

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Тетюшский государственный колледж гражданской защиты»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАПОУ
«Тетюшский государственный колледж
гражданской защиты»
Адаева Т.Ю.
29.08.2022 г



ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОПД.06 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА

для специальности 49.02.01 Физическая культура

3 курс, приём 2022 г.

2024-2025 уч. год

2022 г.

Программа учебной дисциплины ОПД.06 Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 Физическая культура (базовая подготовка), утвержденного приказом Минобрнауки России от 27.10.2014 г, №1355.

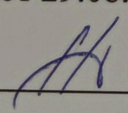
Организация-разработчик:

ГАПОУ «Тетюшский государственный колледж гражданской защиты»

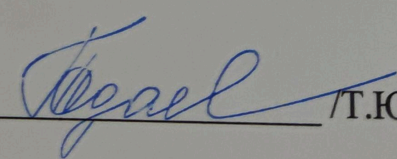
Разработчики:

1. Какунин В.В. преподаватель ГАПОУ «Тетюшский государственный колледж гражданской защиты»

Рассмотрена и одобрена на заседании предметно-цикловой комиссии ФВ и ОБЖ ГАПОУ «Тетюшский государственный колледж гражданской защиты», протокол № 1, от 29.08.2022 г

председатель ПЦК:  /А.В. Ибрагимов/

Рекомендована педагогическим советом ГАПОУ «Тетюшский государственный колледж гражданской защиты», протокол №1 от 29.08.2022 г

председатель педагогического совета:  /Т.Ю. Адаева/

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура. Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке работников в области физической культуры и ОБЖ при наличии среднего (полного) общего образования. Опыт работы не требуется.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина является частью цикла общепрофессиональных дисциплин (ОП.04.) основной профессиональной образовательной программы по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 «Физическая культура» базовой и углубленной подготовки.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Цель подготовки по данной учебной дисциплине – состоит в достижении студентами уровня знаний, необходимого в дальнейшем для эффективной профессиональной деятельности, в том числе научить студентов проводить медицинское обследование различных контингентов населения для допуска их к занятиям физической культурой и спортом; на основании знания механизмов восстановления и компенсации нарушенных функций при различных заболеваниях, обучить студентов назначению средств лечебной физкультуры на стационарном и поликлиническом этапах восстановительного лечения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности;

- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в ЛФК;
- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
- основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по ЛФК и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

Содержание учебной дисциплины направлено на достижение следующих личностных результатов

ЛР 3 Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих

ЛР 4 Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионально конструктивного «цифрового следа»

ЛР 9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 198 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 132 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 66 часов;
- лабораторных и практических занятий 80 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	198
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	132
В форме практической подготовки	64
В том числе:	
теоретические занятия	52
практические занятия	80
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	66
В том числе:	
домашняя работа (выполнение домашних заданий в рабочих тетрадях, упражнений и решение морфо-функциональных задач, подготовка наглядно-дидактического материала, составление тестовых заданий, работа с банком тестов)	33
работа с учебной литературой конспектирование, выполнение реферативных работ, поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ, подготовка мультимедийных презентаций творческих работ.	33
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы врачебного контроля ЛФК и массажа

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел № 1.	Введение в предмет.		
Тема 1. Основы врачебного контроля, ЛФК и массажа.	Содержание учебного материала 1. Возникновение, становление и развитие ЛФК в мире и в России. 2. Развитие ЛФК в мире 3. Возникновение ЛФК в мире 4. Становление ЛФК в мире	4	2
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Подготовка дидактического материала. Выполнение заданий в рабочей тетради.	5	
Раздел № 2.	Врачебный контроль.		
Тема 2.1. Врачебный контроль на занятиях физическими упражнениями.	Содержание учебного материала 1. Соответствие гигиенических норм к условиям занятий физической культурой. 2. Общие гигиенические требования к условиям занятий физической культурой и спортом. 3. Температурный режим при занятиях физической культурой 4. Гигиена спортивных сооружений, гигиена одежды и обуви).	4	2
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Подготовка дидактического материала. Составление тестовых заданий. Подготовка мультимедийных презентаций творческих работ.	5	
Раздел № 3.	Массаж.		2
Тема 3.1. Классификация массажа.	Содержание учебного материала 1. Классический массаж, гигиенический (общий и локальный), лечебный (при травмах и заболеваниях), 2. Реабилитационный массаж (для восстановления физической	4	

	работоспособности), массаж при реанимации, спортивный массаж (для снятия утомления и повышения функционального состояния спортсменов), 3. сегментарно-рефлекторный массаж (при воздействии на рефлекторные зоны кожи), 4. Косметический массаж (при уходе за нормальной кожей) и самомассаж, восточный массаж, аппаратный массаж и др.		
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Конспект дополнительной литературы по теме. Подготовка дидактического материала. Поиск и обзор электронных источников информации для выполнения творческих работ.	5	
Тема 3.2. Основные виды и приемы массажа.	Содержание учебного материала	4	2
	1. Лечебные виды массажа. Лечебный и спортивный массаж. Гигиенические основы массажа (помещение и инвентарь), требования к массажисту и массируемому, поза массируемого. 2. Смазывающие средства. Противопоказания к массажу. 3. Техника и методика выполнения массажных приемов. Механизм физиологического влияния массажных приемов на организм. 4. Виды спортивного массажа. Особенности проведения спортивного массажа.		
	Практическое занятие. 1-2 Выполнение приемов массажа на студентах учебной группы, массаж отдельных частей тела. 3-4 Выполнение приемов массажа на студентах учебной группы, массаж отдельных частей тела. 5-6 Выполнение приемов массажа на студентах учебной группы, массаж отдельных частей тела. 7-8 Выполнение приемов массажа на студентах учебной группы, массаж отдельных частей тела.	11	

	9-10 Выполнение приемов массажа на студентах учебной группы, массаж отдельных частей тела. 11. Выполнение приемов массажа на студентах учебной группы, массаж отдельных частей тела.		
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Подготовка дидактического материала. Составление тестовых заданий. Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ.	5	
Раздел № 4 Тема 4.1. Значение ЛФК в лечении заболеваний и травм.	Лечебная физическая культура.	4	
	Содержание учебного материала 1. Понятие об ЛФК. 2. Особенность ЛФК по сравнению с другими методами лечения и реабилитации. 3-4. ЛФК – метод восстановительной терапии, способствующий медицинской, социальной и трудовой реабилитации.		
	<u>Самостоятельная работа студентов:</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Оформление санбюлетеней. Подготовка дидактического материала. Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ. Составление и решение ситуационных задач.		
Тема 4.2. Контроль за переносимостью процедур ЛФК.	Содержание учебного материала	4	2
	1. Физиологическая кривая на занятиях ЛФК, визуальные признаки утомления. 2. Определение частоты дыхания. 3. Особенности исследования сердечно-сосудистой системы. 4. Контроль за изменениями клинических показателей и функционального состояния.		

	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Оформление санбюлетеней. Подготовка дидактического материала. Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ. Составление и решение ситуационных задач.	6	
Тема 4.3. Механизмы лечебного воздействия физических упражнений.	Содержание учебного материала	4	2
	1. Механизмы лечебного действия физических упражнений: тонизирующее влияние, трофическое действие, механизм формирования компенсаций и нормализация функций 2. Общие требования к методике применения физических упражнений, принципы применения физических упражнений. 1. Дозировка и оценка величины нагрузки, критерий допустимости нагрузок. 2. Методические приемы дозирования физических нагрузок.		
	<u>Самостоятельная работа студентов:</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Подготовка к контрольной работе. Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ. Подготовка мультимедийных презентаций творческих работ. Составление кроссвордов. Составление тестовых заданий.		
Тема 4.4. Средства, формы и методы занятий ЛФК.	Содержание учебного материала	4	2
	1. Основные средства ЛФК 2. Классификация физических упражнений: гимнастические, спортивно-прикладные игры, естественные факторы, массаж. 3-4. Периоды ЛФК, соответствующие им режимы двигательной активности.		
	Практическое занятие 1-2. Дополнительные средства: трудотерапия, механотерапия, формы ЛФК		

	3-4 Дополнительные средства: трудотерапия, механотерапия, формы ЛФК 5-6 Дополнительные средства: трудотерапия, механотерапия, формы ЛФК 7-8 Дополнительные средства: трудотерапия, механотерапия, формы ЛФК 9-10 Дополнительные средства: трудотерапия, механотерапия, формы ЛФК 11 Дополнительные средства: трудотерапия, механотерапия, формы ЛФК Дополнительные средства: трудотерапия, механотерапия, формы ЛФК	11	
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ. Подготовка мультимедийных презентаций творческих работ.	6	
Тема 4.5. ЛФК при травмах. Методика ЛФК при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	<u>Содержание учебного материала</u>	4	2
	1. Ликвидация возникших осложнений при атрофии мышц, контрактуры, и метаболизма тканей. 2. ЛФК при повреждении верхних и нижних конечностей. 3. ЛФК при артрозах, повреждении связок. 4. ЛФК при повреждении позвоночника.		
	Практическое занятие 1-2. Выбор упражнений ЛФК с учетом места и характера травматического повреждения. 3-4. Подбор оптимальных тренировочных режимов для поврежденных и здоровых конечностей с целью улучшения кровообращения и лимфооттока, поддержания мышечного тонуса в зафиксированных конечностях. 5-7. Особенности методики ЛФК при переломах позвоночника и костей таза. Остеохондроз и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков. 8-10. Дефекты осанки и отклонения в физиологических изгибах позвоночника. ЛФК и массаж при плоскостопии. Методика лечебной физкультуры и формы занятий при деформациях стопы (плоскостопии, косолапости). 11-12. Общие данные о деформациях стопы, причинах и механизмах		12

	формирования плоскостопия. Виды сколиозов, их причина, характеристика, методы лечения.		
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Составление ситуационных задач. Подготовка наглядно-дидактического материала. Составление тестовых заданий. Составление кроссвордов.	5	
Тема 4.6. Методика ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Методика ЛФК при заболеваниях внутренних органов.	Содержание учебного материала		2
	1. Использование ЛФК и массажа для улучшения состояния верхних дыхательных путей, проходимости носоглотки, бронхов, 2. Использование ЛФК и массажа для нормализации потребления кислорода тканями организма, улучшения функции межреберных мышц и диафрагмы, нормализации диффузионной способности легких, улучшения общего газообмена. 3. Авторские методики дыхательных упражнений. 4. Особенности методике ЛФК при бронхите, пневмонии, бронхиальной астме.	4	
	Практическое занятие 1-2. Врачебно-педагогический контроль за переносимостью физических нагрузок. 3-4. Использование упражнений ЛФК в качестве общетонизирующего средства 5-6.Использование упражнений ЛФК для стимуляции крово- и лимфообращения 7-8.Использование упражнений ЛФК для стимуляции перистальтики, улучшения секреторной функции. 9-10. Особенности методики ЛФК при гастритах, язвенной болезни желудка. 11-12 Особенности методики ЛФК при хроническом холецистите.	12	
	<u>Самостоятельная работа студентов</u>	5	

	Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ. Конспектирование учебной литературы. Работа с банком тестов.		
Тема 4.7. Методика ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Содержание учебного материала		2
	1-2. Улучшение кровообращения в органах и тканях под влиянием упражнений ЛФК. 3-4. Влияние умеренных мышечных нагрузок на микроциркуляцию мышечного кровотока, состояние тканей опорно-двигательного аппарата.	4	
	Практическое занятие 1-2. Профилактическая роль упражнений. 3-4. ЛФК при повышенном риске ишемической болезни сердца, 5-6. ЛФК при повышенном риске ишемической болезни сердца атеросклерозе, 7-8. ЛФК при повышенном риске ишемической болезни сердца нарушениях биохимического состава и свертывающей функции крови 9. Снижение сосудистого тонуса, механизм перераспределения кровяного потока по организму. 10. Нормализация деятельности нервной системы, эндокринных желез, функции почек. 11-12. Снижается возбудимость нервно-мышечного аппарата сосудистой стенки.	12	
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ. Составление тестовых заданий. Составление ситуационных задач.	5	
Тема 4.8. ЛФК при заболеваниях	Содержание учебного материала		2
	1-2. Общие данные о патологии, причины заболеваний и травм периферической центральной нервной системы, характеристика заболеваний. 3-4. Особенности методики ЛФК при невритах, радикулитах, плекситах.	4	

нервной системы	Практическое занятие 1-2.Показания и противопоказания к занятиям ЛФК при заболеваниях. 3-4.Показания и противопоказания к занятиям ЛФК при заболеваниях. 5-6.Показания и противопоказания к занятиям ЛФК при заболеваниях. 7-8.Оказание и противопоказания к занятиям ЛФК при и травмах центральной нервной системы. 9-10.Оказание и противопоказания к занятиям ЛФК при и травмах центральной нервной системы. 11.Оказание и противопоказания к занятиям ЛФК при и травмах центральной нервной системы.		11	
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ. Подготовка мультимедийных презентаций творческих работ.		5	
Раздел № 5. Тема 5.1. Особенности коррекции нарушений физического развития в состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе.	Работа с детьми с ослабленным здоровьем.		4	2
	Содержание учебного материала 1. Организация физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем. 2. Формы проведения физических занятий с детьми. 3. Общие рекомендации по физическому воспитанию школьников. 4. Распределение школьников по группам: основная, подготовительная, специальная.			
	Практическое занятие 1-2.Освоение методов дозировки 3-4.Освоение методов дозировки 5-6. Освоение методов контроля за переносимостью нагрузок 7-8.Освоение методов контроля за переносимостью нагрузок 9-11. Освоение методов определения толерантности к нагрузке.		11	
	<u>Самостоятельная работа студентов</u> Выполнение заданий в рабочей тетради. Конспектирование учебной литературы.		4	

	Работа с банком тестов. Составление кроссвордов.		
	Всего:	198	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 - ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств).
- 2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством).
- 3 - продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Анатомии, физиологии, гигиены и ЛФК.

Оборудование учебного кабинета «Анатомии, физиологии, гигиены и ЛФК»:

Мебель и стационарное оборудование

Шкаф для хранения учебно-наглядных пособий, приборов,

Классная доска

Стол для преподавателя

Стул для преподавателя

Столы для студентов

Стулья для студентов

Кушетки для массажа.

Гимнастическая дорожка.

Гимнастические мячи, обручи, скакалки.

Весы, ростомер.

Технические средства обучения:

Телевизор

DVD проигрыватель

Компьютер

Мультимедийная установка

Учебно-наглядные пособия:

Таблицы (плакаты) по темам

Видеофильмы

Обучающие компьютерные программы

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Попов, С. Н. Лечебная физическая культура : учеб. для высш. учеб. заведений / С. Н. Попов, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасева и др. ; под ред. С. Н. Попова. - М. : Академия, 2011. - 416 с.

2. Попов, С. Н. Физическая реабилитация : учеб. для высш. учеб. заведений / С. Н. Попов ; под ред. С. Н. Попова. - Изд. 2-е, испр. и доп. – Ростов н/Д. : Феникс, 2004. – 608 с.

3. Бирюков, А. А. Лечебный массаж : учебник для вузов / А. А. Бирюков. – Изд. 2-е испр. и доп. - М. : Академия, 2007.- 360 с.

Дополнительная литература:

1. Белая, Н.А. Лечебная физкультура и массаж : учебно-методическое пособие для медицинских работников / Н. А. Белая. – Изд. 2-е, испр. и доп.- М. : Советский спорт, 2004.- 270 с.
2. Ванина, О. Г Использование оздоровительного фитнеса в занятиях с женщинами в возрасте 30-60 лет / О. Г. Ванина, Л. П. Канакова // Актуальные вопросы безопасности, здоровья при занятиях спортом и физической культурой. - Томск, 2003.- С. 257-260
3. Велитченко, В. К. Физкультура для ослабленных детей : методическое пособие для дошкольных, общеобразовательных и дополнительных образовательных учреждений / В. К. Велитченко. - М. : Терра-Спорт, 2000. – 165 с.
4. Верхало, Ю. Н. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов / Ю. Н. Верхало. - М. : Советский спорт, 2004. - 531 с.
5. Дубровский, В. И. Массаж : учебник для средних и высших учебных заведений / В. И. Дубровский. – Изд. 3-е, испр. и доп. - М. : ВЛАДОС, 2004. – 494 с.
6. Лечебная физическая культура: справочник / В. А. Епифанов, Д. М. Аронов, Н. А. Белая. – Изд. 2-е, испр. и доп. - М. : Медицина, 2004. - 587 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения: взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно- педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; - проводить простейшие функциональные пробы; осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно- спортивных мероприятий и занятий; - на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой; - использовать основные приемы массажа и самомассажа; Усвоенные знания: - цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; - назначение и методику проведения простейших функциональных проб; - основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности. значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; - средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в ЛФК; - показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК; - основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно- двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по ЛФК и массажу; - понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа.	Текущий контроль: - письменный опрос - собеседование - компьютерное тестирование - решение ситуационных задач - оценка точности и полноты выполнения индивидуальных домашних заданий, заданий в рабочей тетради и заданий по практике - наблюдение за процессом выполнения заданий по практике Итоговый контроль – зачет, который рекомендуется проводить по окончании изучения учебной дисциплины. Зачет включает в себя контроль усвоения теоретического материала (в виде тестирования) и контроль усвоения практических умений. Критерии оценки итогового экзамена: — уровень усвоения студентами материала, предусмотренного учебной программой дисциплины; — обоснованность, четкость, полнота изложения ответов; — уровень информационно-коммуникативной культуры.

Разработчики:

ГАОУ СПО
колледж»

Преподаватель ФВ

В.В.Какунин «Тетюшский пед.

Эксперты:

«Аннотация»

1. Цель дисциплины: – состоит в достижении студентами уровня знаний, необходимого в дальнейшем для эффективной профессиональной деятельности, в том числе научить студентов проводить медицинское обследование различных контингентов населения для допуска их к занятиям физической культурой и спортом; на основании знания механизмов восстановления и компенсации нарушенных функций при различных заболеваниях, обучить студентов назначению средств лечебной физкультуры на стационарном и поликлиническом этапах восстановительного лечения.

Задачи дисциплины:

- сформировать знания теоретико-методических аспектов создания комплексов лечебной физической культуры при различных нарушениях состояния здоровья и реабилитации после травм;
- ознакомить с теоретическими основами лечебного действия и правилами проведения различных видов и приемов массажа;
- привить навыки практической деятельности использования лечебной физической культуры и массажа для первичной профилактики заболеваний, травм и реабилитационных мероприятий.

2. Место дисциплины в структуре ООП:

«Лечебная физическая культура и массаж» является дисциплиной обязательной части профессионального учебного цикла.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способен использовать знания о современной естественнонаучной картине мира в образовательной и профессиональной деятельности, применять методы математической обработки информации, теоретического и экспериментального исследования ;
- готов использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья ;
- владеет основными методами защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий ;
- способен нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности;
- способен применять современные методы диагностирования достижений обучающихся и воспитанников, осуществлять педагогическое сопровождение процессов социализации и профессионального самоопределения обучающихся, подготовки их к сознательному выбору профессии ;
- готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности ;
- владеет умениями и навыками, связанными с ними теоретико-методическими, медико-биологическими, психологическими, нормативно-правовыми, социально-экономическими и др. знаниями и готов к их практической реализации в избранной сфере профессиональной деятельности;

- использует ценностный потенциал физической культуры и спорта для направленного формирования духовно-нравственной сферы личности, морально-волевых и социально-значимых качеств, воспитания патриотизма;

- способен осуществить комплекс мероприятий по санитарно-гигиеническому обеспечению, предупреждению заболеваний, профилактике травматизма, выявить первые признаки неотложных состояний и оказать доврачебную помощь;

- владеет актуальными для физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности технологиями педагогического контроля, средствами и методами управления и коррекции состояния человека; способен оценить функциональное состояние занимающегося для подбора адекватной физической нагрузки и ее соответствия текущему состоянию;

- умеет осуществлять научные исследования по актуальным проблемам физической культуры и спорта, с использованием, как апробированных методик, так и современных научных технологий, средств и методов сбора, обобщения, обработки полученного фактологического материала, проводить анализ и на их основе формулировать практические рекомендации для реализации в избранной сфере деятельности;

В результате изучения студент должен:

знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- основы использования данных врачебного контроля в практической профессиональной деятельности;
- значение лечебной физической культуры в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий лечебной физической культурой, классификацию физических упражнений в ЛФК;
- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
- основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по ЛФК и массажу;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

уметь:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;
- осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий;
- на основе медицинских заключений и под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой;

- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

владеть:

- методами и организацией комплексного физиологического и психолого-педагогического контроля состояния организма при нагрузках ЛФК;

- методами организации научно-исследовательской работы по ЛФК.

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы.

Содержание учебной дисциплины / ОПД.06 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО
КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА
направлено на достижение следующих личностных результатов

- ЛР 1 Осознающий себя гражданином и защитником великой страны
- ЛР 2 Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций
- ЛР 3 Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих
- ЛР 4 Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях
- ЛР 5 Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
- ЛР 6 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
- ЛР 7 Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры
- ЛР 8 Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания