен | «отлично» | Выставляется студенту, который на теоретический вопрос глубоко, последовательно, содержательно, полно, правильно и осмысленно выстраивает свой ответ, излагает его на высоком научно-теоретическом уровне, умело использует знания основной и дополнительной литературы по дисциплине «Спортивно-педагогический практикум (плавание)», отлично устанавливает внутри предметные и меж предметные связи. Во время ответа студент держится уверенно и свободно оперирует знаниями современных технологий обучения и |

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки | |
|---------|-------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | <p>концепций, используемых в гимнастике, умеет сравнивать и оценивать различные научные подходы, выделять неизученные аспекты, возникающие противоречия, перспективы развития в плавании, может подтвердить теоретические положения примерами. При дополнительных вопросах студент способен свободно вести диалог, пользуясь современными научными данными. Выполнил задания текущего контроля.</p> |
| 8,9 | | «хорошо» | <p>Выставляется студенту, который полно раскрывает содержание материала в объеме, предусмотренном программой по дисциплине Спортивно-педагогический практикум (плавание)», оперирует знаниями основной и дополнительной литературы, излагает материал грамотным языком, владеет понятийным аппаратом, принятым в данной дисциплине. При изложении материала студентом допускаются незначительные пробелы, не искажающие содержание ответа на вопросы. При дополнительных вопросах студент способен вести диалог, пользуясь современными научными данными о плавании и свободно устранять замечания по отдельным вопросам. Выполнил задания текущего контроля частично.</p> |
| 8,9 | | «удовлетворительно» | <p>Выставляется студенту, который недостаточно логично, глубоко, последовательно и осмысленно выстраивает свой ответ, затрудняется в установке внутри предметных и меж предметных связей. Студент на предлагаемые вопросы не способен достаточно полно раскрыть и показать достаточные знания по рекомендуемой литературе. На дополнительные вопросы студент заменяет научное обоснование проблем рассуждением практически-бытового плана, а также допускает отдельные неточности в использовании научной терминологии велоспорта.</p> |

| Семестр | Форма проведения промежуточной аттестации | Критерии и нормы оценки | |
|---------|-------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8,9 | | «неудовлетворительно» | Выставляется студенту, который обнаруживает пробелы в знаниях основного программного материала по дисциплине Спортивно-педагогический практикум (плавание)», допускает принципиальные, грубые ошибки в ответах на основные вопросы, проявляет неуверенность и неточность в ответах на дополнительные вопросы. |

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Обязательная литература

| № п/п | Авторы, составители | Заглавие (заголовок) | Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.) | Год издания | Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС |
|-------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------|
| 1 | Л. А. Трухачева | Физкультура и здоровье студентов [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов спец. и мед. групп / Липецкий государственный технический университет ; сост. Л. А. Трухачева, М. А. Васильева, Т. К. Костина. - Липецк : ЛГТУ, 2012. - 65 с. : ил. - (Учебное пособие для вузов). - ISBN 978-5-88247-528-3. | Учебное пособие | 2012 | ЭБС «IPRbooks» |
| 2 | Бурханов А. И., Хорошева Т. А. | Бурханов А. И. Лечебная физическая культура [Электронный ресурс] : электрон. учеб.-метод. пособие / А. И. Бурханов, Т. А. Хорошева ; ТГУ ; Ин-т физической культуры и спорта ; каф. "Адаптивная физическая культура". - Тольятти : ТГУ, 2015. - 164 с. : ил. - Библиогр.: с. 93. - Прил.: с. 97-164. - Глоссарий: с. 94-96. - ISBN 978-5-8259-0888-5. | электронное учебно-методическое пособие | 2015 | Репозиторий ТГУ |
| 4 | Барчуков И. С. | Физическая культура: методики практического обучения: учебник / И. С. Барчуков. - Москва: КНОРУС, 2014. - 304 с. | Учебник | 2014 | 3 |

8.2. Дополнительная литература

| № п/п | Авторы, составители | Заглавие (заголовок) | Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.) | Год издания | Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС |
|------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Евсеев С. П. | Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. П. Евсеев [и др.] ; [под ред. С. П. Евсеева, С. Ф. Курдыбайло]. | учебное пособие | 2011 | ЭБС «IPRbooks» |
| 2. | Хорошева Т. А. Епихина Т. П | Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов специальности "Физическая культура" очной и заочной форм обучения / Т. А. Хорошева, Т. П. Епихина ; ТГУ ; Фак. физ. культуры и спорта ; каф. "Адаптивная физ. культура". - ТГУ. - Тольятти : ТГУ, 2010. - 222 с. : ил. - Библиогр.: с. 214-215. - Прил.: с. 216-220. | учебно-методическое пособие | 2010 | Репозиторий ТГУ |

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- <http://edu.kemsu.ru/> Информационно образовательный комплекс (портал)
- КемГУ
- [http:// www.minsport.gov.ru/](http://www.minsport.gov.ru/) - Министерство спорта Российской Федерации
- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016– . – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ
- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОН, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ

<https://dspace.tltsu.ru/bitstream/123456789/6171/1/PiyansinAN%201-05-16-eui-Z.pdf>.

8.4. Перечень программного обеспечения

| № п/п | Наименование ПО | Реквизиты договора (дата, номер, срок действия) |
|----------|-----------------|----------------------------------------------------|
| 1. | Windows | Договор от 19.05.2015г. № 690, бессрочно |
| 2. | Office Standart | Договор от 20.07.2016г. № 727, бессрочно |

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

| № п/п | Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории) | Перечень основного оборудования |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. (У-321) | Столы ученические двухместные; стол преподавательский стул преподавательский ; стулья ученический, доска аудиторная |
| 2 | Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы (У-223) | Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет. |

