

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  
49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

---

направленность (профиль)  
Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

---

Форма обучения: заочная

Год набора: 2021

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
<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>144</b>	<b>324</b>

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

\_\_\_\_\_ 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм \_\_\_\_\_

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

УТВЕРЖДЕНО

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

---

(протокол заседания № 2 от «18» сентября 2020 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.	<b>Знать:</b> Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; <b>Уметь:</b> Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; <b>Владеть:</b> 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.	<b>Знать:</b> правила эксплуатации спортивного инвентаря; правила безопасности при выполнении физических упражнений. <b>Уметь:</b> пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; <b>Владеть:</b> 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.	<b>Знать:</b> Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; <b>Уметь:</b> Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; <b>Владеть:</b> самоконтролем и анализом своего физического состояния, физической подготовленности;
Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории	ОПК-1.1. Анализирует уровень подготовленности занимающихся физической	<b>Знать:</b> технологию планирования содержания занятий с учетом положений теории физической культуры,

<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (49.03.01 «Физическая культура»)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (49.03.01 «Физическая культура»)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
<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</p> <p><b>Уметь:</b> планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p> <p><b>Владеть:</b> 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><b>Знать:</b> дозировку физических нагрузок; параметры спортивной тренировки.</p> <p><b>Уметь:</b> рассчитать дозировку физических нагрузок; определить параметры спортивной тренировки.</p> <p><b>Владеть:</b> 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><b>Знать:</b> двигательные режимы; упражнения для различного возраста и пола занимающихся.</p> <p><b>Уметь:</b> составлять комплексы упражнений в зависимости от пола и возраста занимающихся; составлять комплексы упражнений с учетом двигательных режимов.</p> <p><b>Владеть:</b> 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			
<b>Итого:</b>				<b>324</b>			

### 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 подходы, выделять неизученные

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			<p>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 проблем рассуждением</p>

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			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:**

<b>Темы для дискуссии</b>
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.	ПФК 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 знаниям 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 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](https://apps.webofknowledge.com). – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : [elibrary.ru](http://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](http://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 ; 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	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет.

	<p>аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы (У-223)</p>	
--	---	--