

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

Б1. О.15
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая реабилитация

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)
49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм
направленность (профиль)/специализация
Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Форма обучения: заочная
Год набора: 2021
Общая трудоемкость: 3 ЗЕТ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	3	Итого
Форма контроля	экзамен	
Вид занятий		
Лекции	8	8
Лабораторные		
Практические	4	4
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Промежуточная аттестация		
Контактная работа	12.35	12.35
Самостоятельная работа	87	87
Контроль	8.65	8.65
Итого	108	108

Рабочую программу составил(и):

доцент, к.б.н., доцент Хорошева Т.А.

(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) 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» декабря 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

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

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

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – изучение теоретических и практических основ проявления жизнедеятельности организма человека и механизмов регуляции функций в условиях действия разнообразных внешних факторов и при выполнении физической деятельности различного вида, мощности, продолжительности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: «Анатомия человека»

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Спортивная медицина», «Физическая реабилитация».

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1)	УК-1.1 Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие. Находит и критически анализирует информацию, необходимую для решения поставленной задачи	Знать: способы анализа задачи, выделяя её базовые составляющие; способы анализа проблемных ситуаций; понятие и классификацию систем; структуру и закономерности функционирования систем; особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах;
		Уметь: осуществлять анализ поставленной задачи с выделением из неё базовых составляющих;
		Владеть: способами критического анализа информации, необходимой для решения поставленной задачи
	УК-1.2. Осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов	Знать: способы поиска информации через библиотеку, электронно-библиотечные системы, Интернет.
		Уметь: осуществлять поиск необходимой информации для решения поставленных задач в профессиональной деятельности; подбирать необходимую

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		информацию для раскрытия отношений между предметами; выявлять связи и критически анализировать, интерпретировать и систематизировать информацию, требуемую для решения поставленных задач; работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета
		Владеть: способами поиска и подбора необходимой информации для решения поставленных задач через библиотеку
	УК-1.3. При обработке информации грамотно, логично, аргументированно формирует собственные суждения и оценки. Отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок и т.д. в рассуждениях других участников деятельности	Знать: способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; способы работы с информацией; виды и формы работы с педагогической и научной литературой;
		Уметь: анализировать, применять системный подход и аргументировать свою точку зрения; -работать с информацией, представленной в различной форме; -обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; синтезировать информацию, представленную в различных источниках; использовать контент электронной информационно-образовательной среды; анализировать информационные ресурсы; отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; обосновывать способы решения задач научно-исследовательской

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		<p>направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода</p> <p>Владеть: методиками аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); способностью работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; способами анализа информации и формулирования выводов, основанных на фактах.</p>
<p>Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-6)</p>	<p>ОПК-6.1. Проектирует ситуации и события, формирующие осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности.</p>	<p>Знать: методологию формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни. Историю физической культуры и идеи олимпизма, социально-возрастные особенности целевых групп, приоритетные направления Стратегии развития физической культуры и спорта.</p> <p>Уметь: формировать условия для физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.</p> <p>Владеть: способами формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового</p>

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		образа жизни. способностью организовывать оздоровительную и спортивно-массовую деятельность
	ОПК-6.2. Обеспечивает осознанное отношение к спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	Знать: основы научной и методической деятельности в сфере легкой атлетики правила судейства
		Уметь: теоретические и методические основы, необходимые для реализации образовательного процесса
		Владеть: основные этапы развития легкой атлетики в России и влияние достижений отечественных спортсменов на развитие легкой атлетики
	ОПК-6.3. Развивает у занимающихся познавательную активность, ценностные ориентации	Знать: технологии физкультурно-спортивной деятельности; гигиенические основы физической культуры и спорта
		Уметь: применять технологии физкультурно-спортивной деятельности для приобщения к здоровому образу жизни; осуществлять контроль организма при регулярных занятиях физической культурой
		Владеть: навыками применения технологий физкультурно-спортивной деятельности; навыками осуществления контроля за организмом

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. Физическая реабилитация в травмотологии и ортопедии	лекция	Определение реабилитации, виды реабилитации, средства и методы физической реабилитации. Составление реабилитационных программ	3	2	0		
	Практическое занятие	Составление реабилитационной программы при переломах трубчатых костей	3	2	0		
Модуль 2. Физическая реабилитация при заболеваниях вегетативных систем	лекция	Реабилитация при заболеваниях сердечно- сосудистой системы.	3	2	0		
	Практическое занятие	Реабилитация при нарушениях эндокринной деятельности	3	2	0		

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	лекция	Физическая реабилитация при заболеваниях дыхательной системы.	3	2	0		
	лекция	Физическая реабилитация при заболеваниях пищеварительной системы	3	2	0		
Итого:				12	0		

5. Образовательные технологии

Технология дистанционного обучения

6. Методические указания по освоению дисциплины

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных домашних заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с учебной и учебно-методической литературой.

Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях, изучения рекомендованной литературы, выполнения заданий.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания: изучают рекомендованную учебную и учебно-методическую литературу; выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1) Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-6)	Практическая работа

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

7.2.1. Практическая работа № 1 Составление реабилитационной программы при переломах трубчатых костей

Задание: составить программу реабилитационных мероприятий по выбору:

- диафизарный перелом плечевой кости
- перелом бедренной кости
- перелом костей предплечья (на выбор - множественный или изолированный)
- перелом костей голени (на выбор - множественный или изолированный)

Критерии оценки:

15 баллов – программа составлена в полном объеме, расписаны реабилитационные мероприятия в щадящем, функциональном и тренировочном режимах. Программа представлена в виде таблицы, с указанием упражнений, количеством повторений, противопоказаний и т.д.

- 11-14 баллов - программа составлена на три реабилитационных периода, но нет описания упражнений с четким алгоритмом их выполнения.
- 6-10 - программа составлена без учета трех периодов, упражнения просто перечислены
- 1-5 баллов – расписан один период
- 0 баллов – задание отсутствует

Практическая работа № 2 Реабилитация при нарушениях эндокринной деятельности

Задание: разработать реабилитационную программу на выбор:

- при нарушениях жирового обмена (на выбор - ожирение 1,2,3 степени)
- при нарушениях белкового обмена (подагра)
- при нарушениях углеводного обмена (сахарный диабет)

Критерии оценки:

15 баллов – программа составлена в полном объеме, расписаны реабилитационные мероприятия в щадящем, функциональном и тренировочном режимах. Программа представлена в виде таблицы, с указанием упражнений, количеством повторений, противопоказаний и т.д.

- 11-14 баллов - программа составлена на три реабилитационных периода, но нет описания упражнений с четким алгоритмом их выполнения.

- 6-10 - программа составлена без учета трех периодов, упражнения просто перечислены

- 1-5 баллов – расписан один период

- 0 баллов – задание отсутствует

7.3.Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Вопросы к экзамену

№ п/п	Вопросы
1	Понятие о реабилитации, история возникновения реабилитации.
2	Деятельность международных организаций, занимающихся вопросами реабилитации.
3	Реабилитация, и ее виды.
4	Физическая реабилитация как компонент АФК.
5	Принципы физической реабилитации.
6	Средства физической реабилитации.
7	ЛФК как основное средство реабилитации. Формы ЛФК. Классификация физических упражнений.
8	Физиотерапия, методы. Показания и противопоказания.
9	Понятие о травмах и травматической болезни.
10	Определение перелома, виды переломов. Реабилитация при переломах трубчатых костей.
11	15. Физическая реабилитация при переломах костей пояса верхних конечностей.
12	Физическая реабилитация при переломах костей пояса нижних конечностей.
13	Составление программ по физической реабилитации для получивших травмы позвоночника.
14	Физическая реабилитация при различных видах искривления позвоночника.
15	Плоскостопие. Степени, этиология, патогенез. Физическая реабилитация при плоскостопии.
16	Заболевания сердечно-сосудистой системы. Общие принципы реабилитации таких больных. Контроль за состоянием ССС в период реабилитационных мероприятий.
17	Заболевания сосудов (атеросклероз, варикозное расширение вен, облитерирующий эндартериит), этиология, патогенез, средства физической реабилитации.
18	Заболевания сердца (ишемическая болезнь сердца, стенокардия, аритмия, инфаркт миокарда), этиопатогенез, принципы реабилитации.
19	Физическая реабилитация при заболеваниях пищеварительного тракта. Общие принципы и методы при заболеваниях органов пищеварения.
20	Гастрит, виды гастритов, этиология, патогенез. Физическая реабилитация при гастритах.
21	Язва желудка и 12-ти перстной кишки. Этиопатогенез, методы физической реабилитации, противопоказания к занятиям.
22	Заболевания поджелудочной железы и печени. Физическая реабилитация при этих заболеваниях.
23	Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания.
24	Заболевания верхних дыхательных путей (ринит, ларингит, синусит и т.д.), этиология, симптомы, средства физической реабилитации.
25	Бронхиты, виды бронхита, причины возникновения, симптомы, принципы реабилитации при бронхитах и бронхиальной астме.
26	Нарушения обмена веществ. Физическая реабилитация при нарушении жирового обмена (ожирение). Степени ожирения, этиопатогенез, средства реабилитации.
27	Физическая реабилитация при нарушениях углеводного обмена (сахарный диабет)

№ п/п	Вопросы
	и белкового обмена (подагра). Этиопатогенез этих заболеваний.
28	Заболевания женской половой сферы (аднекситы, опущение матки и т.д.), физическая реабилитация, средства, методы, дозировка. Занятия ЛФК с беременными.
29	Применение средств реабилитации при заболеваниях мужской половой сферы (простатит, опущение яичек и т.д.).
30	Заболевания мочевыделительной системы (нефрит, опущение почки, нефроз, пиелонефрит и т.д.). Физическая реабилитация, основные принципы и средства.
31	Травматическая болезнь спинного мозга (ТБСМ), этиология, патогенез, физическая реабилитация спинальных больных.
32	Нарушения в центральной нервной системе. Понятие об умственной отсталости, виды УО, основные принципы и средства реабилитации таких больных.
33	Понятие о ДЦП, формы и степени ДЦП, этиология, патогенез, физическая реабилитация.
34	Синдром Дауна. Возможности реабилитации детей с синдромом Дауна. Аутизм, этиология, патогенез, средства реабилитации при аутизме.
35	Нарушения сенсорных систем организма. Нарушения функций органа зрения. Причины. Физическая реабилитация слабовидящих, слепых и т.д.
36	Физическая реабилитация людей, имеющих нарушения слуха. Классификация слуховых нарушений, этиология, патогенез.

7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
1	экзамен	«отлично»	80-100 баллов
		«хорошо»	60-80 баллов
		«удовлетворительно»	40-60 баллов
		«неудовлетворительно»	Менее 40 баллов

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
	Налобина А.Н.	Основы физической реабилитации [Электронный ресурс]: учебник / А. Н. Налобина [и др.]; под ред. А. Н. Налобиной. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 332 с. - ISBN 978-5-4486-0160-6.	Электронный учебник	2018	ЭБС «IPRbooks»
	Миронова Е.Н.	Основы физической реабилитации [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Е. Н. Миронова. - Орел: МАБИВ, 2017. - 199 с. : ил.	Электронное учебно-методическое пособие	2017	ЭБС «IPRbooks»
		Физическая реабилитация обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья средствами ЛФК на занятиях физической культурой [Электронный ресурс]: (метод. пособие) / Набережночелнин. гос. пед. ун-т ; [авт.-сост. В. В. Андреев и др.]. - Набережные Челны: НГПУ, 2017. - 96 с. - ISBN 978-5-98452-148-2.	Электронное 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
	Горелик В.В.	Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. В. Горелик ; ТГУ ; Ин-т физ. культуры и спорта ; каф. "Адаптивная физ. культура". - ТГУ. - Тольятти : ТГУ, 2012. - 125 с. - Библиогр.: с. 124. - Словарь терминов: с. 114-123.	Электронное учебное пособие	2012	Репозиторий ТГУ
	Хорошева Т.А.	Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов специальности "Физическая культура" очной и заочной форм обучения /, 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.	Электронное учебно-методическое пособие	2010	Репозиторий ТГУ

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- <https://e.lanbook.com/>
- <https://dspace.tltsu.ru/>
- <http://www.studentlibrary.ru/>
- <https://new.znaniyum.com/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Количество лицензий	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows	1398	Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно
2	Office Standart	1398	Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно; Договор № 727 от 20.07.2016г., срок действия - 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	УЛК-807 Аудитория вебконференций. 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.	Экран телевизионный, ширмы, проектор на штативе. стол преподавательский, стулья преподавательские., Транспарант-перетяжка, системный блок .
2	Аудитория вебконференций. Учебная аудитория для проведения	Экран телевизионный, ширма, проектор на штативе. стол

№ 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
	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.	преподавательский, стул преподавательский, транспарант- перетяжка, системный блок .