

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

Б1.В.05
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Комплексная реабилитация в адаптивной физической культуре

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

направленность (профиль)/специализация
Физическая реабилитация

Форма обучения: очная
Год набора: 2021

Общая трудоемкость: 2 ЗЕТ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	5	Итого
Форма контроля	зачет	
Вид занятий		
Лекции	32	32
Лабораторные		
Практические	32	32
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР ¹		
Промежуточная аттестация	0,35	0,35
Контактная работа	64,35	64,35
Самостоятельная работа	79,65	79,65
Контроль		
Итого	144	144

Рабочую программу составил(и):

доцент, к.б.н., доцент Горелик В.В.

(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 (специальности)

49.03.02 02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(протокол заседания № ____ от «18» сентября 2020 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является ознакомление студентов с основными принципами комплексной реабилитации больных и инвалидов, профилактическими мероприятиями оздоровительного и лечебно-восстановительного характера.

Задачи:

1. Исследования организма человека и влияние на него различных природных и социальных факторов.
2. Сформировать знания организационно-методических аспектов первичной и вторичной профилактики;
3. Обеспечить освоение основ знаний об использовании профилактических и лечебных средств.
4. Изучения влияния внешней среды на состояние здоровья и работоспособность коллективов.
5. Ознакомить студентов с основами рационального питания, других компонентов здорового образа жизни;
6. Научить формировать здоровый образ жизни среди различных континентов населения;
7. Ознакомить с разными видами комплексной реабилитации (социально-бытовой, социально-трудовой).

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование 2; Технологии физкультурно-спортивной деятельности 2.

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование 2», «Спортивная медицина»; «Основы медицинских знаний».

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование) ²	Планируемые результаты обучения
Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный	УК-1.1. Осуществляет общий анализ информации	Знать: сущность, функции, принципы, методические основы комплексной реабилитации больных и инвалидов;

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
подход для решения поставленных задач (УК-1)	УК-1.2. Обеспечивает системный подход для решения задач	Уметь: формулировать задачи, подбирать соответствующие средства и методы АФК в процессе реабилитации;
		Владеть: способностью находить организационно-управленческие решения в нестандартных ситуациях и готов за них нести ответственность;
Способен разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и их возрастных особенностей, а также нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка (ПК-2)	ПК-2.1. Способствует разработке психолого-педагогических технологий	Знать: роль и место АФК в реабилитационном процессе для конкретных (нозологических форм) инвалидности;
	ПК-2.2. Обеспечивает нормативными документами по воспитанию детей и молодежи	Уметь: разрабатывать современные технологии применения физических упражнений и проводить занятия;
		Владеть: методами теоретического и экспериментального моделирования в комплексной реабилитации
Способен подбирать эффективные методы социально-психологической и социально-педагогической реабилитации несовершеннолетнего в соответствии с его актуальным состоянием, уровнем развития, возрастом, образованием,	ПК-5.1. Обосновывает эффективные методы социально-психологической и социально-педагогической реабилитации	Знать: важнейшие факторы риска встречающихся заболеваний, способствующие развитию патологических процессов;

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
социальным статусом; взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации в	ПК-5.2. Осуществляет, социальную, медицинскую поддержку по вопросам комплексной реабилитации в интересах реабилитанта	Уметь: составлять содержание разделов АФК в комплексной и индивидуальной программах реабилитации
		Владеть: профилактической работой по предотвращению негативных проявлений у лиц с отклонениями в состоянии здоровья

4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел) ³	Вид учебной работы ⁴	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы ⁵	Интерактив, ч. ⁶	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1 Основы профилактической медицины	Лекции	Исторический путь развития профилактического направления в отечественной медицине	5	4	4		Проверка реферата
	Лекции	Основные причины, приводящие к заболеваниям века (ИБС, ожирению, гипертонии)	5	4	4		Проверка реферата
	Лекции	Условия, обеспечивающие эффективность профилактических мероприятий	5	4	4		Устный ответ
	Лекции	Активный отдых человека, как основное средство профилактики переутомления	5	4	4		Опрос по теме
	Лекции	Мероприятия первичной профилактики	5	4	4		Проверка реферата
	Лекции	Биологические факторы внешней среды и профилактики заболеваний	5	4	4		Проверка реферата
	Лекции	Условия, способствующие эффективности проводимых профилактических мероприятий	5	4	4		Устный ответ

3

4

5

6

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	Лекции	Механизмы передачи наследственной информации	5	4	4		Проверка реферата
	Лекции	Суть болезней с наследственным предрасположением	5	2	4		Проверка реферата
	Лекции	Механизмы образования стрессовых реакций	5	2	4		Устный ответ
	Лекции	Коррекционно-развивающая направленность частных методик АФК	5	2	4		Опрос по теме
Модуль 2 Профилактические мероприятия	Практика	Профилактическое направление пути развития принципы и задачи	5	4	4		Проверка реферата
	Практика	Лечебно-профилактические мероприятия при наследственной	5	4	4		Проверка реферата
	Практика	Лечебно-профилактические мероприятия при ожирении	5	4	8		Проверка реферата
	Практика	Влияние курения и алкоголя на состояние здоровья человека	5	4	8		Устный ответ
	Практика	Виды активного отдыха и их влияние на здоровье человека	5	4	8		Проверка реферата
	Практика	Физиологическое обоснование рационального	5	4	8		Проверка реферата

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	Практика	Лечебно-профилактические мероприятия при агрессии ксенобиотиков	5	4	8		Устный ответ
	Практика	Нервный стресс	5	4	8		Опрос по теме
Итого:				64	100		

5. Образовательные технологии

Технология традиционного обучения развития.

Практическое занятие. Методы: наглядные, практические.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Для освоения дисциплины рекомендуется использовать следующие методы обучения: решение проблемной ситуации, дискуссия, средства обучения: помещения, оборудование, мебель, учебники, раздаточный материал, наглядные пособия, компьютеры, мультимедийные презентации.

Отбор материала для лекционных занятий, его организацию рекомендуется производить в соответствии со следующими принципами: научности; комплексности; системности, наглядности.

При выполнении практических заданий, предусмотренных разделом, следует придерживаться следующей схемы: причина заболевания, симптомы, подбор и проведение лечебно-профилактических мероприятий, следует придерживаться следующей схемы: подбор и применение основных средств физической культуры, для различных нозологических групп, составление индивидуальной программы реабилитации.

Рекомендуется использовать следующие виды самостоятельной работы студентов: проработка конспекта лекции; анализ учебников, учебных пособий, специальной литературы по данной теме (с указанием страниц), подготовка рецензий; проведение научных исследований; выполнение тестовых заданий; выполнение домашней контрольной работы, письменное или устное решение задач, разбор конкретных ситуаций;

подготовка к дискуссии по определенной проблеме на базе прочитанной литературы, изучения нормативных актов, практики т.д.; подготовка списка литературы (библиографии) и подборка нормативных источников по определенной тематике, их изучение и т.д.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
5	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1)	Собеседование вопросы по разделам: 1.Первичная вторичная профилактика 2.Основы и принципы профилактической медицины
5	Способен разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и их возрастных особенностей, а также нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка (ПК-2)	Собеседование вопросы по разделам: 1.Профилактика стресса 2.Стресс-фактор риска развития заболеваний
5	Способен подбирать эффективные методы социально-психологической и социально-педагогической реабилитации несовершеннолетнего в соответствии с его актуальным состоянием, уровнем развития, возрастом, образованием, социальным статусом; взаимодействовать с членами	Собеседование вопросы по разделам: 1.Лечебно-профилактические мероприятия при малоподвижном образ жизни 2.Виды рациональных физических нагрузок

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
	реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации в интересах реабилитанта (ПК-5)	

Перечень дискуссионных тем для круглого стола (дискуссии, полемики, диспута, дебатов)

1. Охарактеризуйте мероприятия первичной профилактики
2. Биологические факторы внешней среды и профилактики заболеваний
3. Условия, способствующие эффективности проводимых профилактических мероприятий
4. Механизмы передачи наследственной информации
5. Какова суть болезней с наследственным предрасположением
6. Определите сущность эмоционального стресса
7. Механизмы образования стрессовых реакций
8. Рассказать о стадиях формирования адаптационного синдрома
9. Стресс- фактор риска развития заболеваний
10. Причины развития гипокинезии
11. Влияние физических тренировок на организм человека
12. Виды рациональных физических нагрузок
13. Цели и задачи рационального питания
14. Физиологическое значение белков, жиров, углеводов
15. Заболевания, обусловленные нерациональным питанием
16. Основные группы загрязнителей (ксенобиотиков) внешней среды
17. Лечебно-профилактические мероприятия при агрессии ксенобиотиков
18. Цели лечебно-профилактического питания
19. Физиологическое обоснование рационального режима труда, отдыха и питания.

20. Виды активного отдыха и их влияние на здоровье человека
21. Влияние курения и алкоголя на состояние здоровья человека
22. Причины развития ожирения
23. Влияние ожирения на функции внутренних органов и физиологических систем
24. Лечебно-профилактические мероприятия при ожирении
25. Определение целей и задач реабилитации
26. Задачи и содержание медицинской реабилитации
27. Задачи и содержание психологической реабилитации
28. Основные принципы реабилитации
29. Особенности реабилитации инвалидов
30. Механизмы лечебного эффекта диетотерапии
31. Лечебное свойство овощей фруктов ягод
32. Основные принципы лечебного питания
33. Значение культуры для профессиональной деятельности реабилитолога
34. Основы и принципы профилактической медицины
35. История развития профилактического направления
36. Охарактеризуйте болезни цивилизации и причины их развития
37. Дайте характеристику основных факторов риска, особенностей их развития и взаимодействия
38. Определите задачи первичной профилактики заболеваний человека
39. Определите задачи вторичной профилактики заболеваний человека
40. Назовите цели диспансеризации населения
41. Социокультурная реабилитация

2. Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если выполнены все условия допуска к зачету, предоставлен полный, объемный ответ, в котором студент показывает понимание проблемы ее содержание;
- оценка «не зачтено» отсутствие на занятиях более 80% без уважительной причины. Незнание материала.

Темы письменных работ

Данный вид работ для дисциплины не предусмотрен

8.Примерная тематика письменных работ (курсовых, рефератов, контрольных, расчетно-графических и др.)

9.Примерная тематика письменных работ (курсовых, рефератов, контрольных, расчетно-графических и др.)

№ п/п	Темы
1.	Состояние психоэмоциональной сферы человека в условиях профилактических действий (ландшафт терапия, юмор, лечение цветом)
2.	Основные рекомендации по рациональному применению физических тренировок
3.	Здоровый образ жизни в жизни человека
4.	Малоподвижный образ жизни как фактор риска заболеваний человека
5.	Основные принципы рационального питания, значение белков, жиров, углеводов
6.	Причины развития заболеваний, обусловленные нерациональным питанием
7.	Активный отдых человека, как основное средство профилактики переутомления
8.	Физиологическое обоснование рациональному режиму труда, отдыха и питания
9.	Загрязнение воздуха и системы очисток
10.	Лечебно-профилактического питания и продолжительность жизни человека
11.	Профилактические мероприятия при загрязнении почвы и пищевых продуктов
12.	Источники загрязнения внешней среды и их влияние на состояние здоровье человека
13.	Малоподвижный образ жизни как фактор риска заболеваний человека
14.	Лечебно- профилактические мероприятия при ожирении
15.	Влияние ожирения на функции внутренних органов и физиологические системы
16.	Особенности реабилитации инвалидов
17.	Подбор лечебно-профилактических мероприятий при наследственной патологии
18.	Профилактика стрессовых воздействий
19.	Малоподвижный образ жизни как фактор риска заболеваний человека
20.	Основные принципы рационального питания, значение белков, жиров, углеводов
21.	Исторический путь развития профилактического направления в отечественной

	медицине
22.	Основные причины, приводящие к заболеваниям века (ИБС, ожирению, гипертонии)
23.	Профилактическое направление пути развития принципы и задачи
24.	Значение наследственной информации на состояние здоровье человека
25.	Лечебные свойства пищевых продуктов (овощей, фруктов, ягод)
26.	Основные лечебно-профилактические мероприятия при наследственной патологии
27.	Физиологическое обоснование рациональному режиму труда, отдыха и питания

10. Вопросы к зачету

№ п/п	Вопросы
1	Охарактеризуйте мероприятия первичной профилактики
2	Биологические факторы внешней среды и профилактики заболеваний
3	Определите условия, способствующие эффективности проводимых профилактических мероприятий
4	Какие вы знаете механизмы передачи наследственной информации
5	Какова суть болезней с наследственным предрасположением
6	Определите сущность эмоционального стресса
7	Механизмы образования стрессовых реакций
8	Рассказать о стадиях формирования адаптационного синдрома
9	Стресс- фактор риска развития заболеваний
10	Причины развития гипокинезии
11	Влияние физических тренировок на организм человека
12	Виды рациональных физических нагрузок
13	Цели и задачи рационального питания
14	Физиологическое значение белков, жиров, углеводов
15	Заболевания, обусловленные нерациональным питанием
16	Основные группы загрязнителей (ксенобиотиков) внешней среды
17	Лечебно-профилактические мероприятия при агрессии ксенобиотиков

18	Цели лечебно-профилактического питания
19	Физиологическое обоснование рационального режима труда, отдыха и питания.
20	Виды активного отдыха и их влияние на здоровье человека
21	Влияние курения и алкоголя на состояние здоровья человека
22	Причины развития ожирения
23	Влияние ожирения на функции внутренних органов и физиологических систем
24	Лечебно-профилактические мероприятия при ожирении
25	Определение целей и задач реабилитации
26	Задачи и содержание медицинской реабилитации
27	Задачи и содержание психологической реабилитации
28	Основные принципы реабилитации
29	Особенности реабилитации инвалидов
30	Механизмы лечебного эффекта диетотерапии. Лечебное свойство овощей фруктов ягод
31	Основные принципы лечебного питания
32	Значение культуры для профессиональной деятельности реабилитолога
33	Основы и принципы профилактической медицины
34	История развития профилактического направления
35	Охарактеризуйте болезни цивилизации и причины их развития
36	Дайте характеристику основных факторов риска, особенностей их развития и взаимодействия
37	Определите задачи первичной профилактики заболеваний человека
38	Определите задачи вторичной профилактики заболеваний человека
39	Назовите цели диспансеризации населения
40	Социокультурная реабилитация

11. Критерии и нормы оценки

Форма проведения промежуточной аттестации	Условия допуска	Критерии и нормы оценки	
Зачёт	1. Наличие реферата.	«зачтено»	Посещение лекционных и

(семестр) устный и практический	<p>2.Наличие конспектов.</p> <p>3.Тестирование не ниже 70%.</p> <p>4.Наличие плана учебно-тренировочных занятий по туризму.</p> <p>5. Наличие положения о проведении соревнования по туризму.</p> <p>6. Выполнены все практические задания</p>		<p>практических занятий не менее 80%. В случае большего % отсутствия необходимо предоставление соответствующего документа (медицинская справка о болезни, справка-вызов на спортивные сборы или соревнования, и т.п.). Выполнение всех условий допуска. Оценка за практическое выполнение заданий не должна быть ниже оценки «удовлетворительно».</p>
---------------------------------	--	--	---

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 ⁷
	Лысова Н. Ф.	Лысова Н. Ф. Возрастная анатомия и физиология [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман. - Москва : ИНФРА-М, 2016. - 352 с. : ил. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-008972-0.	Учебное пособие	2016	ЭБС "IPRbooks"
	Германов Г. Н.	Германов Г. Н. Двигательные способности и навыки [Электронный ресурс] : разделы теории физической культуры : учеб. пособие для студентов-бакалавров и магистров / Г. Н. Германов. - Воронеж : Элист, 2017. - 303 с. - ISBN 978-5-87172-082-0.	Учебное пособие	2017	ЭБС "IPRbooks"

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
	Багнетова Е.А.	Гигиена физического воспитания и спорта : курс лекций : учеб. пособие для	учеб. пособие для вузов	2009	11

⁷ Указывается количество экз. для печатных изданий, для электронных изданий – наименование ЭБС.

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
		вузов / Е. А. Багнетова. - Гриф УМО. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2009. - 251 с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 247-249. - Слов. терминов: с. 201-246. - ISBN 978-5-222-15933-0 : 113-00			
	Карась Т. Ю.	Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / Т. Ю. Карась ; Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет. - Комсомольск-на-Амуре : АмГПУ, 2012. - 131с. : ил.	учебно- практическое пособие	2012	ЭБС "IPRbooks"

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем⁸

- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016– . – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Scopus[Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004– . – Режим доступа : scopus.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.

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Количество лицензий	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows	1398	бессрочная

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.	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет
2	У-213 Помещение для самостоятельной работы студентов Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий.	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет

⁸ Базы данных и информационные справочные системы должны быть актуальны.

№ 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
	<p>Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ.</p> <p>Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ).</p> <p>Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций</p> <p>Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации.</p> <p>Помещение для самостоятельной работы.</p>	