

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

Б1.О.20
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Лечебная физическая культура и массаж
(наименование дисциплины)

по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

направленность (профиль)
Тренерская деятельность и фитнес-технологии

Форма обучения: заочная

Год набора: 2026

Общая трудоемкость: 4 ЗЕ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	8	Итого
Форма контроля	экзамен	
Вид занятий		
Лекции	4	4
Лабораторные	-	-
Практические	-	-
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР	-	-
Промежуточная аттестация	0,35	0,35
Контактная работа	4,35	4,35
Самостоятельная работа	131	131
Контроль	8,65	8,65
Итого	144	144

Рабочую программу составил(и):

Профессор, д.п.н., доцент, Балашова В.Ф.

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

Доцент, Рева А.В.

(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, направленность (профиль) Тренерская деятельность и фитнес-технологии

Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» декабря 2031г.

УТВЕРЖДЕНО

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

(протокол заседания №2 от «22» сентября 2025 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Цель – приобретение студентами теоретических знаний и практических навыков проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу; формирование компетенций по применению физических упражнений для профилактики, лечения и восстановления (реабилитации) лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая, инвалидов).

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: «Анатомия и физиология человека. Общая, возрастная, спортивная», «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика гимнастики», «Азбука аэробики», «Основы медицинских знаний», «Теория и методика оздоровительных видов гимнастики», гимнастики».

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Физическая реабилитация», «Производственная практика (преддипломная практика)», «Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы».

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК – 1 - Использует знания теории и методики лечебной физической культуры и массажа в практической деятельности, в целях профилактики вторичных осложнений и реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья после перенесенных заболеваний и травм.	Знать: <ul style="list-style-type: none">– сущность патологических изменений, характерных для наиболее распространенных заболеваний и травм;– физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений;– показания и противопоказания к применению ЛФК;– основные методики ЛФК при наиболее распространенных заболеваниях и травмах;– историю развития массажа, механизмы физиологического действия приемов массажа и сеанса массажа на организм спортсмена;– гигиенические основы работы массажиста;– характеристику и основные принципы назначения различных видов массажа;– методику сочетания массажа с другими восстановительными

		средствами (сауной, русской баней, физиотерапией, психорегулирующей тренировкой).
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать комплексы физических упражнений на тот или иной период заболевания; – проводить самостоятельно занятия по ЛФК при наиболее распространенных заболеваниях и травмах; – выполнять технически правильно все разновидности основных приемов массажа. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знаниями о механизме действия физических упражнений и массажа в ЛФК; – знаниями о средствах, методах, формах проведения ЛФК; – методами оценки функционального состояния организма пациента и эффективности воздействия занятий ЛФК на больных; – гигиеническими основами массажа; – навыками проведения всех основных приемов классического массажа; – способами оценки эффективности воздействия занятий ЛФК на больных; – навыками проведении занятий по ЛФК с людьми, имеющими различные отклонения в состоянии здоровья.

4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Курс	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Раздел 1 – Основы теории, методики и практики лечебной физической культуры (ЛФК)	Лек 1	Тема 1.1 - Организационно-методические основы ЛФК. Основы методики занятий физическими упражнениями при лечении и реабилитации больных сердечно-сосудистыми заболеваниями. Дыхательная система: строение, функции, задачи ЛФК при патологиях дыхательной системы. Основы методики занятий физическими упражнениями при лечении и реабилитации больных при заболеваниях органов дыхания. Система пищеварения: строение, функции, патологии, этиология, задачи и средства ЛФК.	4	2			
	ИДЗ	Подготовить реферат и презентационный материал по темам: - ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы; - ЛФК при заболеваниях органов дыхания; - ЛФК при заболеваниях органов пищеварения; - ЛФК при расстройствах обмена веществ, заболеваниях желез внутренней секреции, при ожирении;	4		40		Доклад с презентацией по темам

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Курс	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
		<ul style="list-style-type: none"> - ЛФК при заболеваниях мочеполовой системы; - ЛФК при функциональных нарушениях осанки, сколиозах, плоскостопии; - ЛФК в травматологии, хирургии, ортопедии; - ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата: переломы костей, повреждения суставов; - ЛФК при переломах позвоночника и костей таза; - ЛФК при операциях на органах грудной клетки и брюшной полости, при ампутациях конечности. 					
Раздел 2 – Основы теории, методики и практики массажа	Лек 2	<p>История массажа. Виды массажа. Физиологическое влияние массажа на организм. Гигиенические основы массажа. Классификация систем и методов массажа</p> <p>Классификация, физиология, методика и техника выполнения приемов классического массажа. Противопоказания массажа к назначению.</p>	4	2			

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Курс	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	СР	Самостоятельное изучение литературы по модулю 1, 2. Сформировать умения и навыки по приемам массажа: - Физиология, методика и техника выполнения видов приема поглаживания; - Физиология, методика и техника выполнения видов приема выжимания; - Физиология, методика и техника выполнения видов приема разминания; - Физиология, методика и техника выполнения видов приема растирания; - Физиология, методика и техника выполнения видов приема движения; - Физиология, методика и техника выполнения видов ударных приемов; - Физиология, методика и техника выполнения видов приема потряхивания; - Физиология, методика и техника выполнения видов приема встряхивания; - Физиология, методика и техника выполнения видов приема вибрации.	4	131	60	-	Выполнение практических заданий. Подготовка рефератов и презентаций
	ПА		4	0,35	-	-	-
	Контроль	Экзамен	4	8,65	100	-	-
	Контактная работа		4	4,35	-		
	Итого:			144	(100+100)/2		

Схема расчета итогового балла - Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2

85-100 баллов – отлично

70-84 баллов – хорошо

55-69 баллов – удовлетворительно

0-54 баллов - неудовлетворительно

5. Образовательные технологии

Технология традиционного обучения. Формы обучения:

- лекционные занятия в активном диалоговом формате, с использованием мультимедийного контента в виде презентаций;
- практические занятия с разработкой и проведением комплексов ЛФК и сеансов массажа при различных патологиях;
- самостоятельная работа с литературой, с электронными информационными ресурсами (электронные учебники, Internet-ресурсы);
- индивидуальное домашнее задание.

Методы обучения: Наглядные, словесные, практические.

Технологии проблемного обучения. Формы обучения:

- проблемный семинар;
- семинар с использованием эвристического (сократовского) метода.

Методы обучения: дискуссия, решение проблемной (производственной) ситуации, эвристический диалог (беседа).

Технология модульного обучения. Формы обучения:

- проблемный семинар;
- семинар с использованием метода анализа конкретных ситуаций.

Методы обучения: решение ситуационных задач, презентационный метод.

Технология критического мышления. Формы обучения:

- семинар «круглый стол».

Методы обучения: дискуссия, презентационный метод.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Приступая к освоению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы, особенностями текущего контроля, критериями и нормами оценки.

Студент должен:

- систематически посещать аудиторные занятия;
- изучать рекомендованную литературу;
- своевременно сдавать практические задания, необходимые для текущего контроля;
- выступить с докладом и презентационным материалом по заданным темам;
- уметь решать задачи по заданным темам.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
8	ОПК-1	Реферат и презентация. Практические задания. Тестовые задания. Вопросы к экзамену.

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

7.2.1. Подготовить реферат и презентационный материал.

Темы рефератов и докладов по дисциплине «ЛФК и массаж»

1. История возникновения и развития ЛФК и массажа.
2. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при атеросклерозе.
3. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при ишемической болезни сердца (ИБС).
4. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при гипертонической болезни (ГБ).
5. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при нейроциркуляторной дистонии (НЦД).
6. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при пороках сердца.
7. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при облитерирующем эндартериите.
8. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при варикозном расширении вен (ВРН) нижних конечностей.
9. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при инфарктах миокарда.
10. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при стенокардии.
11. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при ревматоидном полиартрите.
12. ЛФК и массаж при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при бронхитах.
13. ЛФК и массаж при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при пневмонии.
14. ЛФК и массаж при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при бронхиальной астме и бронхоэктатической болезни.
15. ЛФК и массаж при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при плеврите и пневмосклерозе.
16. ЛФК и массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при гастритах.
17. ЛФК и массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
18. ЛФК и массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при хроническом холецистите.
19. ЛФК и массаж при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. ЛФК при мочекаменной болезни.
20. ЛФК и массаж при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. ЛФК при нефроптозе.
21. ЛФК и массаж при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. ЛФК при пиелонефрите.
22. ЛФК и массаж при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ. ЛФК при сахарном диабете.
23. ЛФК и массаж при нарушениях обмена веществ. ЛФК при ожирении.
24. ЛФК и массаж в травматологии и ортопедии. ЛФК при переломах костей нижних конечностей.
25. ЛФК и массаж в травматологии и ортопедии. ЛФК при переломах костей верхних конечностей.

26. ЛФК и массаж в травматологии и ортопедии. ЛФК при заболеваниях суставов. ЛФК артритов и артрозов.
27. ЛФК и массаж в травматологии и ортопедии. ЛФК при переломах позвоночника.
28. ЛФК и массаж в травматологии и ортопедии. ЛФК при ампутациях конечностей.
29. ЛФК и массаж в травматологии и ортопедии. ЛФК при травмах костей таза.
30. ЛФК и массаж в хирургии. ЛФК при операциях на органах брюшной полости.
31. ЛФК и массаж в хирургии. ЛФК при операциях на органах грудной полости.
32. ЛФК и массаж в хирургии.
33. ЛФК и массаж при травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Виды повреждений спинного мозга. Периоды ТБСМ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика ЛФК в различные периоды ТБСМ.
34. ЛФК и массаж при травмах и заболеваниях центральной и периферической нервной системы. ЛФК при спастических параличах.
35. ЛФК и массаж при травмах и заболеваниях центральной и периферической нервной системы. ЛФК при вялых параличах.
36. ЛФК и массаж при нарушениях мозгового кровообращения. ЛФК при инсультах.
37. ЛФК и массаж при остеохондрозах позвоночника (шейном, поясничном).
38. ЛФК и массаж при детских заболеваниях. Реабилитация в педиатрии. ДЦП.
39. ЛФК и массаж для детей с врожденной аномалией развития. Врожденный вывих бедра (ВВБ).
40. ЛФК и массаж в гинекологии и акушерстве. Беременность.

Примечание: Студент выбирает тему для реферата и презентации и готовит познавательное сообщение по изучаемой теме.

Реферат – это, вид научно-исследовательской, учебно-поисковой работы, краткий доклад по заданной (выбранной) теме, обобщающий информацию из разных источников.

Реферат необходимо выполнять в печатном виде. Его объем устанавливается в пределах 25 страниц, но не менее 10 страниц. Текст должен быть набран в редакторе WORD строки располагать через 1,5 интервала, шрифт Times New Roman 14. Нумерация страниц проставляется в нижней части листов по центру. Титульный лист оформляется в соответствии с установленной формой.

Структура реферата:

- титульный лист,
- содержание (оглавление),
- введение,
- основная часть (теоретическое и практическое задания),
- заключение,
- список используемой литературы.

Критерии оценки: оценочное средство - реферат, презентация

– **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 50%.

– **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 50%. 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 недостаточно 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 50%. 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 50%.

7.2.2. Комплект практических заданий:

Вы работаете инструктором – методистом по ЛФК и массажу в стационарных отделениях «Кардиология» и «Пульмонология», с пациентами, имеющими забелевания сердечно-сосудистой системы и органов дыхания. Решите практическую задачу, моделирующую возможную ситуацию из будущей профессиональной деятельности (одна задача на выбор):

Задача 1. Группе пациентов среднего возраста, имеющих диагноз - «Ишемическая болезнь сердца (ИБС)», с клинической формой: атеросклеротический кардиосклероз, рекомендовано посещать кабинет ЛФК и массажа по месту жительства. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу с применением средств ЛФК и массажа для данного контингента, на поликлиническом этапе физической реабилитации.

Задача 2. Вы занимаетесь с группой пациентов, имеющих диагноз - «Ишемическая болезнь сердца (ИБС)», I функционального класса. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу тренирующего режима для больных ИБС на санаторном этапе физической реабилитации.

Задача 3. Вы занимаетесь с группой пожилых пациентов, имеющих диагноз - «Ишемическая болезнь сердца (ИБС)», II функционального класса. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу щадяще-тренирующего режима для больных ИБС, на санаторном этапе физической реабилитации.

Задача 4. Больные ИБС III функционального класса, с проявлениями стенокардии, занимаются по программе щадящего режима санатория. Составьте и обоснуйте применяемые Вами средства ЛФК и методику массажа для данного контингента.

Задача 5. К вам обратился больной А., перенесший инфаркт миокарда (ИМ) и находящийся на стационарном этапе реабилитации. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу для данного больного, используя распределение нагрузки по ступеням активности.

Задача 6. К вам обратился больной В., перенесший инфаркт миокарда (ИМ) и находящийся на санаторном этапе реабилитации. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу для данного больного, используя распределение нагрузки по ступеням активности.

Задача 7. Больной, перенесший ИМ, на диспансерно-поликлиническом этапе относится к категории лиц, страдающих хронической ИБС с постинфарктным кардиосклерозом. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу для данного пациента, используя распределение нагрузки по периодам (щадящий, щадяще-тренировочный, тренировочный, поддерживающий).

Задача 8. К вам обратился больной Б. со II стадией облитерирующего эндотерита. Обоснуйте задачи и разработайте методику реабилитационной программы для данного больного.

Задача 9. К вам обратился больной С. со II степенью варикозного расширения вен. Сформулируйте задачи лечебной гимнастики и определите методы физической реабилитации для данного больного.

Задача 10. Вас пригласили помочь больному, перенесшему операцию на легкое и находящемуся на постельном режиме. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу на весь ранний послеоперационный период.

Задача 11. К вам обратились родственники пожилой женщины в возрасте 70 лет, перенесшей инсульт головного мозга. Результат инсульта – односторонний паралич. Раскройте место ЛФК и массажа в комплексе реабилитационных мероприятий пациентки, для щадяще-тренирующего режима.

Задача 12. К вам обратился больной К., страдающий артритом в подострой стадии. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу для данного больного, описав стадии физической реабилитации.

Задача 13. Вы работаете в группе ЛФК с людьми, страдающими сахарным диабетом легкой и средней тяжести. Определите основные задачи и методы реабилитации для этих людей. Укажите противопоказания для занятий ЛФК для данной категории лиц.

Задача 14. Вы работаете инструктором ЛФК в группе для беременных женщин. Сформулируйте задачи ЛФК и обоснуйте комплекс упражнений и методику массажа для беременных женщин в разные периоды беременности.

Задача 15. Вы работаете в группе ЛФК с людьми, страдающими сахарным диабетом легкой и средней тяжести. Определите основные задачи и методы реабилитации для этих людей. Укажите противопоказания для занятий ЛФК для данной категории лиц.

Задача 16. Вы работаете инструктором ЛФК в группе для беременных женщин. Сформулируйте задачи ЛФК и обоснуйте комплекс упражнений и методику массажа для беременных женщин в разные периоды беременности.

Задача 17. Вы занимаетесь с детьми специальной медицинской группы, имеющими диагнозы "сколиоз I-II степени" и "плоскостопие". Обоснуйте применение методов и средств ЛФК для коррекции нарушений стопы и осанки у детей младшего школьного возраста.

Задача 18. Вы занимаетесь с группой больных, имеющих диагноз – «Гастрит с повышенной секреторной функцией желудка». Составьте и обоснуйте комплекс реабилитационных мероприятий для данной категории лиц.

Задача 19. Составьте и обоснуйте реабилитационную программу для пациента 30 лет, перенесшего заболевание Covid, находящегося на санаторно-курортном лечении.

Задача 20. К вам обратился больной Л., страдающий пояснично-крестцовым радикулитом. Составьте для него и обоснуйте реабилитационную программу.

Примечание: Студент должен продемонстрировать разнообразный набор знаний, умений и компетенций в процессе решения конкретной практической задачи, моделирующей возможную ситуацию из будущей профессиональной деятельности. **План ответа:** начните ответ с определения заболевания/травмы; опишите строение органа/сустава и др.; раскройте причины возникновения и клинические проявления (этиология и патогенез) патологии; разработайте и обоснуйте программу физической реабилитации с использованием средств ЛФК и методик массажа.

Критерии оценки:

- **оценка «отлично»** выставляется студенту, который задание выполняет правильно, хорошо владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, который задание выполняет с одной или двумя ошибками, владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, который задание выполняет с ошибками, недостаточно владеет теоретическим материалом, недостаточно проявляет творческий подход к решению практической задачи;

- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, который задание выполняет с ошибками, не владеет теорией, не проявляет творческий подхода при решении практической задачи.

7.2.3. Перечень дискуссионных тем для круглого стола

1. ЛФК в системе реабилитации больных с профессиональными заболеваниями.
2. ЛФК и массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом.
3. ЛФК и массаж в педиатрии.

4. ЛФК и массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
5. ЛФК и массаж при заболеваниях дыхательной системы.
6. ЛФК и массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
7. ЛФК и массаж при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.
8. ЛФК и массаж при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ.
9. ЛФК и массаж в травматологии и ортопедии (ТБСМ, ампутации конечностей).
10. ЛФК и массаж в хирургии.

Критерии оценки:

- **оценка «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, отлично устанавливает внутрипредметные и межпредметные связи. При дополнительных вопросах студент способен свободно вести диалог, пользуясь современными научными данными;

- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, который полно раскрывает содержание материала в объеме, предусмотренном программой по дисциплине, 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;

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, который недостаточно логично, глубоко, последовательно и осмысленно выстраивает свой ответ, затрудняется в установке внутрипредметных и межпредметных 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 исторических фактов;

- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, который обнаруживает пробелы в знаниях основного программного материала по дисциплине, допускает принципиальные, грубые ошибки в ответах на основные вопросы, проявляет неуверенность и неточность в ответах на дополнительные вопросы.

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 массажа в мире и в России (Китай, Индия, Египет, Греция, Древний Рим, Европа и др.).
2.	Возникновение, становление и развитие ЛФК в мире и в России.
3.	Общие основы ЛФК. Понятие о ЛФК и реабилитации.
4.	Общие основы ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного и реабилитационного действия физических упражнений на организм человека.
5.	Общие основы ЛФК. Средства ЛФК. Общие требования к методике применения физических упражнений.
6.	Общие основы ЛФК. Формы применения ЛФК.

7.	Общие основы ЛФК. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности.
8.	Общие основы ЛФК. Организация работы по ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях. Методы оценки воздействия физических упражнений и эффективности применения ЛФК.
9.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Строение и функции сердечно-сосудистой системы. Эпидемиология и основные симптомы сердечно-сосудистых заболеваний.
10.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
11.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
12.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при атеросклерозе.
13.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при ишемической болезни сердца (ИБС).
14.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при гипертонической болезни (ГБ).
15.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при гипотонической болезни (ГБ).
16.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при нейроциркуляторной дистонии (НЦД).
17.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при пороках сердца.
18.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при облитерирующем эндартериите.
19.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при варикозном расширении вен (ВРН) нижних конечностей.
20.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при инфарктах миокарда.
21.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при стенокардии.
22.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при миокардитах.
23.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при ревматоидном полиартрите.
24.	ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. Строение и функции системы дыхания. Эпидемиология и основные симптомы заболеваний органов дыхания.
25.	ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при бронхитах.
26.	ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при пневмонии.
27.	ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при хронических неспецифических заболеваниях легких (ХНЗЛ) .
28.	ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при бронхиальной астме и бронхоэктатической болезни.
29.	ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при эмфиземе легких.
30.	ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при плеврите и пневмосклерозе.
31.	ЛФК при заболеваниях дыхательной системы. ЛФК при туберкулезе легких.
32.	ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Строение и функции системы пищеварения. Эпидемиология и основные клинические проявления заболеваний желудочно-кишечного тракта (ЖКТ).
33.	ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при гастритах.
34.	ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
35.	ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при дискинезии желчных путей.
36.	ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при хроническом холецистите.

37.	ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. ЛФК при гастроптозе.
38.	ЛФК при заболеваниях системы крови. Строение и функции кровеносной системы. Эпидемиология и основные симптомы заболеваний системы крови.
39.	ЛФК при заболеваниях крови. ЛФК при лейкозе и лимфогрануломатозе.
40.	ЛФК при заболеваниях крови. ЛФК при эритромии и анемии.
41.	ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Строение и функции мочевыделительной системы. Эпидемиология и основные клинические проявления заболеваний мочевыделительной системы.
42.	ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. ЛФК при мочекаменной болезни.
43.	ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. ЛФК при аденоме предстательной железы.
44.	ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. ЛФК при нефроптозе.
45.	ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. ЛФК при пиелонефрите.
46.	ЛФК при заболеваниях почек и мочевыводящих путей. ЛФК при климаксе у мужчин и женщин.
47.	ЛФК при гинекологических заболеваниях.
48.	ЛФК при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ. ЛФК при сахарном диабете.
49.	ЛФК при нарушениях обмена веществ. ЛФК при алиментарной дистрофии.
50.	ЛФК при нарушениях обмена веществ. ЛФК при микседеме (гипотиреозе).
51.	ЛФК при нарушениях обмена веществ. ЛФК при ожирении.
52.	ЛФК при нарушениях обмена веществ. ЛФК при подагре.
53.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата (ОДА). Виды и симптомы травм ОДА. Травматическая болезнь. Методы лечения травм ОДА.
54.	ЛФК в травматологии и ортопедии. Задачи и основные методики ЛФК при травмах ОДА. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
55.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при переломах костей нижних конечностей.
56.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при переломах костей верхних конечностей
57.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при повреждениях и заболеваниях сухожилий.
58.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при заболеваниях суставов. ЛФК артритах.
59.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при заболеваниях суставов. ЛФК при артрозах.
60.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при повреждениях менисков.
61.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при вывихах суставов.
62.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при переломах позвоночника.
63.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при врожденных деформациях.
64.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при остеохондропатии.
65.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при ампутациях конечностей.
66.	ЛФК в травматологии и ортопедии. ЛФК при травмах костей таза.
67.	ЛФК в хирургии. ЛФК при повреждениях кровеносных сосудов.
68.	ЛФК в хирургии. ЛФК при операциях на органах брюшной полости.
69.	ЛФК в хирургии. ЛФК при операциях на органах грудной полости.
70.	ЛФК при заболеваниях и повреждениях центральной и периферической нервной системы. Основные клинические проявления при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
71.	ЛФК при заболеваниях и повреждениях периферической нервной системы. Основные клинические проявления.

72.	ЛФК при травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Виды повреждений спинного мозга. Периоды ТБСМ. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Методика ЛФК в различные периоды ТБСМ.
73.	ЛФК при травмах и заболеваниях центральной и периферической нервной системы. ЛФК при невритах и невралгиях.
74.	ЛФК при травмах и заболеваниях центральной и периферической нервной системы. ЛФК при спастических параличах.
75.	ЛФК при травмах и заболеваниях центральной и периферической нервной системы. ЛФК при вялых параличах.
76.	ЛФК при нарушениях мозгового кровообращения. ЛФК при инсультах.
77.	ЛФК и лечение при остеохондрозах позвоночника (шейном, поясничном).
78.	ЛФК при детских заболеваниях. Реабилитация в педиатрии. Рахит.
79.	ЛФК при детских заболеваниях. Реабилитация в педиатрии. ДЦП.
80.	ЛФК при детских заболеваниях. Реабилитация в педиатрии. Повреждения лицевого нерва. Полиомиелит.
81.	ЛФК для детей с врожденной аномалией развития. Врожденный вывих бедра (ВВБ).
82.	ЛФК для детей с врожденной аномалией развития. Врожденная мышечная кривошея (ВМК).
83.	ЛФК для детей с врожденной аномалией развития. Врожденная косолапость (ВК).
84.	ЛФК в гинекологии и акушерстве. Бесплодие.
85.	ЛФК в гинекологии и акушерстве. Беременность.
86.	ЛФК в системе реабилитации больных с профессиональными заболеваниями. Вибрационная болезнь. Дискинезии.
87.	ЛФК при нарушениях осанки.
88.	ЛФК при сколиозах.
89.	ЛФК при плоскостопии.
90.	Виды массажа. Физиологическое влияние массажа на организм.
91.	Гигиенические основы массажа.
92.	Классификация приемов массажа. Физиология, методика и техника выполнения приемов классического массажа.
93.	Сегментарно-рефлекторный массаж. Точечный, соединительнотканый, периостальный виды массажа.
94.	Формы и методы лечебного массажа. Лечебный массаж в сочетании с физическими методами лечения. Противопоказания.
95.	Особенности методики сеанса массажа в отдельных видах спорта (по выбору).
96.	Самомассаж. Приемы самомассажа. Примерная методика самомассажа отдельных частей тела.
97.	Методика массажа при болях в крестцово-поясничном отделе.
98.	Классификация видов массажа. Аппаратный и комбинированный методы массажа.
99.	Классификация видов спортивного массажа.
100.	Массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом.

7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
8	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, отлично устанавливает внутрипредметные и межпредметные связи. Во время ответа студент держится уверенно и свободно оперирует знанием современных технологий обучения и концепций, используемых в физической культуры, адаптивной физической культуры, спорта и туризма, умеет сравнивать и оценивать различные научные подходы, выделять неизученные аспекты, возникающие противоречия, перспективы развития в сфере физической культуры, адаптивной физической культуры, спорта и туризма, может подтвердить теоретические положения примерами. При дополнительных вопросах студент способен свободно вести диалог, пользуясь современными научными данными. Выполнил задания текущего контроля.
		«хорошо»	Выставляется студенту, который полно раскрывает содержание материала в объеме, предусмотренном программой по дисциплине, 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 и свободно устранять замечания по отдельным вопросам. Выполнил задания текущего контроля частично.
		«удовлетворительно»	Выставляется студенту, который недостаточно логично, глубоко, последовательно и осмысленно выстраивает свой ответ, затрудняется в установке внутрипредметных и межпредметных 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.
		«неудовлетворительно»	Выставляется студенту, который обнаруживает пробелы в знаниях основного программного материала по дисциплине, 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.	Попов В. И.	Лечебная физическая культура при остеохондрозе позвоночника у студентов	учебно-методическое пособие	2021	ЭБС "IPRbooks"
2.	Парамонова Д. Б.	Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов	учебно-методическое пособие	2020	ЭБС "IPRbooks"
3.	Глазина Т. А.	Лечебная физическая культура	практикум	2020	ЭБС "IPRbooks"
4.	Налобина А. Н.	Основы классического массажа	учебное пособие	2019	ЭБС "IPRbooks"
5.	Налобина А. Н.	Лечебная физическая культура и массаж в детской неврологии	учебное пособие	2019	ЭБС "IPRbooks"
6.	Налобина А. Н.	Основы массажа. Спортивный массаж.	учебное пособие	2019	ЭБС "IPRbooks"
7.	Куршев А. В.	Лечебный массаж для студентов вузов, имеющих отклонения в состоянии здоровья	учебное пособие	2018	ЭБС "IPRbooks"
8.	Токарь Е. В.	Лечебная физическая культура	учебное пособие	2018	ЭБС "IPRbooks"
9.	Усакова Н. А.	Точечный массаж для начинающих	учебное пособие	2018	ЭБС "IPRbooks"
10.	Глазина Т. А.	Лечебная физическая культура	учебное пособие	2017	ЭБС "IPRbooks"
11.	Вайнер Э. Н.	Лечебная физическая культура	учебник	2016	ЭБС "IPRbooks"
12.	Стельмашонок В. А.	Основы реабилитации, физиотерапии, массажа и лечебной физкультуры	учебное пособие	2015	ЭБС "IPRbooks"
13.	Никитушкин В. Г.	Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта	учебник	2013	ЭБС "IPRbooks"
14.	Зиямбетов В. Ю.	Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры	учебно-методическое пособие	2015	ЭБС «IPRbooks»

15.	Валкина Н. В.	Теория и методика проведения тестов для определения уровня физической подготовленности студентов, занимающихся физической культурой и спортом	учебно-методическое пособие	2015	ЭБС «IPRbooks»
16.	Токарева А. В.	Самоконтроль и методы оценки физического и функционального состояния студентов	учебное пособие	2016	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
1.	Белокрылов Н. М.	Лечебная физическая культура в ортопедии и травматологии	учебник	2015	ЭБС «IPRbooks»
2.	Бурханов А. И.	Лечебная физическая культура	учебно-методическое пособие	2015	Репозиторий ТГУ
3.	Егорова С.А.	Лечебная физкультура и массаж	учебное пособие	2014	ЭБС «IPRbooks»

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- 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.
- SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. 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://e.lanbook.com/>
 - <https://dspace.tltsu.ru/>
 - <http://www.studentlibrary.ru/>
 - <https://new.znaniium.com/>
 - <http://www.iprbookshop.ru/>

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acadmс	договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно; контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно
2	Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition	договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно
3	Mirapolis Human Capital Management	лицензионный договор № 1256 от 15.12.2023, срок действия – до 31.12.2024 включительно

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-125)	Парты (моноблок) двухместные; стол преподавательский ; стул, доска аудиторная; проектор.
2	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. 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-213)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет
4	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 ученические, доска аудиторная
5	Лаборатория "Функциональная диагностика и физическая реабилитация" (У-321а)	Массажные столы; стол преподавательский стул преподавательский; ширма .