

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»



УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор БГПУ

С.И.Коптева

Регистрационный № УД-33-03-96-2018/уч.

ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Учебная программа учреждения высшего образования

по учебной дисциплине для специальности:

1-88 01 01 Физическая культура

направления специальности:

1-88 01 01-01 Физическая культура (лечебная)

2018 г.

Учебная программа составлена на основе типовой учебной программы «Теория и организация лечебной физической культуры» учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», утверждена 07.09.2015, регистрационный № ТД-297/тип.

СОСТАВИТЕЛИ:

Н.Г.Соловьёва, заведующий кафедрой медико-биологических основ физического воспитания, кандидат биологических наук, доцент;
В.И.Тихонова, старший преподаватель кафедры медико-биологических основ физического воспитания;
С.М.Скакун, инструктор по ЛФК высшей категории ГУ «Республиканский научно-практический центр спорта».

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой медико-биологических основ физического воспитания
(протокол № 10 от 29.05.2018 г.)

Заведующий кафедрой

 Н.Г. Соловьёва

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»
(протокол №5 от 19.06.2018 г.)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует.

Методист учебно-методического
отдела БГПУ

 Е.А. Кравченко

Ответственный за редакцию: В.И. Тихонова

Ответственный за выпуск: В.И. Тихонова

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа по учебной дисциплине «Теория и организация лечебной физической культуры» разработана на основе типовой учебной программы «Теория и организация лечебной физической культуры» учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», образовательного стандарта ОСВО 1-88 01 01-2013 и учебного плана учреждения высшего образования по направлению специальности 1-88 01 01-01 Физическая культура (лечебная) и предназначена для реализации на первой ступени высшего образования в рамках специальных дисциплин.

Учебная программа по учебной дисциплине «Теория и организация лечебной физической культуры» признана обеспечить профессиональную направленность образовательного процесса с учетом потребностей организаций образования и воспитания в педагогических кадрах, владеющих необходимыми компетенциями в области физической культуры для работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

Цель учебной дисциплины: формирование у студентов системы специальных знаний, умений и навыков по использованию средств, методов и форм лечебной физической культуры (далее – ЛФК) в процессе педагогической деятельности в области физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Задачи учебной дисциплины:

- формирование системы знаний о факторах, влияющих на здоровье, и наиболее общих механизмах развития заболеваний;
- раскрытие сущности лечебной физической культуры и возможных путей ее использования в образовательном процессе;
- формирование у студентов системы фундаментальных знаний в области теории и организации лечебной физической культуры;
- ознакомление и формирование у студентов способов деятельности по использованию средств, методов, методик, восстановительных технологий в процессе занятий лечебной физической культурой с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья;
- формирование у студентов познавательной активности, стремления к творчеству, интереса к проблемам лечебной физической культуры.

Учебный план обеспечивает широкий круг знаний в области психолого-педагогических и медико-биологических наук. Учебная программа составлена с учетом последовательной реализации внутри- и междисциплинарных связей, базовыми учебными дисциплинами по курсу «Теория и организация лечебной физической культуры» являются: «Анатомия», «Физиология», «Теория и методика физического воспитания», «Биомеханика».

Изучение учебной дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры» должно обеспечить формирование у студентов академических, социально-личностных и профессиональных компетенций.

Требования к академическим компетенциям

Студент должен:

- АК-1. Уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач.

- АК-2. Владеть системным и сравнительным анализом.
- АК-4. Уметь работать самостоятельно.
- АК-7. Иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой с компьютером.

Требования к социально-личностным компетенциям специалиста

Студент должен:

- СЛК-2. Быть способным к социальному взаимодействию.
- СЛК-4. Владеть навыками здоровьесбережения.

Требования к профессиональным компетенциям

Студент должен:

- ПК-1. Формировать физическую культуру личности.
- ПК-2. Формировать гуманистическое мировоззрение, нравственное сознание и нравственное поведение.
- ПК-3. Воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности.
- ПК-4. Формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания.
- ПК-5. Использовать приемы формирования мотивации к занятиям физическими упражнениями.
- ПК-6. Осваивать и использовать современные научно обоснованные методики физического воспитания.
- ПК-7. Работать с научно-методической литературой.
- ПК-8. Дифференцировать и индивидуализировать физические нагрузки.
- ПК-9. Выбирать и использовать средства и методы физической культуры.
- ПК-10. Контролировать и анализировать эффективность занятий физическими упражнениями.
- ПК-11. Осуществлять планирование, организацию и контроль образовательного процесса, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности.
- ПК-12. Работать с нормативными правовыми актами и другими документами.
- ПК-13. Составлять методическую, планирующую и отчетную документацию по установленным формам.
- ПК-14. Анализировать и оценивать собранные данные.
- ПК-15. Взаимодействовать со специалистами смежных профилей.
- ПК-16. Вести переговоры с другими заинтересованными участниками.
- ПК-17. Готовить доклады и материалы к презентациям.
- ПК-18. Пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций.
- ПК-19. Анализировать и проектировать образовательный процесс, организационно-управленческую, спортивную, учебную и физкультурно-оздоровительную деятельность.
- ПК-20. Анализировать перспективы и направления развития спорта и физического воспитания.
- ПК-21. Квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта.
- ПК-22. Использовать в процессе научных исследований в области физической культуры и спорта знания смежных дисциплин.
- ПК-23. Использовать в научных исследованиях современные информационные технологии.
- ПК-24. Разрабатывать методики коррекции и восстановления с учетом результатов

научно-исследовательских работ.

- ПК-25. Выбирать эффективный критерий оптимального дозирования физической нагрузки.
- ПК-26. Формировать знания, двигательные умения и навыки.
- ПК-27. Осуществлять направленное развитие двигательных способностей.
- ПК-28. Нормировать и контролировать физическую нагрузку.
- ПК-29. Организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия.
- ПК-30. Организовывать активный отдых средствами физической культуры и спорта.
- ПК-31. Обеспечивать безопасное проведение занятий физическими упражнениями.
- ПК-32. Осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и туризма, здорового образа жизни.
- ПК-33. Организовывать и проводить разнообразные формы занятий физической культурой у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом пола, возраста и уровня физического состояния.
- ПК-34. Разрабатывать авторские лечебно-профилактические программы занятий, уроков физической культуры (физкультурных занятий) с учетом контингента занимающихся, условий образовательной среды.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен

знать:

- виды, критерии здоровья и факторы, его определяющие;
- причины развития предпатологических состояний и заболеваний;
- основы общей патологии;
- теоретические и организационно-методические основы лечебной физической культуры;
- анатомио-функциональную характеристику работы мышц различных частей тела;
- особенности направленного развития физических качеств у занимающихся лечебной физической культурой;
- методику проведения тестов и проб, применяемых при обследовании больных в целях кинезотерапии;

уметь:

- выявлять факторы, определяющие здоровье человека;
- определять причины развития предпатологических состояний и заболеваний;
- выделять нормальные физиологические процессы как основу компенсаторно-приспособительных реакций;
- выбирать основные средства, формы, двигательные режимы в соответствии с задачами лечебной физической культуры;
- оценивать физическое развитие, объем движений в суставах, тестировать физические качества, проводить функциональное исследование основных систем организма;
- составлять комплекс лечебной гимнастики в целях общей и специальной тренировки;

владеть:

- навыками подбора основных средств, форм и двигательных режимов в лечебной физической культуре;

– навыками составления комплексов специальных упражнений и планов-конспектов занятий лечебной гимнастикой;

– навыками проведения тестирования при обследовании больных в целях кинезотерапии.

Освоение учебного материала по учебной дисциплине «Теория и организация лечебной физической культуры» осуществляется в процессе лекционных, практических и семинарских занятий, дополняемых самостоятельной работой студентов.

На лекциях студенты формируют представления и знания по теоретическим аспектам ЛФК. Используются современные учебно-информационные ресурсы (компьютерные презентации учебного материала, видеофильмы), элементы проблемного обучения (проблемное изложение, частично-поисковый метод), коммуникативные технологии (дискуссия, учебные дебаты, экспресс-опросы и др.).

На семинарских занятиях проверяются и углубляются знания материала лекционного курса, а также контролируется и оценивается самостоятельная работа студентов.

На практических занятиях закрепляются знания, используются методики активного обучения для стимуляции познавательной и самостоятельной деятельности студентов с целью формирования их социально-личностных и профессиональных компетенций. Что предполагает решение ситуационных задач, составление и проведение комплексов лечебной гимнастики, их методический анализ. Освоение методов врачебно-педагогического контроля и оценки эффективности занятий при различных заболеваниях и травмах. Практические занятия, связанные с работой в лечебных и физкультурно-оздоровительных учреждениях, проводятся в подгруппах из расчета 12-15 человек.

Самостоятельная работа студентов заключается в изучении научно-методической литературы и нормативной документации, их реферировании; подготовке сообщений, тематических докладов, рефератов, презентаций; выполнении практических заданий, подготовке к зачетам и экзаменам.

Форма получения высшего образования – очная (дневная).

В соответствии с учебным планом на изучение учебной дисциплины отводится 660 часов, из них аудиторные – 304 часа и самостоятельная работа студентов – 248 часов и 108 часов экзамены.

Название учебной дисциплины	Се м е стр	Часы					Самостоя тельная (внеаудит орная) работа	Форма текущей аттестац ии	Зачет ные един ицы
		Всего	Ауди торны е	Часы (аудиторные)					
				Лекции	Практическ ие	Семинарские			
Теория и организация лечебной физической культуры	1	130	74	24	38 (из них 8ч УСРС)	12	56	зачет	3,5
	2	200	80	10	64 (из них 6ч УСРС)	6	84	экзамен (36ч)	5
	3	180	82	18	58 (из них 4ч УСРС)	6	62	экзамен (36ч)	5
	4	64	42	8	28 (из них 4ч УСРС)	6	22	зачет	1,5
	5	86	26	12	10 (из них 2ч УСРС)	4	24	экзамен (36ч)	2
	Всего:	660	304	72	198	34	248 часов	экзамены (108часов)	17

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

Лечебная физическая культура – один из важнейших компонентов лечения больных, восстановления их работа- и трудоспособности. Предмет, объект, цель, задачи, содержание лечебной физической культуры. Краткая история применения лечебной физической культуры, значение в реабилитации больных и спортсменов.

Исторические аспекты применения физических упражнений в лечении и профилактике болезней и травм. Понятие «Лечебная физическая культура» и краткий исторический очерк ее развития

Раздел 1 ЗДОРОВЬЕ И ЕГО СОСТАВЛЯЮЩИЕ

Тема 1.1 Виды и характеристика здоровья

Определение понятия «здоровье». Виды и критерии здоровья. Общественное и индивидуальное здоровье. Образ жизни, его категории и характеристика. Характеристика здорового образа жизни и его роль в формировании здоровья. Составляющие здорового образа жизни и их характеристика.

Тема 1.2 Факторы, влияющие на здоровье

Социальное и биологическое в формировании и развитии человека. Генетические основы формирования ребенка. Факторы внешней среды, обеспечивающие нормальное развитие ребенка. Конституция и предрасположенность к различным заболеваниям. Факторы биологической и социальной адаптации.

Тема 1.3 Общие принципы определения индивидуального здоровья

Характеристика индивидуального здоровья. Факторы, влияющие на индивидуальное здоровье. Значение изучения деятельности различных органов и систем в кинезотерапии. Методы обследования занимающегося ЛФК.

Тема 1.4 Здоровье и факторы его определяющие (семинар по темам 1.1–1.3)

Раздел 2 ОСНОВЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Тема 2.1 Принципы рационального питания

Концепция сбалансированного питания, ее принципы и их реализация. Функции и обмен макрокомпонентов питания (белки, жиры, углеводы). Представление о различных системах питания. Структура питания и ее виды. Оценка адекватности питания.

Тема 2.2 Краткие сведения о биологической активности микрокомпонентов пищи

Понятия «Нутрициология», «Нутрицевтики». Классификация пищевых веществ. Соотношение микро-и макрокомпонентов в здоровой пище. Связь качественного состава пищи и уровня заболеваемости и смертности. Биологическая роль, симптомы недостаточности, источники содержания витаминов и микроэлементов. Их роль в питании детей разного возраста, взрослых, пожилых людей, беременных женщин и спортсменов. Пищевые волокна как необходимый компонент пищи, их биологическая роль.

Тема 2.3 Роль питания в формировании здоровья (семинар по темам 2.1–2.2)

Раздел 3 ДВИЖЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

Тема 3.1 Роль движения в формировании здорового ребенка

Значение движений в формировании двигательных навыков ребенка первого года жизни. Особенности гимнастики и массажа в этом возрасте. Двигательная активность детей дошкольного возраста. Роль игры в формировании здорового ребенка. Значение движений в школьном возрасте. Формирование правильной осанки. Движение и профилактика заболеваемости. Школьники и спорт.

Тема 3.2 Роль движения в сохранении здоровья при наличии профессиональных вредностей

Значение двигательной активности у людей с различными профессиональными вредностями для сохранения и укрепления здоровья, профилактики различных профессиональных заболеваний.

Тема 3.3 Роль движения в сохранении здоровья в пожилом и старческом возрасте

Понятия «Гериатрия» и «Геронтология». Возрастная периодизация. Функциональные сдвиги в организме пожилых людей. Влияние двигательной активности на сохранение здоровья в пожилом и старческом возрасте.

Тема 3.4 Физическая нагрузка и здоровье женщины

Физиологические особенности женского организма. Особенности реакции адаптации к физическим нагрузкам у женщин. Роль движений в формировании здоровья женщин разного возраста. Беременность и двигательная активность.

Тема 3.5 Роль двигательной активности в формировании здоровья (семинар по темам 3.1–3.4)

Раздел 4 ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 4.1 Организация службы лечебной физической культуры. Материальная база

Структура управления и организации работы лечебно-профилактических, образовательных учреждений, где работают инструкторы-методисты по ЛФК. Понятия «Отделение лечебной физической культуры» и «Кабинет лечебной физической культуры». Организация работы отделений и кабинетов ЛФК. Функциональные обязанности инструктора-методиста по ЛФК. Оформление документации, кабинетов и отделений ЛФК.

Материальная база отделения (кабинета) ЛФК. Стационарный и переносной специальный инвентарь. Гигиенические требования к кабинету ЛФК.

Тема 4.2 Задачи, понятия, принципы лечебной физической культуры

Главные задачи лечебной физической культуры – восстановление, коррекция, компенсация, профилактика, раскрытие сущности ЛФК и возможных путей ее использования в образовательном процессе. Формирование у студентов системы фундаментальных знаний в области теории и организации ЛФК. Ознакомление и

формирование у студентов способов деятельности по использованию средств, методов, методик, восстановительных технологий в процессе занятий ЛФК с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Формирование у студентов познавательной активности, стремления к творчеству, интереса к проблемам ЛФК.

Принципы ЛФК в деятельности специалиста. Характеристика социальных принципов: гуманистической направленности, социализации, непрерывности физкультурного образования, интеграции, приоритетной роли микросоциума.

Характеристика общеметодических принципов: научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности, особенности применения общеметодических принципов в лечебной физической культуре.

Тема 4.3 Основы организации службы лечебной физической культуры (семинар по темам 4.1–4.2)

Раздел 5 СРЕДСТВА ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, МЕТОДЫ И ФОРМЫ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ

Тема 5.1 Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в ЛФК

Основные и дополнительные средства ЛФК. Физические упражнения как основное средство лечебной физической культуры. Классификация физических упражнений, применяемых в лечебной физической культуре, и их характеристика. Понятия «Специальные» и «Общеразвивающие» упражнения. Применение общеукрепляющих и специальных упражнений с лечебной целью. Гигиенические факторы природы (солнце, воздух, вода). Дополнительные средства: трудотерапия, механотерапия.

Тема 5.2 Обучение двигательным действиям

Разновидности метода строго регламентированного упражнения, используемые преимущественно при обучении двигательным действиям. Характеристика метода расчлененно-конструктивного упражнения при обучении движениям. Характеристика метода целостно - конструктивного упражнения при обучении движениям. Вспомогательные средства совершенствования целостного двигательного действия: подводящие упражнения, имитационные упражнения, тренажерные устройства.

Развитие двигательных способностей, необходимых для осуществления двигательного действия как предпосылки к обучению. Структура обучения двигательным действиям: этап начального разучивания двигательного действия (формирование двигательного умения), этап углубленного разучивания двигательного действия (формирование двигательного навыка), этап закрепления и совершенствования двигательного действия.

Тема 5.3 Методы развития двигательных способностей

Характеристика метода строго регламентированного упражнения, его разновидности. Особенности применения метода строго регламентированного упражнения, нормирование нагрузки и отдыха в лечебной физической культуре при направленном развитии гибкости, выносливости, силы и координации. Характеристика игрового и соревновательного методов. Особенности их

применения в лечебной физической культуре при направленном развитии различных двигательных способностей.

Тема 5.4 Средства и методы лечебной физической культуры (семинар по темам 5.1–5.3)

Тема 5.5 Формы применения лечебной физической культуры

Формы проведения ЛФК, их характеристика. Лечебная гимнастика, утренняя гигиеническая гимнастика, самостоятельные занятия, дозированная лечебная ходьба, дозированное плавание, гребля, ходьба на лыжах – формы лечебной физкультуры. Структура занятия ЛФК. Задачи подготовительной, основной, заключительной частей занятия.

Тема 5.6 Занятие лечебной гимнастики. Самостоятельные занятия

Характеристика, цель и содержание подготовительной, основной и заключительной частей процедуры лечебной гимнастики. Дозирование нагрузки в каждой из этих частей. Методы проведения процедуры лечебной гимнастики (индивидуальный и групповой). Особенности методики лечебной гимнастики. Контроль за эффективностью проведения занятий. Характеристика, цель и содержание самостоятельных занятий.

Тема 5.7 Лечебная дозированная ходьба

Характеристика, цель и содержание дозированной ходьбы. Методы регуляции нагрузки (темп, рельеф местности, величина дистанции, длина шага). Влияние дозированной ходьбы на кардиореспираторную систему.

Тема 5.8 Дозированное восхождение в лечебной физической культуре

Способы дозирования физической нагрузки. Подбор физических упражнений и определение их продолжительности на различных периодах применения лечебной физической культуры. Соотношение общеразвивающих и специальных упражнений, общеразвивающих и дыхательных упражнений в зависимости от двигательного режима, периода заболеваний.

Тема 5.9 Ближний туризм. Применение тренажеров в лечебной физической культуре

Характеристика, цель и содержание ближнего туризма как формы лечебной физической культуры. Виды туризма (пешеходный, водный, лыжный, велосипедный и др.). Влияние на кардиореспираторную систему.

Определение понятия «Тренажер». Классификация тренажеров. Цель использования тренажеров в восстановительном лечении. Дозирование нагрузки.

Тема 5.10 Применение основных форм в лечебной физической культуре (семинар по темам 5.5–5.9)

Раздел 6 ОСНОВЫ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Тема 6.1 Общие требования к методике применения физических упражнений в общей и специальной тренировке в ЛФК

Основы общей и специальной тренировки в ЛФК. Сочетание общего и местного воздействия физических упражнений. Основные условия, обеспечивающие эффективность общей и специальной тренировки в ЛФК. Соотношение средств общей и специальной подготовки в различных структурных частях занятия. Особенности построения занятий в лечебной физической культуре. Правила проведения процедуры лечебной гимнастики с учетом общего и специального воздействия на организм занимающегося.

Тема 6.2 Планирование общей и специальной тренировки в лечебной физической культуре

Виды планирования: перспективное, этапное и краткосрочное. Выбор временных масштабов планирования в общей и специальной тренировке в ЛФК. Особенности планирования и контроля в лечебной физической культуре. Структура плана-конспекта занятия ЛФК. Основные параметры, задачи, содержание.

Тема 6.3 Основные закономерности и педагогические принципы развития двигательных способностей в ЛФК

Закономерности развития двигательных способностей: этапность, неравномерность, гетерохронность. Основные закономерности развития двигательных способностей и их учет в лечебной физической культуре. Педагогические принципы развития двигательных способностей. Учет общепедагогических принципов при построении занятий.

Тема 6.4 Направленное развитие выносливости в лечебной физической культуре

Характеристика понятия «Выносливость». Развитие выносливости – одна из основных задач общей и специальной тренировки в лечебной физической культуре. Особенности направленного развития выносливости в ЛФК. Применение упражнений аэробного характера с целью направленного развития выносливости. Формирование умений и навыков в проведении комплекса лечебной гимнастики с целью направленного развития выносливости в общей и специальной тренировке.

Тема 6.5 Направленное развитие силовых способностей в лечебной физической культуре

Характеристика понятия «Силовые способности». Особенности направленного развития силовых способностей в ЛФК. Увеличение и восстановление силовых показателей с использованием метода повторных усилий «до отказа». Применение изометрических упражнений, упражнений в сопротивлении, упражнений с отягощением. Использование биомеханической стимуляции (БМС) в направленном развитии силовых способностей. Формирование умений и навыков в проведении комплекса лечебной гимнастики с целью направленного развития силовых способностей.

Тема 6.6 Направленное развитие гибкости в ЛФК

Характеристика понятия «Гибкость». Особенности направленного развития гибкости в лечебной физической культуре. Упражнения на растягивание: активные и пассивные. Характер выполнения активных упражнений: однофазные и пружинистые; маховые и фиксированные; с отягощениями и без отягощений.

Статические, динамические и комбинированные упражнения. Методики БМС в направленном развитии гибкости тела, суставной подвижности. Формирование умений и навыков в проведении комплекса лечебной гимнастики с целью направленного развития гибкости.

Тема 6.7 Направленное развитие координационных способностей в ЛФК

Характеристика понятия «Координационные способности». Особенности направленного развития координационных способностей в ЛФК. Средства и методы развития координации движений. Подбор упражнений с движениями в разных плоскостях, с разным темпом, характером и т.д. Тренировка вестибулярного аппарата. Подбор упражнений с учетом особенностей возрастного развития и физического состояния человека.

Тема 6.8 Применение физических упражнений в общей и специальной тренировке в ЛФК (семинар по темам 6.1–6.7)

Раздел 7 ОСНОВЫ КИНЕЗИОЛОГИИ

Тема 7.1 Кинезиология – как наука о воздействии движения на организм человека

Понятие «Кинезиология». Основные научные направления кинезиологии. Влияние физических упражнений на расположение внутренних органов. Влияние физических нагрузок на строение и функцию скелетной мускулатуры.

Тема 7.2 Влияние двигательной активности на строение и рост костно-мышечной системы

Структурные изменения, изменения темпов роста длинных трубчатых костей под влиянием физических нагрузок. Адаптационные изменения костной системы у спортсменов. Суставно-связочный аппарат в системе движений. Общие закономерности роста и развития скелетной мускулатуры. Развитие и функциональная активность скелетной мускулатуры в различные возрастные периоды.

Тема 7.3 Анатомо-функциональная характеристика состояний и работы мышц

Характеристика работы двигательного аппарата. Морфологическая и функциональная характеристика мышц. Понятия: «Состояние мышц», «Тонус мышцы», «Сила мышцы». Парадоксальное действие мышц. Понятия: «Цепь звеньев», «Направление тяги», «Пара сил». Визуальные критерии динамики опорно-двигательного аппарата и его составляющих. Понятия: «Динамический стереотип», «Моторный паттерн». Основные группы мышц и их анатомо-функциональная характеристика. Закономерности последовательного или параллельного включения пяти основных групп мышц. Отрицательное влияние на организм человека длительного удержания определенного положения, характеристика длительного удержания позы стоя и позы сидя.

Тема 7.4 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях позвоночного столба

Группы мышц, обеспечивающие движение шейного отдела позвоночника. Моторные паттерны: «Флексия головы и шеи», «Экстензия головы и шеи». Группы

мышц, обеспечивающие движение поясничного отдела позвоночника. Мышцы, участвующие в разгибании, сгибании, наклоне в сторону, скручивании позвоночного столба. Моторные паттерны: «Флексия туловища», «Экстензия туловища». Уступающая и преодолевающая работа мышц при движениях позвоночного столба. Зависимость характера работы мышц позвоночного столба от направления движения, темпа, исходного положения.

Анализ и описание движений при работе мышц, обеспечивающих движения в шейном отделе позвоночного столба. Практические навыки анализа движений и описания движений. Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях позвоночного столба (флексии, экстензии, ротации, латерофлексии). Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в движении позвоночного столба.

Тема 7.5 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки

Главные, вспомогательные и косвенные дыхательные мышцы. Мышцы, участвующие в актах вдоха и выдоха. Основные и вспомогательные функции дыхательных мышц. Условия для расслабления и отдыха мышц, участвующих в актах вдоха и выдоха. Режимы работы вспомогательных дыхательных мышц. Содружественные сокращения дыхательной и позвоночной мускулатуры во время вдоха и выдоха. Глазодвигательные и дыхательные синергии.

Анализ и описание движений при работе мышц, обеспечивающих движения грудной клетки. Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях грудной клетки. Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в движении грудной клетки.

Тема 7.6 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении верхних конечностей

Мышцы, участвующие в движениях сгибания и разгибания, супинации и пронации кисти и предплечья, отведении, приведении, круговом движении плеча. Динамическая работа мышц верхних конечностей. Компоненты мышечной тяги: движения и сдавливающий. Статическая работа мышц верхних конечностей. Моторные паттерны: «Флексия плеча», «Экстензия плеча», «Абдукция плеча».

Анализ и описание движений при работе мышц, обеспечивающих движения верхних конечностей. Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях верхней конечности (флексии, экстензии, ротации, абдукции и аддукции). Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в движении верхних конечностей.

Тема 7.7 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении нижних конечностей

Мышцы, участвующие в движениях сгибания, разгибания, пронации, супинации бедра, голени, стопы, отведении, приведении, круговом движении нижней конечности. Мышцы, участвующие в движениях пальцев стопы. Физические упражнения для мышц нижних конечностей. Динамическая и статическая работа

мышц нижних конечностей. Моторные паттерны: «Флексия бедра», «Экстензия бедра».

Анализ и описание движений при работе мышц, обеспечивающих движения нижних конечностей. Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях нижней конечности (флексии, экстензии, ротации, абдукции и аддукции). Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в движении нижних конечностей.

Тема 7.8 Основы динамической анатомии (семинар по темам 7.1–7.7)

Раздел 8 ФОРМИРОВАНИЕ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ В ПРОВЕДЕНИИ КОМПЛЕКСОВ ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКИ

Тема 8.1 Комплексы ЛГ с применением общеразвивающих упражнений с предметами

Составление комплекса ЛГ с применением общеразвивающих упражнений с предметами. Особенности составления комплексов в зависимости от возраста, заболеваний, периода применения лечебной физкультуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением общеразвивающих упражнений с предметами. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 8.2 Комплексы лечебной гимнастики с применением упражнений на расслабление

Характеристика и методика выполнения упражнений на расслабление. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса упражнений на расслабление. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения ЛФК. Проведение комплекса ЛГ с применением упражнений на расслабление. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 8.3 Комплексы ЛГ с применением упражнений на растягивание (стретчинг)

Характеристика и методика выполнения упражнений на растягивание. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса ЛГ с применением упражнений на растягивание. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения ЛФК. Методические особенности сочетания упражнений на растягивание и расслабление. Проведение комплекса ЛГ с применением упражнений на растягивание. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 8.4 Комплексы лечебной гимнастики с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений

Характеристика и методика выполнения идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса лечебной гимнастики с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения лечебной физической культуры. Проведение

комплекса лечебной гимнастики с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 8.5 Комплексы ЛГ с применением упражнений на координацию и для тренировки вестибулярного аппарата

Характеристика и методика выполнения упражнений на координацию и для тренировки вестибулярного аппарата. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса лечебной гимнастики с применением упражнений на тренировку вестибулярного аппарата и воспитания координации движений. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения лечебной физической культуры. Проведение комплекса лечебной гимнастики с применением упражнений на тренировку вестибулярного аппарата и формирования координации движений. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 8.6 Комплексы ЛГ с применением статических упражнений и упражнений с сопротивлением

Характеристика и методика выполнения статических упражнений и упражнений с сопротивлением. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса ЛГ с применением статических упражнений и упражнений с сопротивлением. Учет методических особенностей применения этих упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения ЛФК. Проведение комплекса ЛГ с применением статических упражнений, упражнений с сопротивлением. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 8.7 Комплексы ЛГ с применением динамических и статических дыхательных упражнений

Характеристика и методика выполнения динамических и статических дыхательных упражнений. Клинико-физиологическое обоснование их применения. Составление комплекса ЛГ с применением динамических и статических дыхательных упражнений. Учет методических особенностей применения дыхательных упражнений в зависимости от заболеваний, периода применения ЛФК. Проведение комплекса ЛГ с применением динамических и статических дыхательных упражнений. Анализ проведения. Работа над ошибками.

Тема 8.8 Терренкур и ближний туризм в ЛФК

Понятие «Дозированная ходьба». Физиологическое действие на организм человека. Показания. Задачи, решаемые в процессе применения дозированной ходьбы по пересеченной местности. Способы дозирования физической нагрузки. Составление плана-маршрута дозированной ходьбы по пересеченной местности. Прохождение маршрута по пересеченной местности.

Характеристика, цель и содержание дозированной ходьбы. Методы регуляции нагрузки (темп, рельеф местности, величина дистанции, длина шага). Влияние дозированной ходьбы на кардиореспираторную систему. Терренкур. Характеристика маршрутов терренкура.

Характеристика, цель и содержание ближнего туризма как формы адаптивной физической культуры. Виды туризма (пешеходный, водный, лыжный, на велосипедах и др.). Влияние на кардиореспираторную систему. Дозировка нагрузки. Особенности организации рекреационной и туристской деятельности среди лиц с

поражениями опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения, интеллекта. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях. Тактика передвижения группы лиц с ограниченными возможностями на спортивном маршруте. Гигиена, профилактика, техника безопасности в туризме для инвалидов.

Тема 8.9 Клинико-физиологическое обоснование применения различных гимнастических упражнений в комплексах лечебной гимнастики (семинар по темам 8.1–8.8)

Раздел 9 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 9.1 ЛФК – неспецифический, патогенетический и функциональный метод лечения и профилактики заболеваний

Особенности ЛФК как терапевтического метода. Неспецифическое действие физических упражнений на организм человека. Принцип управляемости – основа функционального воздействия физических упражнений. Сущность патогенетического действия физических упражнений при различных заболеваниях.

Тема 9.2 Физиологические основы лечебного действия физической культуры
Физиологическое и терапевтическое действие физических упражнений. Сущность нейрогуморальной регуляции. Роль лечебной физической культуры в восстановлении нарушенных функций организма, возникших при болезни.

Основные механизмы лечебного действия физических упражнений. Тонизирующее действие физических упражнений на центральную нервную систему, моторно-висцеральные рефлексы, обмен веществ. Трофическое, нормализующее действие физических упражнений на организм больного человека. Сущность механизма компенсации функции.

Характеристика психогенного влияния физических упражнений на организм больного человека. Учет психологических особенностей пациента в работе инструктора-методиста лечебной физической культуры. Определение необходимых механизмов действия физических упражнений на организм человека при заболеваниях различных систем и органов.

Тема 9.3 Показания и противопоказания к назначению ЛФК

Показания к назначению ЛФК при заболеваниях внутренних органов, функциональных систем и травмах. Психотерапевтический эффект назначения лечебной физической культуры. Противопоказания к назначению ЛФК.

Тема 9.4 Двигательные режимы в ЛФК

Понятие о мере достаточности физической нагрузки. Периоды применения лечебной физкультуры. Двигательные режимы как объем допустимых движений. Характеристика и содержание двигательных режимов в различные периоды применения лечебной физической культуры. Взаимосвязь двигательных режимов с заболеванием, функциональным состоянием, возрастом и полом больного, периодом болезни.

Тема 9.5 Основы лечебной физической культуры (семинар по темам 9.1–9.4)

Раздел 10 ОБСЛЕДОВАНИЕ ПАЦИЕНТОВ В ЦЕЛЯХ КИНЕЗОТЕРАПИИ

Тема 10.1 Функциональное обследование кардиореспираторной системы

Обследование как индивидуальный подход к оценке состояния здоровья. Характеристика методов обследования здоровых и больных людей.

Основные функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой системы. Методика их определения. Физиологические параметры этих показателей. Значение, классификация, характеристика методов функциональных исследований сердечно-сосудистой системы. Оценка результатов. Исследования сердечно-сосудистой системы как основа дозировки физической нагрузки в лечебной физической культуре. Значение и характеристика исследования сердечно-сосудистой системы. Использование результатов тестов при анализе эффективности занятий лечебной физической культурой.

Основные функциональные показатели деятельности дыхательной системы. Физиологические параметры этих показателей. Значение, классификация, характеристика методов функциональных исследований органов дыхания. Оценка результатов. Использование результатов тестов при анализе эффективности занятий лечебной физической культурой.

Тема 10.2 Функциональное обследование опорно-двигательного аппарата

Особенности функционального обследования ОДА. Измерение линейных размеров тела. Основные теоретические положения. Методика и техника измерения линейных размеров тела. Методы оценки физического развития.

Измерение амплитуды движений в суставах. Основные теоретические положения. Методика и техника измерения амплитуды движений в суставах.

Измерение мышечной силы. Основные теоретические положения. Методика и техника измерений мышечной силы.

Тема 10.3 Тестирование двигательных качеств

Значение тестирования двигательных способностей в ЛФК. Тесты для изучения уровня развития различных двигательных способностей у здоровых и больных людей. Оценка результатов. Использование результатов тестов при оценке эффективности занятий лечебной физической культурой, определение направления коррекции физической нагрузки на занятиях ЛГ.

Тема 10.4 Обследование занимающихся ЛФК (семинар по темам 10.1–10.3)

Раздел 11 ДВИГАТЕЛЬНЫЙ СТЕРЕОТИП И ЕГО НАРУШЕНИЯ

Тема 11.1 Понятие о двигательном стереотипе

Понятие и двигательный стереотип. Уровни построения движения. Уровень А. Уровень Б. Уровень С. Высшие кортикальные уровни.

Тема 11.2 Методика исследования двигательного стереотипа

Функциональные патологии уровня А. Изменение силы, тонуса мышц, наличие локальных уплотнений, укороченных мышц. Методика исследования повышения и снижения функциональной активности мышц.

Функциональная патология уровня В. Характеристика общей осанки – позы положения сидя и стоя (положения головы, шеи, плечевого пояса, грудной клетки,

поясницы, тазового пояса, нижних конечностей в покое). Визуальная диагностика миостатики, критерии.

Функциональная патология уровня С. Методика оценки умения расслабляться по команде, умения напрягать отдельную мышцу или мышечную группу, имитации назначенных движений после показа.

Тема 11.3 Нарушение двигательного стереотипа

Генерализованные дискоординаторные синдромы. Регионально-локальные дискоординаторные синдромы. Нарушения стереотипа дыхания.

Тема 11.4 Перестройка нарушенного двигательного стереотипа

Понятие «Анатомическая цепь мышц». Задняя поверхностная миофасциальная цепь. Передняя поверхностная миофасциальная цепь. Латеральная миофасциальная цепь. Спиралевидная миофасциальная цепь. Глубокая миофасциальная цепь. Оценка стереотипов движения. Общие принципы коррекции порочного двигательного стереотипа. Методика сенсомоторной активации.

Раздел 12 ТРЕНИРОВКА ОПТИМАЛЬНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА РАЗЛИЧНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ И ДВИЖЕНИЙ ТЕЛА

Тема 12.1 Тренировка стереотипа дыхания

Характеристика оптимального стереотипа «дыхание». Типичные ошибки стереотипа дыхания. Тренировка оптимального стереотипа дыхания. Упражнения при нарушенном стереотипе акта вдоха и при нарушенном стереотипе акта выдоха.

Тема 12.2 Тренировка положения тела на обеих ногах

Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на обеих ногах». Типичные ошибки положения стоя на обеих ногах. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на обеих ногах. Тренировка положения стоя у стены.

Тема 12.3 Тренировка положения тела стоя на одной ноге

Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на одной ноге». Типичные ошибки положения стоя на одной ноге. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на одной ноге. Тренировка положения тела стоя на одной ноге, попеременного выдвигания ног в положении лежа на спине, сгибания и разгибания ног в положении лежа на боку.

Тема 12.4 Тренировка положения тела сидя

Характеристика оптимального стереотипа «положение тела сидя». Сидение на полу выпрямившись с поворотом туловища. Сидение выпрямившись и поворот головы. Смещение грудной клетки в стороны. Разгрузочная поза Brugger. Типичные ошибки положения тела сидя. Коррекция нарушений мышечной регуляции различных положений сидя. Тренировка положения тела сидя, владение положением таза сидя.

Тема 12.5 Тренировка сгибания туловища

Характеристика оптимального двигательного стереотипа «сгибание туловища». Типичные ошибки сгибания туловища. Коррекция нарушений

мышечной регуляции сгибания туловища. Тренировка кифозирования поясничного отдела позвоночника и вытяжения рук вперед. Тренировка сгибания и разгибания туловища стоя, поднимания предметов с пола, ношения тяжести.

Тема 12.6 Тренировка поднимания рук

Характеристика двигательного стереотипа «поднимание рук». Типичные ошибки поднимания рук. Коррекция нарушений мышечной регуляции поднятия рук. Тренировка поднимания разведенных в сторону рук лежа на животе, поднимания и опускания плеч, поднимания и опускания плеч с поднятыми руками, поднимания рук вперед и назад, поднимания рук над головой.

Тема 12.7 Тренировка оптимального двигательного стереотипа (семинар по темам 11.1 –11.4,12.1–12.6)

Раздел 13 ДОЗИРОВАНИЕ НАГРУЗОК В ЛФК

Понятие «Физическая нагрузка». Характеристика внешней и внутренней стороны нагрузки. Подбор физической нагрузки в зависимости от возраста, пола и уровня физической подготовленности. Понятие оптимального чередования нагрузки и отдыха. Понятие «Рассеивание физической нагрузки».

Способы дозировки физической нагрузки (по времени, количеству повторений, выбору исходного положения, темпу выполнения, амплитуды движений, использованию дыхательных упражнений и др.). Подбор физических упражнений и определение их продолжительности в различных периодах применения лечебной физической культуры. Соотношение общеразвивающих и специальных, общеразвивающих и дыхательных упражнений в зависимости от двигательного режима, периода заболевания.

Раздел 14 РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Понятие «Реабилитационный потенциал». Методика оценки реабилитационного потенциала. Формирование групп для занятий ЛФК на основе реабилитационного потенциала, характера течения основного и сопутствующих заболеваний, уровня физического развития и функционального состояния организма, физической подготовленности.

Раздел 15 ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЛФК

Тема 15.1 Взаимосвязь психического и соматического в возникновении заболеваний

История формирования понятий о психосоматических заболеваниях. Психология соматического больного, факторы, на нее влияющие. Психологические особенности и психосоматические расстройства в различные возрастные периоды. Роль характерологических особенностей личности, типа высшей нервной деятельности, эмоционального компонента в возникновении заболеваний. Распространенность психосоматической патологии у детей и взрослых.

Тема 15.2 Психотерапевтический эффект лечебных упражнений

Влияние систематических занятий физической культурой на состояние психики человека. Учет особенностей поведенческих реакций у лиц разного

возраста с психосоматической патологией при построении занятий лечебной физической культурой.

Тема 15.3 Роль психического фактора в формировании здоровья (семинар по темам 15.1–15.2)

Раздел 16 ПРЕПАТОЛОГИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ

Тема 16.1 Характеристика и причины предпатологических состояний

Определение понятия «Предпатологическое состояние». Причины его развития. Понятие «Стресс». Виды стресса. Развитие общего адаптационного синдрома при стрессе. Изменение приспособительных механизмов со стороны различных органов и систем при стрессе, развитии предпатологических состояний.

Тема 16.2 Предпатологические состояния как переход от здоровья к болезни (семинар по теме 16.1)

Раздел 17. МЕТОДЫ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПРИМЕНЕНИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 17.1 Роль лечебной физической культуры в санаторно-курортном лечении

Характеристика и особенности различных этапов применения лечебной физической культуры, методов восстановления здоровья: оздоровительный режим, лечебная физическая культура, массаж, физиотерапия, гидротерапия, грязелечение, фито-ароматерапия, баня и другие. Основы санаторно-курортного лечения. Знакомство с системой работы различных учреждений для восстановления здоровья.

Тема 17.2 Роль закаливания, методы и виды закаливания

Основы закаливания. Роль закаливания в сохранении и укреплении здоровья и в профилактике болезней. Физиологические механизмы закаливания. Виды и системы закаливания. Основные методы закаливания и их характеристика.

Тема 17.3 Принципы составления коррекционно-восстановительных программ в ЛФК

Значение коррекционно-восстановительных программ в лечебной физической культуре. Составляющие коррекционно-восстановительных программ и их характеристика. Принципы составления коррекционно-восстановительных программ в лечебной физической культуре в зависимости от заболевания, двигательного режима, возраста и функциональных нарушений органов и систем.

Раздел 18 МЕТОДОЛОГИЯ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В ЛФК

Тема 18.1 Виды научных работ. Формы их представления

Основные виды научных и методических работ, их характеристика (рефераты, контрольные работы, курсовые работы, дипломные работы, диссертации, монографии, книги научные и научно-популярные, научные статьи, тезисы, программы, учебники, учебные пособия, методические рекомендации, электронные издания). Основные формы научной и методической работы: устные сообщения,

письменные работы (в том числе опубликованные в печати). Требования, предъявляемые к оформлению научных работ.

Тема 18.2 Структура и содержание курсовой работы

Структура курсовой работы. Содержательный аспект. Разделы работы: титульный лист, оглавление, перечень условных обозначений, введение, общая характеристика, анализ литературных источников по теме исследования, результаты исследований, выводы и заключения, список литературы, приложения.

Тема 18.3 Организация педагогического исследования

Подготовка и проведение исследовательской части работы. Выбор базы для проведения исследования, определение сроков исследования, контингента исследуемых лиц с учетом возраста, пола, заболевания, его степени тяжести, уровня физического развития и физической подготовленности. Составление графика работы с исследуемой группой лиц.

Тема 18.4 Обработка материалов научной и методической деятельности

Методы качественного и количественного анализа, используемые для оценки результатов педагогического воздействия. Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности. Основные методы измерительных шкал. Способы вычисления достоверности различий между двумя независимыми результатами. Определение меры связи между явлениями. Использование информационных технологий в процессе оценки и обработки результатов исследований.

Тема 18.5 Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде

Правила представления отдельных видов текстового материала при написании научно-методической работы (количественных и порядковых числителей, условно-графических сокращений). Понятие о рубрикации текста.

Представление табличного материала в научной работе. Требования к содержанию таблицы. Требования к форме, построению, редакционно-техническому оформлению таблицы. Представление иллюстрируемого материала в виде рисунков, графиков, диаграмм, чертежей, схем, фотографий. Требования к редакционно-техническому оформлению иллюстрированного материала.

Тема 18.6 Оформление научно-методической работы. Внедрение результатов в практику

Основные требования к оформлению разделов научно-методической работы: введения, списка сокращений, общей характеристики работы, обзора литературы, методов и организации исследования, результатов исследований, выводов.

Формы внедрения в практику результатов научной и методической деятельности. Значение публикаций и официальных документов для практической деятельности человека. Форма акта внедрения. Открытия, изобретения, рационализаторские предложения как результат научных исследований. Оценка публикаций различного характера в процессе участия в конкурсах, смотрах, олимпиадах, фестивалях. Значимость выступлений на научных конгрессах, научно-методических конференциях.

Тема 18.7 Подготовка и порядок защиты курсовых работ (семинар по темам 18.1–18.6)

Раздел 19 ОСНОВЫ ОБЩЕЙ ПАТОЛОГИИ

Тема 19.1 Общая патология как теоретическая основа медицины.

Приспособление. Компенсация нарушений жизнедеятельности организма.

Общая патология как наука о наиболее общих закономерностях развития патологических процессов. Понятия «Этиология», «Патологический процесс», «Патогенез», «Саногенез». Патогенетические механизмы на различных стадиях заболевания. Понятия «Адаптация» и «Компенсация нарушенных функций», их роль как факторов обеспечения здоровья и выздоровления при патологических процессах. Понятие «Долговременная адаптация», ее стадии. Декомпенсация как «Срыв» долговременной адаптации.

Тема 19.2 Патогенетические механизмы действия болезнетворных факторов

Понятие о повреждении. Типовые патогенетические механизмы, через которые реализуется повреждающее действие патогенных агентов на органы и ткани.

Гипоксия как универсальный механизм действия различных патогенных факторов, играющий важную роль практически при всех болезнях человека. Основные типы гипоксии и их происхождение.

Нарушение кровообращения. Причины, значение для организма гиперемии, ишемии, инфаркта, тромбоза, эмболии, кровотечения и кровоизлияния.

Понятие о нейротрофических расстройствах, интоксикации.

Понятие о реактивности как об одном из наиболее общих свойств организма отвечать на воздействия факторов внешней и внутренней среды. Виды реактивности, факторы, ее определяющие.

Тема 19.3 Основы патологической физиологии (семинар по темам 19.1–19.2)

Тема 19.4 Изменения органов и тканей при действии болезнетворных факторов

Структурно-функциональные изменения клеток и тканей.

Понятие «Дистрофия». Классификация. Белковая, углеводная, жировая, минеральная дистрофии, виды, причины, значение для организма.

Понятие «Атрофия». Физиологическая и патологическая атрофия. Формы патологической атрофии, причины, значение для организма. Некроз. Физиологический и патологический.

Тема 19.5. Универсальные защитно-приспособительные реакции организма

Воспаление как один из типовых (стереотипных, общепатологических) процессов, лежащих в основе многих заболеваний или сопутствующих им. Причины и значение воспаления для организма. Влияние на воспалительный процесс индивидуальных свойств организма, свойств патогенных факторов. Формы воспаления. Механизмы его развития. Признаки.

Понятие о регенерации. Виды, различные уровни регенерации: молекулярная, внутриорганная, внутриклеточная.

Понятие «Гипертрофия». Механизмы возникновения гипертрофии, причины, значение для организма.

Понятие «Иммунитет». Классификация. Неспецифические и специфические механизмы иммунитета, факторы клеточного и гуморального иммунитета. Функции иммунной системы.

Понятие о теплопродукции и теплоотдаче. Классификация, формы лихорадочной реакции. Этиология лихорадки. Механизмы ее развития. Стадии развития лихорадочного состояния и изменение теплового баланса организма.

Тема 19.6 Основы патологической анатомии и защитные реакции организма (семинар по темам 19.4–19.5)

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Номер раздела, темы	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов				Самостоятельная (внеаудиторная) работа	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др.)	Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Управляемая самостоятельная работа студента				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Теория и организация лечебной физической культуры 660 часов (из них 304 аудит.)		72	174	34	24	248(и 108 экз)			
1-й семестр									
	Введение в специальность (2 ч.) 1. Исторические аспекты лечебного применения физических упражнений. 2. Цели и задачи, содержание лечебной физической культуры. 3. Понятие «Лечебная физическая культура». Актуальность и краткая история развития.	2					Компьютерная презентация	(6) (9)	
1	ЗДОРОВЬЕ И ЕГО СОСТАВЛЯЮЩИЕ (12ч. ауд)	4	4	2	2	6			
1.1	Виды и характеристика здоровья (4ч.) 1. Понятие «Здоровье», его компоненты. Критерии здоровья. 2. Индивидуальное и общественное здоровье. 3. Образ жизни, его категории и характеристика. ЗОЖ.	4					Компьютерная презентация	(1) (10)	Конспект, дискуссия
1.2	Факторы, влияющие на здоровье (4ч.) 1. Социальное и биологическое в формировании и развитии человека. 2. Генетические основы формирования ребенка. 3. Факторы внешней среды, влияющие на здоровье. 4. Конституция и предрасположенность к различным заболеваниям.		2				Анкеты с вопросами	(1) (10)	Практические задания

1.2.1	Факторы, влияющие на здоровье (2ч.) 1. Факторы, влияющие на здоровье (генетические, факторы внешней среды, медицинское обеспечение, условия и образ жизни). 2. Факторы биологической и социальной адаптации.				2пр	4	Методические рекомендации по выполнению УСРС	(1) (10)	Защита выполненных заданий, опрос
1.3	Общие принципы определения индивидуального здоровья (2ч) 1.Характеристика индивидуального здоровья. 2.Факторы, влияющие на индивидуальное здоровье. 3.Значение физической деятельности различных органов и систем в кинезотерапии.		2			2	Таблицы интегративного индекса здоровья населения; ориентировочные и оценочные шкалы качества здоровья	(1) (10)	
1.4	Здоровье и факторы его определяющие (2 ч.) 1.Понятие о здоровье и ЗОЖ. 2.Факторы, определяющие здоровье 3.Влияние физической культуры на заболеваемость.			2				(1) (10)	Опрос, тестирование
2	ОСНОВЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ (14ч. ауд)	6	6	2		6			
2.1	Принципы рационального питания (6 ч.)	4	2			2			
2.1.1	Принципы рационального питания (4 ч.) 1.Концепция сбалансированного питания и ее принципы. 2. Функции и обмен макрокомпонентов питания. 3. Структура питания. Системы питания, виды питания. 4. Оценка адекватности питания.	4					Компьютерная презентация Таблицы	(10)	Конспект, дискуссия
2.1.2	Принципы рационального питания (2 ч.) 1.Калорийность еды и необходимые составляющие компоненты пищи. 2. Вредные факторы питания. 3. Биологическая активность микрокомпанентов пищи. 4. Содержание витаминов в пище, сохранение витаминов в продуктах питания. 5. Роль витаминов в питании различных категорий населения. 6. Методы выявления гиповитаминозов групп А, В. Профилактика авитаминозов.		2				Нормативные документы, таблицы калорийности, сбалансированности питания	(10)	Фронтальный опрос
2.2	Краткие сведения о биологической активности микрокомпонентов пищи (6 ч.)	2	4			4			

2.2.1	Краткие сведения о биологической активности микрокомпонентов пищи (2 ч.) 1. Понятия «нутрициология», «нутрицевтика». Классификация пищевых веществ. Соотношение пищевых компонентов. 2. Зависимость рационального питания и здоровья. 3. Роль питания для различных возрастных категорий, беременных женщин и спортсменов.	2					Компьютерная презентация	(10)	Конспект, дискуссия
2.2.2	Краткие сведения о биологической активности микрокомпонентов пищи (4 ч.). 1. Биологическая роль макро-микронутриентов. 2. Симптомы недостаточности, источники содержания витаминов и микроэлементов. 3. Биологическая роль пищевых волокон.		4				Таблицы, нормативные документы	(10)	Защита выполненных заданий, реферативных сообщений
2.3	Роль питания в формировании здоровья (2 ч.) 1. Взаимосвязь питания и развития болезней. Роль фастфуда, энергетических напитков и полуфабрикатов на организм. 2. Организация и режимы питания. 3. Роль питания для различных возрастных категорий.			2				(10)	Письменный опрос
3	ДВИЖЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ (12ч. ауд)	2	4	2	4	10			
3.1	Роль движения в формировании здорового ребенка (2 ч.) 1. Значение движений в формировании двигательных навыков ребенка первого года жизни. Особенности гимнастики и массажа. 2. Двигательная активность детей дошкольного возраста. Роль игры. Формирование правильной осанки. 3. Значение двигательной активности в школьном возрасте. Профилактика заболеваний.	2					Компьютерная презентация	(1) (9)(10)	Конспект, дискуссия
3.2	Роль движения в сохранении здоровья при наличии профессиональных вредностей (2 ч.) 1. Значение двигательной активности у людей с различными профессиональными вредностями. 2. Профилактика профессиональных заболеваний средствами производственной физической культуры.				2пр	2	Метод.реком. по выполнению УСРС	(1)(10)	Защита реферата, мультимедийных презентаций
3.3	Роль движения в сохранении здоровья в пожилом и старческом возрасте (2 ч.)		2			2	Метод.реком. по выполнению УСРС	(1) (9)	Практические задания

	1. Функциональные сдвиги в организме пожилых людей. 2. Значение двигательной активности в пожилом и старческом возрасте. 3. Критический минимум и оптимум двигательной активности.							(10)	
3.4	Физическая нагрузка и здоровье женщины(4 ч.)		2		2	4			
3.4.1	Физическая нагрузка и здоровье женщины(2 ч.) 1. Физиологические реакции адаптации к физическим нагрузкам у женщин. 2. Роль движения в формировании здоровья женщин разного возраста 3. Беременность и двигательная активность.		2				Анкеты с вопросами	(1) (10)	
3.4.2	Физическая нагрузка и здоровье женщины(2 ч.) 1. Роль и гигиеническое нормирование физических нагрузок при беременности. 2. Роль и гигиеническое нормирование физических нагрузок у женщин при занятиях спортом. 3. Женщина и спорт. Синдром триады женщин-спортсменок.				2пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(10)	Защита презентаций
3.5	Роль двигательной активности в формировании здоровья(2 ч.) 1. Двигательная активность в различном возрасте, при различной профессиональной нагрузке. 2. Понятие о гипокинезии и гиподинамии. 3. Гигиенические нормы двигательной активности.			2				(10)	Опрос, тестирование
4	ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ(8ч. ауд)	4	2	2					
4.1	Организация службы лечебной физической культуры. Материальная база. (4 ч.)	2	2			2			
4.1.1	Организация службы лечебной физической культуры. Материальная база. (2 ч.) 1. Структура управления и организация работы отделений и кабинетов ЛФК 2. Гигиенические требования к кабинету ЛФК 3. Материально-техническая база ЛФК 4. Функциональные обязанности специалистов ЛФК	2					Нормативные документы Компьютерная презентация	(6) (9) (10)	Конспект

4.1.2	Организация службы лечебной физической культуры. Материальная база. (2ч.) 1. Материально-техническая база ЛФК 4 Функциональные обязанности специалистов ЛФК 5. Учетно-отчетная документация специалистов ЛФК		2				Матер.-технич. оснащение зала, кабинета ЛФК; докум. специалиста: формы № 042/У и №029/У и др.	(6) (9) (10)	Собеседование, выборочная проверка
4.2	Задачи, понятия, принципы лечебной физической культуры(2ч.) 1. Задачи восстановления, коррекции, компенсации, профилактики средствами ЛФК. 2. Характеристика социальных принципов ЛФК. 3. Особенности применения общеметодических принципов в ЛФК.	2					Компьютерная презентация	(6) (9) (10)	Конспект
4.3	Основы организации службы лечебной физической культуры(2ч.) 1. Материально-техническая база ЛФК 2. Функциональные обязанности специалистов ЛФК			2				(6) (9) (10)	Собеседование, опрос
5	СРЕДСТВА ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МЕТОДЫ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ (26ч. ауд)	6	14	4	2	34			
5.1	Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в ЛФК (6 ч.)	2	2		2	8			
5.1.1	Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в ЛФК (2 ч.) 1. Классификация и характеристика гимнастических упражнений 2. Характеристика спортивно-прикладных упражнений 3. Классификация и характеристика игр 4. Естественные факторы природы 5. Лечебный массаж, как средство ЛФК	2					Компьютерная презентация	(6) (9) (10) (11)	Конспект, дискуссия
5.1.2	Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в ЛФК (2 ч.) 1. Основные и дополнительные средства ЛФК. 2. Понятие о специальных и общеразвивающих упражнениях. 3. Подбор ФУ, соотношение ОРУ со специальными и дыхательными упражнениями в зависимости от двигательного режима, периода заболеваний.		2				Плакаты 1.1,1.2	(6) (9) (10) (11)	Защита презентаций

	4.Трудо- и механотерапия.								
5.1.3	Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в ЛФК (2 ч.) 1.Характеристика гимнастических упражнений. 2.Характеристика спортивно-прикладных упражнений.				2пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(6) (9) (10) (11)	Защита презентаций
5.2	Обучение двигательным действиям (2 ч.) 1.Характеристика методов строго регламентированного упражнения, расчленено-конструктивного и целостно - конструктивного упражнения. 2.Вспомогательные средства совершенствования целостного двигательного действия: подводящие упражнения, имитационные упражнения, тренажерные устройства. 3. Развитие двигательных способностей, как предпосылки к обучению двигательным действиям. 4. Структура обучения двигательным действиям (по этапам).		2			6		(1) (10) (12)	
5.3	Методы развития двигательных способностей (2 ч.) 1.Характеристика методов строго регламентированного упражнения. 2.Игровой и соревновательный методы развития физических качеств в ЛФК. 3.Характеристика метода круговой тренировки.	2				4	Компьютерная презентация	(1) (10) (12)	Конспект, дискуссия
5.4	Средства и методы ЛФК (2 ч.) 1.Характеристика основных и дополнительных средств ЛФК, применяемых на различных этапах медицинской реабилитации. 2. Характеристика и особенности применения методов направленного развития двигательных способностей в ЛФК.			2				(6) (9) (10) (11)	Опрос, тестирование
5.5	Формы применения ЛФК (2 ч.) 1.Характеристика форм применения ЛФК 2.Структура процедуры лечебной гимнастики, задачи подготовительной, основной и заключительной ее частей 3.Контроль эффективности проводимых занятий. Проведение пульсометрии, составление и анализ графика физиологической кривой нагрузки	2				6	Компьютерная презентация	(6) (9) (10) (11)	Конспект, дискуссия

5.6	Занятие лечебной гимнастики. Самостоятельные занятия(4ч.) 1. Подбор больных для занятий в группе ЛГ. 2. Характеристика, цель и содержание подготовительной, основной и заключительной частей процедуры ЛГ. 2.Методы проведения процедуры ЛГ (индивидуальный и групповой), дозирование нагрузки в каждой из ее частей. 3.Особенности методики лечебной гимнастики. Контроль эффективности проводимых занятий. 4.Характеристика, цель и содержание самостоятельных занятий.		4			2	Лабораторные методики проведения ЛГ. Тонометр, секундомер	(6) (9) (10) (11)	Составление и анализ физиологической кривой нагрузки
5.7	Лечебная дозированная ходьба (2 ч.) 1.Характеристика дозированной ходьбы. 2.Методы регуляции нагрузки (темп, рельеф местности, величина дистанции, длина шага). 3.Влияние ДХ на основные системы организма.		2			2	Методики дозирования нагрузки, секундомер	(6) (9) (10) (11)	Выборочная проверка
5.8	Дозированное восхождение в ЛФК (2 ч.) 1.Понятие о дозированном восхождении. Показания. 2.Способы дозирования физической нагрузки.		2			2	Метод.реком. по выполнению УСРС	(6) (9) (10) (11)	Выборочная проверка
5.9	Ближний туризм. Применение тренажеров в лечебной физической культуре (2 ч.) 1. Виды туризма (пешеходный, водный, лыжный велосипедный). 2.Характеристика, цель и содержание ближнего туризма, влияние на основные системы организма. 3.Классификация и характеристика тренажеров, применяемых в ЛФК, дозировка нагрузки.		2			4	Компьютерная презентация. Матер.-технич. обеспечение кабинетов механотерапии	(1) (6) (9) (10) (11)	Выборочная проверка
5.10	Применение основных форм в ЛФК (2 ч.) 1. Характеристика и содержание форм ЛФК, применяемых на различных этапах медицинской реабилитации			2				(1) (6) (9) (10) (11)	Опрос, тестирование
Всего в 1-м семестре: 130ч. (из них 74ч. аудит)		24	30	12	8	56			зачет
2-й семестр									
6	ОСНОВЫ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (16 ч. ауд)	2	12	2		28			
6.1	Общие требования к методике применения физических упражнений в общей и специальной тренировке в ЛФК (2 ч.)	2				4	Компьютерная презентация	(6) (9)	Конспект, рейтинговая

	<p>1. Основы общей и специальной тренировки в ЛФК, требования к методике лечебного применения ФУ</p> <p>2. Соотношение средств общей и специальной подготовки в различных структурных частях занятия.</p> <p>3. Правила проведения процедуры лечебной гимнастики с учетом общего и специального воздействия на организм занимающегося.</p>						(10) (11)	контрольная №1
6.2	<p>Планирование общей и специальной тренировки в лечебной физической культуре(2 ч.)</p> <p>1. Виды планирования: перспективное, этапное и краткосрочное.</p> <p>2. Особенности планирования и контроля в ЛФК.</p> <p>3. План-конспект занятия ЛФК. Основные параметры, задачи, содержание.</p>		2			4	(9) (10) (11)	Разработка заданий
6.3	<p>Основные закономерности и педагогические принципы развития двигательных способностей в ЛФК(2 ч.)</p> <p>1. Закономерности развития двигательных способностей в ЛФК: этапность, неравномерность, гетерохронность.</p> <p>2. Педагогические принципы развития двигательных способностей, их учет при построении занятий.</p>		2			4	Лабораторные методики проведения ЛГ (1) (10) (12)	Выборочная проверка
6.4	<p>Направленное развитие выносливости в лечебной физической культуре(2 ч.)</p> <p>1. Характеристика понятия и особенности направленного развития выносливости в ЛФК. Показания, методы.</p> <p>2. Применение упражнений аэробного характера с целью направленного развития выносливости.</p> <p>3. Формирование умений и навыков в проведении комплекса ЛГ с целью направленного развития выносливости в общей и специальной тренировке</p>		2			4	Лабораторные методики проведения ЛГ (1) (10) (12)	Типовые задания
6.5	<p>Направленное развитие силовых способностей в лечебной физической культуре(2 ч.)</p> <p>1. Характеристика понятия и особенности направленного развития силовых способностей в ЛФК. Показания, средства, методы.</p> <p>2. Формирование умений и навыков в проведении комплекса ЛГ с целью направленного развития силовых способностей.</p>		2			4	Аппарат для БМстимуляции (1) (10) (12)	Освоение методик БМС

6.6	Направленное развитие гибкости в ЛФК(2 ч.) 1.Характеристика понятия и особенности направленного развития гибкости в ЛФК. Показания, средства, методы. 2.Формирование умений и навыков в проведении комплекса ЛГ с целью направленного развития гибкости		2			4	Аппарат для БМ стимуляции	(1) (10) (12)	Освоение методик БМС
6.7	Направленное развитие координационных способностей в ЛФК(2 ч.) 1.Характеристика понятия и особенности направленного развития координационных способностей в ЛФК. Показания. 2.Средства и методы развития координации движений. Подбор упражнений с движениями в разных плоскостях, с разным темпом, характером и т.д. Тренировка вестибулярного аппарата 3.Подбор упражнений с учетом особенностей возрастного развития и физического состояния человека.		2			4	Лабораторные методики проведения ЛГ	(1) (9) (10) (12)	Типовые задания
6.8	Применение физических упражнений в общей и специальной тренировке в ЛФК(2 ч.) 1. Понятия «Специальные» и «Общеразвивающие» упражнения, их соотношение в зависимости от двигательного режима и состояния больного.			2				(1) (9) (10) (12)	Конспект, рейтинговая контрольная №2
7	ОСНОВЫ КИНЕЗИОЛОГИИ(28 ч. ауд)	8	14	2	4	26			
7.1	Кинезиология – как наука о воздействии движения на организм человека(2 ч.) 1.Понятие и основные научные направления кинезиологии. 2.Влияние ФУ на расположение внутренних органов.	2					Компьютерная презентация	(4) (10)	Конспект, дискуссия
7.2	Влияние двигательной активности на строение и рост костно-мышечной системы(4 ч.)	2			2	2			
7.2.1	Влияние двигательной активности на строение и рост костно-мышечной системы(4 ч.) 1.Структурные изменения, изменения темпов роста длинных трубчатых костей под влиянием физических нагрузок 2.Адаптационные изменения костной системы у спортсменов 3.Суставно-связочный аппарат в системе движений. 4.Общие закономерности роста и развития скелетной мускулатуры, влияние физических нагрузок.	2						(1) (4) (10)	Конспект, дискуссия

7.2.2	Влияние двигательной активности на строение и рост костно-мышечной системы(4 ч.) 1.Развитие и функциональная активность скелетной мускулатуры в различные возрастные периоды. 2.Влияние физических нагрузок на адаптационные изменения костной системы, суставно-связочного аппарата и скелетной мускулатуры.				2 пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(1) (4) (10)	Практические задания
7.3	Анатомо-функциональная характеристика состояний и работы мышц(4 ч.) 1.Характеристика работы двигательного аппарата. Морфологическая и функциональная характеристика мышц. 2.Визуальные критерии динамики ОДА и его составляющих. 3.Основные группы мышц и их анатомо-функциональная характеристика. 4.Характеристика длительного удержания позы стоя и позы сидя, их отрицательное влияние на организм человека.	4				4	Компьютерная презентация	(4) (10)	Конспект, дискуссия
7.4	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях позвоночного столба(4 ч.) 1. Группы мышц, обеспечивающие движение шейного и поясничного отделов позвоночника. 2.Уступающая и преодолевающая работа мышц при движениях позвоночного столба. Зависимость характера работы мышц от направления движения, темпа, исходного положения. 3.Практические навыки анализа и описания движений в шейном отделе позвоночного столба. 4.Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях позвоночного столба (флексии, экстензии, ротации, латерофлексии), практическое его проведение.		4			6	Демонстрация движений	(4) (10)	Практические задания
7.5	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки(4 ч.)		2		2	4			Практические задания
7.5.1	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки(2 ч.) 1.Характеристика мышц, участвующие в актах вдоха и выдоха, их основные и вспомогательные функции.		2				Демонстрация движений	(4) (10)	Практические задания

	2.Содружественные сокращения дыхательной и позвоночной мускулатуры во время вдоха и выдоха. Глазодвигательные и дыхательные синергии. 3.Анализ и описание движений при работе мышц, обеспечивающих движения грудной клетки								
7.5.2	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки(2 ч.) 1.Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях грудной клетки, практическое его проведение.				2 пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(4) (10)	Практические задания
7.6	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении верхних конечностей(4 ч.) 1.Характеристика работы мышц, участвующих в движениях верхних конечностей. Динамическая и статическая работа мышц верхних конечностей. 2.Анализ и описание движений при работе мышц, обеспечивающих движения верхних конечностей. 3.Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях верхней конечности, практическое его проведение		4			5	Демонстрация движений	(4) (10)	Практические задания
7.7	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении нижних конечностей(4 ч.) 1. Характеристика работы мышц, участвующих в движениях нижней конечности. Мышцы, участвующие в движениях пальцев стопы. Динамическая и статическая работа мышц нижних конечностей. 2.Анализ и описание движений при работе мышц, обеспечивающих движения нижних конечностей. 3.Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях нижней конечности, практическое его проведение		4			5	Демонстрация движений	(4) (10)	Практические задания
7.8	Основы динамической анатомии(2 ч.) 1. Характеристика работы двигательного аппарата. 2. Основные группы мышц и их анатомо-функциональная характеристика. Закономерности последовательного или параллельного включения пяти основных групп мышц.			2				(4) (10)	Рейтинговая контрольная №3

	3.Характеристика работы мышц, участвующих в движениях позвоночника, грудной клетки, верхней и нижней конечности.								
8	ФОРМИРОВАНИЕ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ В ПРОВЕДЕНИИ КОМПЛЕКСОВ ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКИ(36 ч. ауд)		32	2	2	30			
8.1	Комплексы ЛГ с применением общеразвивающих упражнений с предметами(4 ч.) 1.Особенности составления комплексов ЛГ с применением ОРУ с предметами в зависимости от возраста, заболеваний, периода применения лечебной физкультуры 2.Проведение комплекса ЛГ с применением ОРУ с предметами. Анализ проведения, работа над ошибками		4			4	Схемы ЛГ, комплексы ФУ. Гимнастические предметы и снаряды	(6) (9) (10)	Составление и освоение комплексов ФУ
8.2	Комплексы лечебной гимнастики с применением упражнений на расслабление(4 ч.) 1.Характеристика и методика выполнения упражнений на расслабление. Клинико-физиологическое обоснование их применения 2.Составление комплекса упражнений на расслабление. Методические особенности их применения в зависимости от заболеваний, периода ЛФК 3.Проведение комплекса ЛГ с применением упражнений на расслабление. Анализ проведения, работа над ошибками.		4			4	Схемы ЛГ, комплексы ФУ	(6) (9) (10) (11)	Освоение комплексов ФУ
8.3	Комплексы ЛГ с применением упражнений на растягивание (стретчинг) (4 ч.) 1.Характеристика и методика выполнения упражнений на растягивание. Клинико-физиологическое обоснование их применения 2.Составление комплекса ЛГ с применением упражнений на растягивание. Методические особенности их применения в зависимости от заболеваний, периода ЛФК, сочетания с упражнениями на расслабление 3.Проведение комплекса ЛГ с применением упражнений на растягивание. Анализ проведения, работа над ошибками		4			4	Схемы ЛГ, комплексы ФУ	(6) (9) (10) (11)	Типовые задания
8.4	Комплексы лечебной гимнастики с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных		4			4	Схемы ЛГ, комплексы ФУ	(6) (9)	Составление и освоение

	<p>упражнений(4 ч.)</p> <p>1.Характеристика и методика выполнения идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений. Клинико-физиологическое обоснование их применения.</p> <p>2.Составление комплекса ЛГ с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений. Методические особенности их применения в зависимости от заболеваний, периода применения ЛФК</p> <p>3. Проведение комплекса ЛГ с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений.</p> <p>Анализ проведения, работа над ошибками</p>						(10) (11)	комплексов ФУ	
8.5	<p>Комплексы ЛГ с применением упражнений на координацию и для тренировки вестибулярного аппарата(4 ч.)</p> <p>1.Характеристика и методика выполнения упражнений на координацию и для тренировки вестибулярного аппарата. Клинико-физиологическое обоснование их применения</p> <p>2.Составление комплекса ЛГ с применением упражнений на тренировку вестибулярного аппарата и воспитания координации движений. Методические особенности их применения в зависимости от заболеваний, периода применения ЛФК</p> <p>3.Проведение комплекса ЛГ с применением упражнений на тренировку вестибулярного аппарата и формирование координации движений. Анализ проведения, работа над ошибками.</p>		4			4	Схемы ЛГ, комплексы ФУ	(6) (9) (10) (11)	Освоение комплексов ФУ
8.6	<p>Комплексы ЛГ с применением статических упражнений и упражнений с сопротивлением(4 ч.)</p> <p>1.Характеристика и методика выполнения статических упражнений и упражнений с сопротивлением. Клинико-физиологическое обоснование их применения</p> <p>2.Составление комплекса ЛГ с применением статических упражнений и упражнений с сопротивлением. Методические особенности их применения в зависимости от заболеваний, периода применения ЛФК</p> <p>3.Проведение комплекса ЛГ с применением статических упражнений, упражнений с сопротивлением. Анализ</p>		4			4	Схемы ЛГ, комплексы ФУ	(6) (9) (10) (11)	Типовые задания

	проведения, работа над ошибками								
8.7	Комплексы ЛГ с применением динамических и статических ДУ (4 ч.) 1. Характеристика и методика выполнения динамических и статических дыхательных упражнений. Клинико-физиологическое обоснование их применения 2. Составление комплекса ЛГ с применением динамических и статических ДУ. Методические особенности их применения в зависимости от заболеваний, периода применения ЛФК 3. Проведение комплекса ЛГ с применением динамических и статических ДУ. Анализ проведения, работа над ошибками		4			4	Схемы ЛГ, комплексы ФУ. Методики обучения различным типам дыхания.	(6) (9) (10) (11)	Освоение комплексов ФУ
8.8	Терренкур и ближний туризм в ЛФК(6 ч.)		4		2	2			
8.8.1	Терренкур и ближний туризм в ЛФК(4 ч.) 1. Терренкур. Характеристика маршрутов терренкура. 2. Характеристика, цель и содержание ближнего туризма как формы адаптивной физической культуры. Виды туризма (пешеходный, водный, лыжный, на велосипедах и др.). 3. Дозировка нагрузки.		4					(1) (6) (9) (10) (11)	Типовые задания
8.8.2	Терренкур и ближний туризм в ЛФК(2 ч.) 1. Характеристика, цель и содержание ближнего туризма как формы адаптивной физической культуры. Виды туризма (пешеходный, водный, лыжный, на велосипедах и др.). 2. Влияние на кардиореспираторную систему. 3. Дозировка нагрузки. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.				2 пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(1) (6) (9) (10) (11)	Опрос
8.9	Клинико-физиологическое обоснование применения различных гимнастических упражнений в комплексах лечебной гимнастики(2 ч.) 1. Особенности составления комплексов лечебной гимнастики и методики применения различных гимнастических упражнений в зависимости от возраста, заболеваний, периода применения ЛФК. 2. Клинико-физиологическое обоснование применения различных гимнастических упражнений в комплексах ЛГ.			2				(1) (6) (9) (10) (11)	Практические задания
Всего во 2-м семестре: 200ч. (из них 80ч. аудит)		10	58	6	6	84			экзамен(36ч.)
3-й семестр									

9	ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛФК (16 ч. ауд)	8	6	2		10			
9.1	ЛФК – неспецифический, патогенетический и функциональный метод лечения и профилактики заболеваний(2 ч.) 1.Особенности ЛФК как терапевтического метода в комплексном лечении и профилактике заболеваний	2					Компьютерная презентация	(6) (9) (10) (11)	Конспект, дискуссия
9.2	Физиологические основы лечебного действия физической культуры(4 ч.) 1. Роль нервной и гуморальной систем в реализации механизмов физиологического и лечебного действия ФУ. 2.Механизмы тонизирующего, трофического действия ФУ, формирования компенсаций и нормализации функций.	4				4	Компьютерная презентация	(6) (9) (10) (11)	Конспект, дискуссия
9.3	Показания и противопоказания к назначению ЛФК(2 ч.) 1.Показания к назначению лечебной физической культуры. 2.Противопоказания к назначению ЛФК. Понятие «Фактор риска».		2					(6) (9) (10) (11)	Опрос
9.4	Двигательные режимы в ЛФК(6 ч.)	2	4			6			
9.4.1	Двигательные режимы в ЛФК(2 ч.) 1.Периоды применения лечебной физкультуры. 2.Характеристика двигательных режимов, используемых в стационаре и в санаторно-поликлинических условиях.	2					Компьютерная презентация	(6) (9) (10) (11)	Конспект, дискуссия
9.4.2	Двигательные режимы в ЛФК(4 ч.) 1.Задачи и характеристика периодов применения ЛФК. 2.Содержание двигательных режимов, используемых в стационаре и в санаторно-поликлинических условиях.		4				Плакат 1.2	(6) (9) (10) (11)	Типовые задания
9.5	Основы лечебной физической культуры(2 ч.) 1.Физиологические основы ЛФК. 2.Двигательные режимы как объем допустимых движений в различные периоды применения ЛФК.			2				(6) (9) (10) (11)	Рейтинговая контрольная №4
10	ОБСЛЕДОВАНИЕ ПАЦИЕНТОВ В ЦЕЛЯХ КИНЕЗОТЕРАПИИ(16 ч. ауд)	2	10	2	2	12			
10.1	Функциональное обследование кардиореспираторной системы(6ч)	2	4			4			
10.1.1	Функциональное обследование кардиореспираторной системы(2ч) 1.Методика определения функциональных показателей.	2					Компьютерная презентация	(5) (6) (7)	Конспект, дискуссия

	<p>деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</p> <p>2.Характеристика методов функциональных исследований сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</p> <p>3. Оценка эффективности занятий ЛФК.</p>							(8) (9) (10) (11)	
10.1.2	<p>Функциональное обследование кардиореспираторной системы(4ч)</p> <p>1.Методы функциональных исследований сердечно-сосудистой и дыхательной систем.</p> <p>2.Значение исследований сердечно-сосудистой системы как основы дозировки физической нагрузки в ЛФК.</p> <p>3.Использование результатов тестов при анализе эффективности занятий лечебной физической культурой.</p>		4				Тонومتر, секундомер, велозргометр, методики провед. анализа функционального обследования	(5) (6) (7) (8) (9) (10) (11)	Защита практических заданий, выборочная проверка
10.2	<p>Функциональное обследование ОДА(2 ч.)</p> <p>1.Особенности функционального обследования опорно-двигательного аппарата.</p> <p>2.Методика и техника измерения линейных размеров тела. Методы оценки физического развития.</p> <p>3.Методика и техника измерения амплитуды движений в суставах.</p> <p>4.Методика и техника измерений мышечной силы.</p>		2			4	Компьютерная презентация	(2)(5) (6) (14)	Практические задания
10.3	Тестирование двигательных качеств(6 ч.)		4		2	4			
10.3.1	<p>Тестирование двигательных качеств(4 ч.)</p> <p>1. Тесты для изучения уровня развития различных двигательных способностей. Оценка их результатов.</p> <p>2.Оценка эффективности занятий ЛФК, определение направления коррекции физической нагрузки на занятиях лечебной гимнастикой.</p>		4				Угломер, линейка, сантиметровая лента, динамометр. Таблицы, рисунки	(4) (5) (6) (7) (8) (9) (10) (11)	Практические задания
10.3.2	<p>Тестирование двигательных качеств(2 ч.)</p> <p>1. Тесты для изучения уровня развития двигательных качеств у здоровых и больных людей. Оценка результатов.</p>				2пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(4) (5) (6) (7) (8) (9) (10) (11)	Защита выполненных заданий, опрос
10.4	<p>Обследование занимающихся ЛФК(2 ч.)</p> <p>1.Методы функционального обследования основных систем организма занимающихся ФУ.</p> <p>2.Значение тестирования, использование результатов тестов</p>			2				(4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)	Рейтинговая контрольная №5

	при оценке эффективности ЛФК и коррекции физических нагрузок на занятиях лечебной гимнастикой.						(11)	
11	ДВИГАТЕЛЬНЫЙ СТЕРЕОТИП И ЕГО НАРУШЕНИЯ(14 ч. ауд)	2	12			12		
11.1	Понятие о двигательном стереотипе(2 ч.) 1.Понятие и двигательный стереотип. 2.Уровни построения движений А, Б,С. 3.Высшие кортикальные уровни.	2					Компьютерная презентация (4) (10)	Конспект, дискуссия
11.2	Методика исследования двигательного стереотипа(4 ч.) 1.Функциональная патология уровня А. Изменение силы и тонуса мышц, наличие локальных уплотнений, укороченных мышц. Методика исследования. 2. Функциональная патология уровня Б. Характеристика общей осанки-позы положения сидя, стоя. Критерии визуальной диагностики. 3. Функциональная патология уровня С. Методика оценки умения расслабляться по команде, умения локального напряжения мышц или группы мышц.		4			4	Методики тестирования ДС (4)	Практические задания
11.3	Нарушение двигательного стереотипа(2 ч.) 1. Генерализованные дискоординаторные синдромы. 2.Регионально-локальные дискоординаторные синдромы. 3.Нарушения стереотипа дыхания.		2			4	Методики тестирования ДС (4)	Практические задания
11.4	Перестройка нарушенного двигательного стереотипа(6 ч.) 1.Оценка стереотипов движения. 2.Общие принципы коррекции порочного двигательного стереотипа. Методика сенсомоторной активации.		6			4	Методики формирования ДС (4)	Практические задания
12	ТРЕНИРОВКА ОПТИМАЛЬНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО СТЕРЕОТИПА РАЗЛИЧНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ И ДВИЖЕНИЙ ТЕЛА (14 ч. ауд)		12	2		22		
12.1	Тренировка стереотипа дыхания (2 ч.) 1.Характеристика и тренировка оптимального стереотипа «дыхание». Типичные ошибки стереотипа дыхания. 2.Упражнения при нарушенном стереотипе акта вдоха и при нарушенном стереотипе акта выдоха.		2			4	Лабор.методики проведения ЛГ (4)	Практические задания
12.2	Тренировка положения тела на обеих ногах(2 ч.) 1.Характеристика оптимального стереотипа «положение		2			4	Лабор.методики проведения ЛГ (4)	Практические задания

	стоя на обеих ногах». Типичные ошибки. 2.Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на обеих ногах. Тренировка положения стоя у стены.								
12.3	Тренировка положения тела стоя на одной ноге(2 ч.) 1.Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на одной ноге». Типичные ошибки. 2. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на одной ноге. 3.Тренировка положения тела стоя на одной ноге, попеременного выдвижения ног в положении лежа на спине, сгибания и разгибания ног в положении лежа на боку.		2			4	Лабор.методики проведения ЛГ	(4)	Практические задания
12.4	Тренировка положения тела сидя(2 ч.) 1.Характеристика оптимального стереотипа «положение тела сидя». Сидение на полу, выпрямившись с поворотом туловища. Сидение, выпрямившись и поворот головы. Смещение грудной клетки в стороны. Разгрузочная поза Brugger. Типичные ошибки положения тела сидя. 2. Коррекция нарушений мышечной регуляции различных положений сидя. Тренировка положения тела сидя, владение положением таза сидя.		2			4	Лабор.методики проведения ЛГ	(4)	Практические задания
12.5	Тренировка сгибания туловища(2 ч.) 1.Характеристика оптимального двигательного стереотипа «сгибание туловища». Типичные ошибки сгибания туловища. 2.Коррекция нарушений мышечной регуляции сгибания туловища. 3.Тренировка кифозирования поясничного отдела позвоночника и вытяжения рук вперед. 4.Тренировка сгибания и разгибания туловища стоя, поднимания предметов с пола, ношения тяжести.		2			3	Лабор.методики проведения ЛГ	(4)	Практические задания
12.6	Тренировка поднимания рук(2 ч.) 1.Характеристика двигательного стереотипа «поднимание рук». Типичные ошибки поднимания рук. 2.Коррекция нарушений мышечной регуляции поднятия рук. 3.Тренировка поднимания разведенных в сторону рук лежа на животе, поднимания и опускания плеч, поднимания и опускания плеч с поднятыми руками, поднимания рук вперед		2			3	Лабор.методики проведения ЛГ	(4)	Практические задания

	и назад, поднимания рук над головой.								
12.7	Тренировка оптимального двигательного стереотипа(2 ч.)			2				(4)	Контрольный опрос
13	ДОЗИРОВАНИЕ НАГРУЗОК В ЛФК(16 ч. ауд)	4	12			4			
13.1	Дозирование нагрузок в ЛФК(4 ч.) 1.Понятие «Физическая нагрузка», характеристика ее внешней и внутренней стороны. 2.Содержание физических нагрузок в ЛФК. 3.Способы дозировки физической нагрузки.	4					Компьютерная презентация	(6) (9) (10) (11)	Конспект, уч. дебаты
13.2	Дозирование нагрузок в ЛФК(12 ч.) 1. Оптимальные тренировочные нагрузки в ЛФК. 2. Методические приемы изменения величины физической нагрузки. 3.Подбор физической нагрузки в зависимости от возраста, пола и уровня физической подготовленности.		12				Велоэргометр, тонометр, секундомер. Методика определения РС, ОТН	(6) (9) (10) (11)	Выполнение практических заданий, рейтинговой контрольной №6
14	РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЛФК(6 ч. ауд)	2	2		2	2			
14.1	Реабилитационный потенциал, занимающихся ЛФК(2 ч.) 1.Понятие «Реабилитационный потенциал». Его роль в составлении программ реабилитации. 2.Методика оценки реабилитационного потенциала.	2					Компьютерная презентация	(6) (10)	Конспект, дискуссия
14.2	Реабилитационный потенциал, занимающихся ЛФК(2 ч.) 1. Формирование групп для занятий ЛФК на основе реабилитационного потенциала, характера течения основного и сопутствующих заболеваний, уровня физического развития и функционального состояния организма, физической подготовленности.		2					(6) (10)	Выборочная проверка
14.3	Реабилитационный потенциал, занимающихся ЛФК(2 ч.) 1. Медицинские, психологические и социальные факторы, определяющие реабилитационный потенциал.				2 пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(6) (10)	Защита выполненных заданий
Всего в 3-м семестре: 180ч. (из них 82 ч.аудит)		18	54	6	4	62			экзамен(36ч)
4-й семестр									
15	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЛФК(8ч. ауд)	2	4	2		2			
15.1	Взаимосвязь психического и соматического в возникновении заболеваний(4 ч.)	2	2						

15.1.1	Взаимосвязь психического и соматического в возникновении заболеваний(2 ч.) 1. Психология соматического больного. Факторы психосоматических заболеваний. 2. Характерологические особенности личности, типа высшей нервной деятельности, эмоционального компонента в возникновении психосоматических расстройств. 3. Психосоматические патологии у детей.	2					Компьютерная презентация	(2) (10)	Конспект, дискуссия
15.1.2	Взаимосвязь психического и соматического в возникновении заболеваний(2 ч.) 1. Психоэмоциональная характеристика школьников. 2. Распространенность психосоматической патологии у детей и взрослых.		2				Таблицы суточной активности школьников	(2) (10)	Выборочный опрос
15.2	Психотерапевтический эффект лечебных упражнений(2ч.) 1. Влияние занятий физической культурой на состояние психики. 2. Модель построения занятий по ЛФК с лицами с психосоматической патологией.	2			2		Методика «САН»	(2) (10) (12)	Тестирование, собеседование
15.3	Роль психического фактора в формировании здоровья(2 ч.) 1. Психоэмоциональная характеристика школьников. 2. Психологические аспекты построения уроков физкультуры.			2				(2) (10) (12)	Опрос
16	ПРЕДПАТОЛОГИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ(4 ч. ауд)	2		2		6			
16.1	Характеристика и причины предпатологических состояний(2ч) 1. Понятие «предпатологическое состояние», причины развития. 2. Понятие «стресса». Виды стресса. Адаптационный синдром и его развитие 3. Функциональные изменения органов и систем органов при стрессе, предпатологических состояниях.	2				2	Компьютерная презентация	(2) (10)	Конспект, дискуссия
16.2	Предпатологические состояния как переход от здоровья к болезни(2 ч.) 1. Факторы развития предпатологических состояний. 2. Механизм адаптационного синдрома. Функциональные изменения в организме при стрессе.			2					Письменный опрос

17	МЕТОДЫ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПРИМЕНЕНИЯ ЛФК(10 ч. ауд)	2	8						
17.1	Роль ЛФК в санаторно-курортном лечении(4 ч.)	2	2						
17.1.1	Роль ЛФК в санаторно-курортном лечении(2 ч.) 1. Основы санаторно-курортного лечения. 2. Структура и система организации деятельности санаторно-курортных учреждений.	2					Компьютерная презентация	(10)	Конспект, дискуссия
17.1.2	Роль ЛФК в санаторно-курортном лечении(2 ч.) 1. Принципы санаторно-курортного лечения. 2. Методы восстановления здоровья на санаторно-курортном этапе реабилитации.		2					(10)	Собеседование
17.2	Роль закаливания, методы и виды закаливания(2 ч.) 1.Основы закаливания и его роль в сохранении и укреплении здоровья. 2.Физиологические механизмы закаливания. 3.Виды и системы закаливания. Методы закаливания.		2				Методики закаливания, презентация	(10)	Выборочная проверка
17.3	Принципы составления коррекционно-восстановительных программ в ЛФК(4 ч.) 1.Составляющие коррекционно-восстановительных программ и их характеристика. 2. Принципы составления коррекционно-восстановительных программ в ЛФК в зависимости от заболевания, двигательного режима, возраста и функциональных нарушений органов и систем.		4			4	Методики разработки программ ФР	(10)	Практические задания
18	МЕТОДОЛОГИЯ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В ЛФК(20ч. ауд)	2	12	2	4	14			
18.1	Виды научных работ. Формы их представления(2 ч.) 1.Разновидности и характеристика научных и методических работ. 2.Основные формы научной и методической работы.				2 пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(3) (10)	Выборочная проверка
18.2	Структура и содержание курсовой работы(4 ч.)	2	2			2			
18.2.1	Структура и содержание курсовой работы(2 ч.) 1.Структура дипломной работы. 2.Содержание составляющих частей и разделов работы: титульного листа, оглавления, перечня условных обозначений, общей характеристики работы, анализа	2					Метод. реком. по подготовке курсовых работ	(3) (10)	Конспект, дискуссия

	литературных источников по теме исследования, результатов исследований, заключения, выводов, списка литературы, приложений. 3. Требования к их оформлению.								
18.2.2	Структура и содержание курсовой работы(2 ч.) 1.Структура дипломной работы. 2.Содержание составляющих частей и разделов работы: титульного листа, оглавления, перечня условных обозначений, общей характеристики работы, анализа литературных источников по теме исследования, результатов исследований, заключения, выводов, списка литературы, приложений. 3. Требования к их оформлению, порядок защиты.		2				Метод. реком. по подготовке курсовых работ	(3) (10)	Защита практических заданий
18.3	Организация педагогического исследования(4 ч.) 1.Подготовка и проведение исследовательской части работы. 2.Выбор базы, контингента исследуемых, сроки проведения. 3. Составление графика работы с исследуемой группой лиц. 4.Проведение педагогического исследования.		4			4	Метод. реком. по подготовке курсовых работ	(3) (10)	Разработка плана проведения эксперимента. Практические задания
18.4	Обработка материалов научной и методической деятельности(2 ч.) 1.Методы качественного и количественного анализа оценки результатов педагогического воздействия. Способы вычисления достоверности различий между двумя независимыми результатами 2.Использование информационных технологий в процессе оценки и обработки результатов исследований. 3. Требования к редакционно-техническому оформлению научно-методического материала. Внедрение в практику		2			4	Метод. реком. по подготовке курсовых работ	(3) (10)	Защита практических заданий
18.5	Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде(4 ч.)		2		2				
18.5.1	Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде(4 ч.) 1.Правила представления отдельных видов текстового материала при написании научно-методической работы. 2.Представление табличного материала в научной работе.		2				Метод. реком. по подготовке курсовых работ	(2) (3) (13)	Защита практических заданий

	Требования к содержанию, форме, построению, редакционно-техническому оформлению таблицы. 3.Представление иллюстрируемого материала в виде рисунков, графиков, диаграмм, чертежей, схем, фотографий. Требования к их редакционно-техническому оформлению.								
18.5.2	Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде(4 ч.) 1. Представление табличного материала в научной работе. Требования к содержанию таблицы. 2. Представление иллюстрируемого материала в виде рисунков, графиков, диаграмм, чертежей, схем, фотографий.				2 пр	2	Метод.реком. по выполнению УСР	(3) (10)	Защита практических заданий
18.6	Оформление научно-методической работы. Внедрение результатов в практику(2 ч.) 1.Требования к оформлению разделов научно-методической работы. 2.Формы внедрения в практику результатов научной и методической деятельности. Акт внедрения. 3.Подготовка материалов научной деятельности к публикациям.		2			2		(3) (10)	Защита практических заданий
18.7	Подготовка и порядок защиты дипломных работ(2 ч.) 1.Правила оформления доклада, мультимедийной презентации.			2				(3) (10)	Практические задания, опрос
	Всего в 4-м семестре: 64ч. (из них 42ч. аудит)	8	24	6	4	22			зачет
5-й семестр									
19	ОСНОВЫ ОБЩЕЙ ПАТОЛОГИИ(26 ч. ауд)	12	8	4	2	24			
19.1	Общая патология как теоретическая основа медицины. Приспособление. Компенсация нарушений жизнедеятельности организма(4 ч.)	2	2			4			
19.1.1	Общая патология как теоретическая основа медицины. Приспособление. Компенсация нарушений жизнедеятельности организма(2 ч.) 1.Общая патология как теоретическая основа медицины. Понятия «Этиология», «Патологический процесс», «Патогенез», «Саногенез». 2.Механизм адаптационных и компенсаторных реакций. Долговременная адаптация, ее виды.	2					Компьютерная презентация	(6) (10) (12)	Конспект, дискуссия

	3.Декомпенсация.								
19.1.2	Общая патология как теоретическая основа медицины. Приспособление. Компенсация нарушений жизнедеятельности организма(2 ч.) 1.Патогенетические механизмы на различных стадиях заболевания. 2.Понятия «Адаптация» и «Компенсация нарушенных функций», их роль как факторов обеспечения здоровья и выздоровления при патологических процессах.		2				Уч.-метод. литература	(6) (10) (12)	Собеседование
19.2	Патогенетические механизмы действия болезнетворных факторов(8 ч.)	6	2			8			
19.2.1	Патогенетические механизмы действия болезнетворных факторов(6 ч.) 1. Типовые патогенетические механизмы. 2. Гипоксия, типы гипоксии. Роль гипоксии в развитии патогенетических состояний. 3. Причины и виды патогенетических нарушений кровообращения. 4. Нейротрофические расстройства, интоксикации. 5.Понятие о реактивности организма. Виды реактивности, факторы, ее определяющие.	6					Компьютерная презентация	(10)	Конспект, дискуссия
19.2.2	Патогенетические механизмы действия болезнетворных факторов(2 ч.) 1.Гипоксия как универсальный механизм действия различных патогенных факторов. 2.Значение для организма патогенетических нарушений кровообращения. 3.Реактивность и резистентность. Роль наследственности в развитии патологии.		2				Таблицы механизмов патогенетических процессов	(10)	Выборочная проверка
19.3	Основы патологической физиологии(2 ч.) 1.Типовые патогенетические механизмы. 2. Механизм адаптационных и компенсаторных реакций. 3. Патогенетическое воздействие вредных привычек.			2					Рейтинговая контрольная№7
19.4	Изменения органов и тканей при действии болезнетворных факторов(4 ч.)	2	2			6			
19.4.1	Изменения органов и тканей при действии болезнетворных	2					Компьютерная	(10)	Конспект

	<p>факторов(2 ч.)</p> <p>1. Структурно-функциональные изменения клеток и тканей.</p> <p>2. Понятие «дистрофии». Виды, причины и значение для организма.</p> <p>3. Понятия «атрофии». Формы, причины развития.</p> <p>4. Некроз, виды патологического некроза, причины и исход.</p>						презентация		
19.4.2	<p>Изменения органов и тканей при действии болезнетворных факторов(2 ч.)</p> <p>1. Структурно-функциональные изменения органов, подвергшихся воздействию патогенетических факторов.</p> <p>2. Понятие о физиологической и патологической атрофии, некрозе.</p>		2				Уч.-метод. литература	(10)	Рейтинговая контрольная №8
19.5	Универсальные защитно-приспособительные реакции организма(6 ч.)	2	2		2	6			
19.5.1	<p>Универсальные защитно-приспособительные реакции организма(2 ч.)</p> <p>1. Воспаление, его причины, признаки, формы и механизм развития.</p> <p>2. Понятие о регенерации, ее виды на различных уровнях организации.</p> <p>3. Иммуитет, его виды. Неспецифические и специфические механизмы иммунитета. Факторы регуляции иммунореактивных реакций.</p> <p>4. Теплопродукция и теплоотдача. Этиология лихорадки, механизм развития.</p>	2					Компьютерная презентация	(10)	Конспект, дискуссия
19.5.2	Универсальные защитно-приспособительные реакции организма(2 ч.)		2				Уч.-метод. литература	(10)	Собеседование
19.5.3	<p>Универсальные защитно-приспособительные реакции организма(2 ч.)</p> <p>1. Понятие о теплопродукции и теплоотдаче. Классификация, формы лихорадочной реакции.</p> <p>2. Этиология лихорадки. Механизмы ее развития. Значение для организма.</p> <p>3. Стадии развития лихорадочного состояния и изменение теплового баланса организма.</p>				2 пр		Метод.реком. по выполнению УСРС	(10)	Выборочная проверка

19.6	Основы патологической анатомии и защитные реакции организма(2 ч.) 1. Воспаление, его причины, формы и механизм развития. Иммунные реакции организма. 2. Иммунитет, его виды. Неспецифические и специфические механизмы иммунитета. Факторы регуляции иммунореактивных реакций. Функции иммунной системы. 3. Теплопродукция и теплоотдача. 4. Лихорадка, механизм развития. Стадии развития лихорадочного состояния.			2					(10)	Рейтинговая контрольная №9
	Всего в 5-м семестре: 86ч. (из них 26 ч. аудит)	12	8	4	2	24				экзамен(36ч)
	Всего: 660ч. (из них 304 часа аудиторных)	72	174	34	24	248				108 (экзамены)

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная:

1. Теория и методика физического воспитания : пособие для студ. учреждений высш. образования специальности 1-03 02 01 Физ. культура / М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. пед. ун-т ; [под ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича]. – Минск : БГПУ, 2014. – 415 с.

Дополнительная:

2. Беляева, О. А. Методы организации рефлексии : учеб.-метод. пособие / О. А. Беляева. – Изд. 4-е. – Минск : РИПО, 2017. – 42 с.

3. Белоус, В. А., Щеголев, В. А., Щедрин, Ю. Н. Организация научных исследований по физической культуре в вузе : учеб.-метод. пособие / В. А. Белоус [и др.]. – СПб : СПбГУИТ-МО, 2005. – 72 с.

4. Васильева, Л. Ф. Визуальная и кинезиологическая диагностика патобиомеханических изменений мышечно-скелетной системы : учеб. пособие / Л. Ф. Васильева. – М. : РГМУ, 2009. – 136 с.

5. Гамза, Н. А. Функциональные пробы в спортивной медицине : пособие / Н. А. Гамза, Г. Р. Гринь, Т. В. Жукова ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Изд. 8-е. – Минск : БГУФК, 2016. – 57 с.

6. Епифанов, В. А. Основы реабилитации : учебник для мед. училищ и колледжей / под ред. В. А. Епифанова, А. В. Епифанова. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 416 с.

7. Захаревич, А. Л. Комплексный подход в оценке функционального состояния с использованием физиологических и морфологических параметров: практ. пособие / А. Л. Захаревич, А. С. Кузикевич, Д. С. Пфейфер. – Минск : РНПЦ спорта, 2017. – 31 с.

8. Кобзев, В. Ф. Определение и оценка физического развития занимающихся физической культурой и спортом : метод. рекомендации / В. Ф. Кобзев. – Минск : ВООК, 2008. – 33 с.

9. Лечебная физическая культура : учебник для студ. высш. учеб. заведений / С. Н. Попов [и др.] ; под ред. С. Н. Попова. – Изд. 7-е. – М. : Академия, 2009. – 416 с.

10. Соловьёва, Н. Г. Электронный учебно-методический комплекс по учебной дисциплине «Теория и организация лечебной физической культуры» [Электронный ресурс] / Н. Г. Соловьёва, В. И. Тихонова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/177>. – Дата доступа: 10.12.2019.

11. Тихонова, В. И. Лечебная физическая культура : учеб.-метод. пособие : в 2 ч. / Белорус. гос. пед. ун-т ; В. И. Тихонова. – Изд. 2-е. – Минск : БГПУ, 2011. – Ч. 1 : ЛФК в клинике внутренних болезней . – 168 с.

12. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2 т. / под ред. проф. С. П. Евсеева. – М. : Советский спорт, 2009. – Т. 2 : Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов. – 448 с.

ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1.2.1	Факторы, влияющие на здоровье	4	Изучение научной литературы	Собеседование
1.3	Общие принципы определения индивидуального здоровья	2	Практические задания	Защита практических заданий
2.1	Принципы рационального питания	2	Подготовка к семинарским занятиям	Контрольная работа
2.2	Краткие сведения о биологической активности микрокомпонентов пищи	4	Изучение нормативной документации	Собеседование
3.2	Роль движения в сохранении здоровья при наличии профессиональных вредностей	2	Написание реферата	Проверка письменных отчетов
3.3	Роль движения в сохранении здоровья в пожилом и старческом возрасте	2	Подготовка доклада	Выборочная проверка знаний
3.4	Физическая нагрузка и здоровье женщины	4	Создание презентаций	Защита презентаций
4.1	Организация службы лечебной физической культуры. Материальная база	2	Изучение нормативной документации	Проверка знаний во время занятий
5.1	Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в ЛФК	8	Создание презентаций	Защита презентаций
5.2	Обучение двигательным действиям	6	Изучение учебной литературы	Выборочная проверка знаний
5.3	Методы развития двигательных способностей	4	Изучение учебной литературы	Рейтинговая контрольная
5.5	Формы применения ЛФК	6	Подготовка к семинарским занятиям	Письменная работа
5.6	Занятие лечебной гимнастики. Самостоятельные занятия	2	Углубленный анализ научной литературы	Проверка знаний во время занятий, экзамен
5.7	Лечебная дозированная ходьба	2	Изучение учебной литературы	Собеседование
5.8	Дозированное восхождение в ЛФК	2	Изучение учебной литературы	Выборочная проверка знаний
5.9	Ближний туризм. Применение тренажеров в ЛФК	4	Изучение учебной литературы	Выборочная проверка знаний
6.1	Общие требования к методике применения физических упражнений в общей и специальной тренировке в ЛФК	4	Подготовка к рейтинговой контрольной работе	Написание рейтинговой контрольной
6.2	Планирование общей и специальной тренировки в лечебной физической культуре	4	Выполнение заданий по наблюдению и сбору материалов в процессе практики	Отчеты по пройденной практике
6.3	Основные закономерности и	4	Подготовка к	Написание

	педагогические принципы развития двигательных способностей в ЛФК		семинарским занятиям	рейтинговой контрольной
6.4	Направленное развитие выносливости в лечебной физической культуре	4	Подготовка к практическим занятиям, рейтинговой контрольной	Написание рейтинговой контрольной, рейтинговый контроль
6.5	Направленное развитие силовых способностей в лечебной физической культуре	4	Подготовка к практическим занятиям, рейтинговой контрольной	Практическое выполнение заданий, рейтинговый контроль
6.6	Направленное развитие гибкости в ЛФК	4	Подготовка к практическим занятиям, рейтинговой контрольной	Практическое выполнение заданий, рейтинговый контроль
6.7	Направленное развитие координационных способностей в ЛФК	4	Подготовка к практическим занятиям, рейтинговой контрольной	Практическое выполнение заданий, рейтинговый контроль
7.2	Влияние двигательной активности на строение и рост костно-мышечной системы	2	Создание презентации	Защита презентаций
7.3	Анатомо-функциональная характеристика состояний и работы мышц	4	Подготовка к семинарским занятиям	Написание рейтинговой контрольной
7.4	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях позвоночного столба	6	Углубленный анализ научной литературы	Проверка знаний во время занятий, экзамен
7.5	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки	4	Углубленный анализ научной литературы	Проверка знаний во время занятий, экзамен
7.6	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении верхних конечностей	5	Углубленный анализ научной литературы	Проверка знаний во время занятий, экзамен
7.7	Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении нижних конечностей	5	Углубленный анализ научной литературы	Проверка знаний во время занятий, экзамен
8.1	Комплексы ЛГ с применением общеразвивающих упражнений с предметами	4	Составление схем, комплексов ФУ	Освоение лабораторных методик ЛГ
8.2	Комплексы лечебной гимнастики с применением упражнений на расслабление	4	Составление схем, комплексов ФУ	Освоение лабораторных методик ЛГ
8.3	Комплексы ЛГ с применением упражнений на растягивание (стретчинг)	4	Составление схем, комплексов ФУ	Освоение лабораторных методик ЛГ
8.4	Комплексы лечебной гимнастики с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений	4	Составление схем, комплексов ФУ	Освоение лабораторных методик ЛГ, оценка методических разработок
8.5	Комплексы ЛГ с применением	4	Составление схем,	Освоение

	упражнений на координацию и для тренировки вестибулярного аппарата		комплексов ФУ	лабораторных методик ЛГ
8.6	Комплексы ЛГ с применением статических упражнений и упражнений с сопротивлением	4	Составление схем, комплексов ФУ	Освоение лабораторных методик ЛГ
8.7	Комплексы ЛГ с применением динамических и статических ДУ	4	Составление схем, комплексов ФУ	Освоение лабораторных методик ЛГ
8.8	Терренкур и ближний туризм в ЛФК	2	Изучение учебной литературы	Собеседование
9.2	Физиологические основы лечебного действия физической культуры	4	Подготовка к рейтинговой контрольной работе	Написание рейтинговой контрольной
9.4	Двигательные режимы в ЛФК	6	Выполнение творческих заданий	Проверка заданий
10.1	Функциональное обследование кардиореспираторной системы	4	Подготовка к рейтинговой контрольной работе	Написание рейтинговой контрольной
10.2	Функциональное обследование ОДА	4	Углубленный анализ научной литературы	Проверка знаний во время занятий, экзамен
10.3	Тестирование двигательных качеств	4	Углубленный анализ научной литературы	Проверка знаний во время занятий, экзамен
11.2	Методика исследования двигательного стереотипа	4	Практические задания	Проверка заданий
11.3	Нарушение двигательного стереотипа	4		Собеседование
11.4	Перестройка нарушенного двигательного стереотипа	4	Практические задания	Проверка заданий
12.1	Тренировка стереотипа дыхания	4	Практические задания	Проверка заданий
12.2	Тренировка положения тела на обеих ногах	4	Практические задания	Проверка заданий
12.3	Тренировка положения тела стоя на одной ноге	4	Практические задания	Проверка заданий
12.4	Тренировка положения тела сидя	4	Практические задания	Проверка заданий
12.5	Тренировка сгибания туловища	3	Практические задания	Проверка заданий
12.6	Тренировка поднимания рук	3	Практические задания	Проверка заданий
13	Дозирование нагрузок в ЛФК	4	Решение практических и ситуационных задач	Проверка заданий, рейтинговая контрольная
14	Реабилитационный потенциал, занимающихся ЛФК	2	Изучение учебной литературы	Выборочная проверка знаний
15.2	Психотерапевтический эффект лечебных упражнений	2	Изучение учебной литературы	Собеседование
16.1	Характеристика и причины предпатологических состояний	2	Изучение учебной литературы	Написание контрольной работы
17.3	Принципы составления коррекционно-восстановительных программ в ЛФК	4	Разработка заданий	Защита выполненных заданий

18.2	Структура и содержание курсовой работы	2	Выполнение исследовательских заданий	Защита выполненных заданий
18.3	Организация педагогического исследования	4	Составление плана, разработка анкет	Проверка заданий
18.4	Обработка материалов научной и методической деятельности	4	Выполнение исследовательских заданий	Проверка заданий
18.5.2	Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде	2	Составление иллюстраций, диаграмм, графиков	Выборочная проверка заданий
18.6	Оформление научно-методической работы. Внедрение результатов в практику	2	Составление библиографии, реферирование	Проверка заданий
19.1	Общая патология как теоретическая основа медицины. Приспособление. Компенсация нарушений жизнедеятельности организма	4	Углубленный анализ научной литературы	Проверка знаний во время занятий
19.2	Патогенетические механизмы действия болезнетворных факторов	8	Углубленный анализ научной литературы	Написание контрольной работы, опрос
19.4	Изменения органов и тканей при действии болезнетворных факторов	6	Углубленный анализ научной литературы	Написание контрольной работы, опрос
19.5	Универсальные защитно-приспособительные реакции организма	6	Подготовка к семинарским занятиям	Написание контрольной работы, опрос
	Всего:	248ч.		

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Управляемая самостоятельная работа студентов (УСРС) – это форма организации учебного процесса, направленная на активизацию учебно-познавательной деятельности студентов, формирование у них умений и навыков самостоятельного приобретения, обобщения и применения знаний при методическом руководстве и контроле преподавателя.

1. Преподаватель отвечает за планирование, организацию и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов:

- доводит до сведения студентов выделенные на самостоятельное изучение темы или разделы дисциплины;
- разрабатывает контрольные вопросы и задания, подбирает источники литературы;
- знакомит с требованиями по форме и срокам выполнения заданий;
- проводит установочные занятия, индивидуальные консультации, контрольные мероприятия, собеседования.

2. Студент должен:

- ознакомиться с темой, перечнем вопросов (заданий), подлежащих изучению (выполнению) и планом изложения материала;
- ознакомиться с требованиями по форме и срокам выполнения заданий, а также по форме их контроля;
- изучить рекомендованные источники литературы, проанализировать, обобщить и законспектировать материал согласно плану (выполнить задание в рукописном варианте!);
- подготовить и представить выполненную работу (реферат, презентацию, доклад и др.), согласно срокам и форме контроля.

3. Требования к форме и срокам выполнения самостоятельной работы студентов:

- все контрольные вопросы по теме (разделу) дисциплины должны быть раскрыты согласно предложенному преподавателем плану;
- задание может быть выполнено в виде презентации, в форме реферата (рукописно, кроме комплексов ФУ), защиты учебных заданий;
- обязательно наличие списка литературы с полным библиографическим описанием на основе приказа ВАК Республики Беларусь № 159 от 25.06.2014 г. «Примеры библиографического описания в списке источников, приводимых в диссертации и автореферате».

– обучающийся обязан выполнить все установленные учебной программой задания УСР. Невыполнение заданий УСР расценивается как невыполнение учебной программы. (Положение о самостоятельной работе студентов (курсантов, слушателей), утверждено Министром образования Республики Беларусь от 06.04.2015) Студенты не допускаются к итоговой (текущей) форме контроля по дисциплине (зачет, экзамен).

- * Задания выполняются по вариантам.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ И КОНТРОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

1 семестр

Задание №1 Раздел 1. ЗДОРОВЬЕ И ЕГО СОСТАВЛЯЮЩИЕ

Практическое занятие: Тема 1.2 Факторы, влияющие на здоровье (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний о здоровье, факторах формирующих и влияющих на здоровье.

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Факторы, определяющие здоровье (биологические, природные, социально-экономические, психофизиологические). Социальное и биологическое в формировании и развитии человека. Конституция и предрасположенность к различным заболеваниям.

2. Факторы, влияющие на здоровье (генетические, факторы внешней среды, медицинское обеспечение, условия и образ жизни). Генетические основы формирования ребенка и наследственная предрасположенность к заболеваниям.

3. Факторы биологической и социальной адаптации.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1 и 2.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1 и 2. Пройти собеседование по заданной теме.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1, 2 и 3. Пройти собеседование по заданной теме.

Задание №2 Раздел 3. ДВИЖЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

Практическое занятие: Тема 3.2 Роль движения в сохранении здоровья при наличии профессиональных вредностей (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний о значении двигательной активности у людей с различными профессиональными вредностями в сохранении и укреплении здоровья

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Определение понятий «Профессиональные вредности» и «Профессиональные болезни».

2. Роль движения в сохранении здоровья при наличии профессиональных вредностей.

3. Профилактика профессиональных заболеваний средствами производственной физической культуры. Подготовить рекомендации, примерный комплекс ФУ для*:

а) работников умственного труда;

б) профилактики респираторных заболеваний;

в) профилактики заболеваний, связанных с физическими перегрузками и перенапряжением отдельных органов и систем (по выбору студента): опорно-двигательного аппарата, органов зрения, нервно-психические перенапряжения.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2. Пройти собеседование по заданной теме.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3 (по выбору). На устном собеседовании обосновать применение ФУ для решения специальных задач.

Задание №3 Раздел 3. ДВИЖЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

Практическое занятие: Тема 3.4 Физическая нагрузка и здоровье женщины (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний о роли двигательной активности в сохранении здоровья женщины.

Вопросы (задания) для самоподготовки:*

1. Роль и гигиеническое нормирование физических нагрузок при беременности.

2. Роль и гигиеническое нормирование физических нагрузок у женщин при занятиях спортом.

3. Женщина и спорт. Синдром триады женщин-спортсменок.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1 или 2 (по выбору).

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1 или 2 (по выбору). Пройти собеседование.

– *3-й уровень сложности.* Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект или подготовить мультимедийную презентацию по вопросам для самоподготовки №1,2,3 (по выбору). Пройти собеседование, защита презентации.

Задание №4 Раздел 5. СРЕДСТВА ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МЕТОДЫ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ

Практическое занятие: Тема 5.1 Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в лечебной физической культуре (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний в вопросах организационно-методических основ лечебной физической культуры

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Гигиенические факторы природы (солнце, воздух, вода), как средства ЛФК. Показания к назначению, краткая характеристика.

2. Разновидности лечебного массажа. Краткая характеристика основных приемов массажа.

3. Структура и основы методики процедуры массажа.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2 (по выбору).

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Подготовить краткий конспект или мультимедийную презентацию по вопросам для самоподготовки №1,2 (по выбору). Пройти собеседование, защита презентации.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3. Пройти собеседование по заданной теме.

2 семестр

Задание №1 Раздел 7. ОСНОВЫ КИНЕЗИОЛОГИИ

Практическое занятие: Тема 7.2 Влияние двигательной активности на строение и рост костно-мышечной системы (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний о влиянии двигательной активности на строение и рост костно-мышечной системы.

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Структурные изменения, изменения темпов роста длинных трубчатых костей под влиянием физических нагрузок.
2. Суставно-связочный аппарат в системе движений.
3. Общие закономерности роста и развития скелетной мускулатуры.
4. Развитие и функциональная активность скелетной мускулатуры в различные возрастные периоды.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Подготовить краткий конспект или мультимедийную презентацию по вопросам для самоподготовки №1,2,3.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3,4.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3,4. Пройти собеседование по заданной теме.

Задание №2 Лабораторное занятие: Тема 7.5 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний основ динамической анатомии.

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Главные, вспомогательные и косвенные дыхательные мышцы. Мышцы, участвующие в актах вдоха и выдоха.
2. Основные и вспомогательные функции дыхательных мышц. Условия для расслабления и отдыха мышц, участвующих в актах вдоха и выдоха. Режимы работы вспомогательных дыхательных мышц.
3. Анализ и описание движений при работе мышц, обеспечивающих движения грудной клетки. Составление комплекса гимнастических упражнений с анатомо-функциональной характеристикой мышц при движениях грудной клетки.

4. Практическое проведение гимнастических упражнений с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в движении грудной клетки.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект или мультимедийную презентацию по вопросам для самоподготовки №1,2,3. Пройти собеседование, защитить презентацию.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3. Практическое выполнение задания №4 с объяснением анатомо-функциональной характеристики мышц, участвующих в движении грудной клетки.

Задание №3 Раздел 8. ФОРМИРОВАНИЕ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ В ПРОВЕДЕНИИ КОМПЛЕКСОВ ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКИ

Лабораторное занятие: Тема 8.8. Терренкур и ближний туризм в ЛФК (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний, умений и навыков проведения терренкура и ближнего туризма в ЛФК.

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Характеристика, цель и содержание дозированной ходьбы. Методы регуляции нагрузки (темп, рельеф местности, величина дистанции, длина шага). Влияние дозированной ходьбы на кардиореспираторную систему.

2. Терренкур. Характеристика маршрутов терренкура.

3. Характеристика, цель и содержание ближнего туризма как формы адаптивной физической культуры. Виды туризма (пешеходный, водный, лыжный, на велосипедах и др.). Влияние на кардиореспираторную систему. Дозировка нагрузки. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3. Пройти собеседование по заданной теме.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3. На устном собеседовании обосновать выбор одного из трех уровней сложности дозированного восхождения.

3 семестр

Задание №1 Раздел 10. ОБСЛЕДОВАНИЕ ПАЦИЕНТОВ В ЦЕЛЯХ КИНЕЗОТЕРАПИИ

Практическое занятие: Тема 10.3 Тестирование двигательных качеств (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний и практических навыков по обследованию пациентов в целях кинезотерапии.

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Тесты для изучения уровня развития выносливости у здоровых и больных людей. Оценка результатов.

2. Тесты для изучения уровня развития координационных способностей у здоровых и больных людей. Оценка результатов.

3. Тесты для изучения уровня развития равновесия у здоровых и больных людей. Оценка результатов.

4. Тесты для изучения уровня развития силовых способностей у здоровых и больных людей. Оценка результатов.

5. Тесты для изучения уровня развития гибкости у здоровых и больных людей. Оценка результатов.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2. Пройти собеседование, оценить результат.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1-4. Пройти собеседование, оценить результат.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1-5. На устном собеседовании оценить результат или защитить презентацию.

Задание №2 Раздел 14. РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЛФК (2ч.)

Практическое занятие. *Цель:* Освоение лично и профессионально значимых знаний об оценке реабилитационного потенциала и его значения в дифференцированном составлении программ реабилитации.

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Понятие о реабилитационном потенциале. Его роль в составлении программ реабилитации.

2. Медицинские факторы, определяющие реабилитационный потенциал.

3. Психологические факторы, определяющие реабилитационный потенциал.

4. Социальные факторы, определяющие реабилитационный потенциал.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2. Пройти собеседование, защитить презентацию.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3. Пройти собеседование, защитить презентацию.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3,4. Пройти собеседование, защитить презентацию.

4 семестр

Задание №1 Раздел 17. МЕТОДЫ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПРИМЕНЕНИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Практическое занятие: Тема 17.1 Роль лечебной физической культуры в санаторно-курортном лечении (2ч.)

Цель: Формирование знаний, развитие профессионально значимых качеств и практических умений приобретения опыта самостоятельного решения разработанных задач.

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Значение лечебной физической культуры в комплексе санаторно-курортного лечения.

2. Краткая характеристика средств и форм ЛФК на санаторно-курортном лечении.

3. Основы методики применения средств ЛФК на курортах и санаториях.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2. Пройти собеседование, защитить реферат.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3. Пройти собеседование по заданной теме.

Задание №2 Раздел 18. МЕТОДОЛОГИЯ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В ЛФК

Практическое занятие: Тема 18.5 Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний, умений и навыков проведения научного исследования в ЛФК.

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Правила представления отдельных видов текстового материала при написании научно-методической работы (количественных и порядковых числителей, условно-графических сокращений). Понятие о рубрикации текста.

2. Представление табличного материала в научной работе. Требования к содержанию таблицы. Требования к форме, построению, редакционно-техническому оформлению таблицы.

3. Представление иллюстрируемого материала в виде рисунков, графиков, диаграмм, чертежей, схем, фотографий. Требования к редакционно-техническому оформлению иллюстрированного материала.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект или мультимедийную презентацию по вопросам для самоподготовки №1.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2,3. Пройти собеседование по заданной теме.

5 семестр

Задание №1 Раздел 19. ОСНОВЫ ОБЩЕЙ ПАТОЛОГИИ

Практическое занятие: Тема 19.5 Универсальные защитно-приспособительные реакции организма (2ч.)

Цель: Освоение лично и профессионально значимых знаний об универсальных защитно-приспособительных реакциях организма

Вопросы (задания) для самоподготовки:

1. Понятие о теплопродукции и теплоотдаче. Классификация, формы лихорадочной реакции.
2. Этиология лихорадки. Механизмы ее развития. Значение для организма.
3. Стадии развития лихорадочного состояния и изменение теплового баланса организма.

Контроль знаний:

1-ый уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2.

2-ой уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Представить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1,2. Подготовить реферат, пройти собеседование.

3-й уровень сложности. Ознакомиться с учебной литературой из предложенного выше списка. Составить краткий конспект по вопросам для самоподготовки №1, 2, 3. Пройти собеседование по заданной теме.

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Для контроля качества выполнения требований учебной программы по дисциплине «Теория и организация лечебной физической культуры» предусматривается использование следующих средств диагностики:

– оценка методических разработок, схем (планов-конспектов) занятий ЛФК, комплексов физических упражнений, выполненных на практических занятиях и предлагаемых для самостоятельного освоения студентами в рамках УСПС;

– устный, тестовый или письменный опрос во время занятий;

– экспресс-опрос на аудиторных занятиях;

– защита рефератов, выступление с докладами и мультимедийными презентациями по отдельным тематическим разделам дисциплины;

– зачеты и экзамены, экзамен – в качестве формы итогового контроля.

Обязательным условием допуска студента к экзамену являются:

– освоение теоретических разделов программы по семестрам и курсам обучения;

– регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая необходимый уровень знаний;

– формирование умений и навыков в профессионально-прикладной деятельности.

КРИТЕРИИ ОЦЕНОК РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Баллы	Показатели оценки
1 (один)	Отсутствие приращение знаний и компетентности в рамках образовательного стандарта.
2 (два)	Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры»; неумение использовать научную терминологию дисциплины, наличие в ответе грубых стилистических и логических ошибок; пассивность на практических и лабораторных занятиях, низкий уровень подготовленности к выполнению заданий.
3 (три), не зачтено	Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры»; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными стилистическими и логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач; неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой дисциплины; пассивность на практических и лабораторных занятиях, низкий уровень подготовленности к выполнению заданий.
4 (четыре),	Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой

зачтено	дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры»; использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им оценку; работа под руководством преподавателя на практических, лабораторных занятиях, допустимый уровень подготовленности к выполнению заданий.
5 (пять)	Достаточные знания в объеме учебной программы; использование научной терминологии, грамотное логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры», умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно принимать типовые решения в рамках учебной программы; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень подготовленности к выполнению заданий.
6 (шесть)	Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы; использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры»; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень подготовленности к выполнению заданий.
7 (семь)	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы; использовании научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры»; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине

	и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень подготовленности к выполнению заданий.
8 (восемь)	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем поставленным вопросам в объеме учебной программы; использовании научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное и логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (в том числе техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программной дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры»; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень подготовленности к выполнению заданий.
9 (девять)	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное и логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программной дисциплины «Теория и организация лечебной физической культуры»; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень подготовленности к выполнению заданий.
10 (десять)	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине «Теория и организация лечебной физической культуры»; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических,

лабораторных занятиях, активное творческое участие в групповых обсуждениях, профессиональная подготовленность к выполнению заданий.

Зачтено ставится, если студент ориентируется в основных теоретических положениях учебного материала, воспроизводит его содержание в логической последовательности с использованием научной терминологии; усвоил содержание основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины. Умеет под руководством преподавателя решать стандартные методические и ситуационные задачи на практических и лабораторных занятиях. Выполняет задания на допустимом профессиональном уровне в полном объеме, предусмотренном программой.

Не зачтено ставиться за фрагментарные теоретические знания в рамках образовательного стандарта, изложение ответа на вопросы с существенными ошибками. Неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и нормативно-методических документах по изучаемой дисциплине. Пассивность на практических и лабораторных занятиях. Выполнение практических, самостоятельных, лабораторных заданий с существенными ошибками на низком методическом и профессиональном уровне либо не полный объем заданий, предусмотренных программой, а также в случае отказа от ответа.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Название разделов и тем	Количество аудиторных часов				
	Всего	Лекции	Практич. занятия	Семинар. занятия	УСРС
1	2	3	4	5	6
Введение в специальность	2	2			
Раздел 1 Здоровье и его составляющие	12	4	4	2	2
Тема 1.1 Виды и характеристика здоровья	4	4			
Тема 1.2 Факторы, влияющие на здоровье	4		2		2практ
Тема 1.3 Общие принципы определения индивидуального здоровья	2		2		
Тема 1.4 Здоровье и факторы его определяющие	2			2	
Раздел 2 Основы рационального питания	14	6	6	2	
Тема 2.1 Принципы рационального питания	6	4	2		
Тема 2.2 Краткие сведения о биологической активности микрокомпонентов пищи	6	2	4		
Тема 2.3 Роль питания в формировании здоровья	2			2	
Раздел 3 Движение и здоровье	12	2	4	2	4
Тема 3.1 Роль движения в формировании здорового ребенка	2	2			
Тема 3.2 Роль движения в сохранении здоровья при наличии профессиональных вредностей	2				2практ
Тема 3.3 Роль движения в сохранении здоровья в пожилом и старческом возрасте	2		2		
Тема 3.4 Физическая нагрузка и здоровье женщины	4		2		2практ
Тема 3.5 Роль двигательной активности в формировании здоровья	2			2	
Раздел 4 Организационно-методические основы лечебной физической культуры	8	4	2	2	
Тема 4.1 Организация службы лечебной физической культуры. Материальная база.	4	2	2		
Тема 4.2 Задачи, понятия, принципы лечебной физической культуры	2	2			
Тема 4.3 Основы организации службы лечебной физической культуры	2			2	
Раздел 5 Средства лечебной физической культуры, методы и формы их применения	26	6	14	4	2
Тема 5.1 Классификация, характеристика физических упражнений, применяемых в ЛФК	6	2	2		2практ
Тема 5.2 Обучение двигательным действиям	2		2		
Тема 5.3 Методы развития двигательных способностей	2	2			
Тема 5.4 Средства и методы лечебной физкультуры	2			2	
Тема 5.5 Формы применения лечебной физкультуры	2	2			
Тема 5.6 Занятие лечебной гимнастики. Самостоятельные занятия	4		4		
Тема 5.7 Лечебная дозированная ходьба	2		2		
Тема 5.8 Дозированное восхождение в ЛФК	2		2		
Тема 5.9 Ближний туризм. Применение тренажеров в лечебной физической культуре	2		2		
Тема 5.10 Применение основных форм в лечебной физической культуре	2			2	
Итого в 1 семестре:	74	24	30	12	8

1	2	3	4	5	6
Раздел 6 Основы общей и специальной тренировки в лечебной физической культуре	16	2	12	2	
Тема 6.1 Общие требования к методике применения физических упражнений в общей и специальной тренировке в лечебной физической культуре	2	2			
Тема 6.2 Планирование общей и специальной тренировки в лечебной физической культуре	2		2		
Тема 6.3 Основные закономерности и педагогические принципы развития двигательных способностей в лечебной физической культуре	2		2		
Тема 6.4 Направленное развитие выносливости в лечебной физической культуре	2		2		
Тема 6.5 Направленное развитие силовых способностей в лечебной физической культуре	2		2		
Тема 6.6 Направленное развитие гибкости в ЛФК	2		2		
Тема 6.7 Направленное развитие координационных способностей в лечебной физической культуре	2		2		
Тема 6.8 Применение физических упражнений в общей и специальной тренировке в ЛФК	2			2	
Раздел 7 Основы кинезиологии	28	8	14	2	4
Тема 7.1 Кинезиология – как наука о воздействии движения на организм человека	2	2			
Тема 7.2 Влияние двигательной активности на строение и рост костно-мышечной системы	4	2			2практ
Тема 7.3 Анатомо-функциональная характеристика состояний и работы мышц	4	4			
Тема 7.4 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях позвоночного столба	4		4		
Тема 7.5 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движениях грудной клетки	4		2		2практ
Тема 7.6 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении верхних конечностей	4		4		
Тема 7.7 Анатомо-функциональная характеристика работы мышц при движении нижних конечностей	4		4		
Тема 7.8 Основы динамической анатомии	2			2	
Раздел 8 Формирование умений и навыков в проведении комплексов лечебной гимнастики	36		32	2	2
Тема 8.1 Комплексы ЛГ с применением общеразвивающих упражнений с предметами	4		4		
Тема 8.2 Комплексы лечебной гимнастики с применением упражнений на расслабление	4		4		
Тема 8.3 Комплексы ЛГ с применением упражнений на растягивание (стретчинг)	4		4		
Тема 8.4 Комплексы лечебной гимнастики с применением идеосенсорных, идеомоторных, рефлекторных и пассивных упражнений	4		4		
Тема 8.5 Комплексы ЛГ с применением упражнений на координацию и для тренировки вестибулярного аппарата	4		4		
Тема 8.6. Комплексы ЛГ с применением статических упражнений и упражнений с сопротивлением	4		4		
Тема 8.7. Комплексы ЛГ с применением динамических и статических ДУ	4		4		
Тема 8.8. Терренкур и ближний туризм в ЛФК	6		4		2практ

Тема 8.9. Клинико-физиологическое обоснование применения различных гимнастических упражнений в комплексах лечебной гимнастики	2			2	
Итого во 2 семестре:	80	10	58	6	6
Раздел 9. Теоретические основы ЛФК	16	8	6	2	
Тема 9.1. ЛФК – неспецифический, патогенетический и функциональный метод лечения и профилактики заболеваний	2	2			
Тема 9.2. Физиологические основы лечебного действия физической культуры	4	4			
Тема 9.3. Показания и противопоказания к назначению лечебной физической культуры	2		2		
Тема 9.4. Двигательные режимы в ЛФК	6	2	4		
Тема 9.5. Основы лечебной физической культуры	2			2	
Раздел 10. Обследование пациентов в целях кинезотерапии	16	2	10	2	2
Тема 10.1. Функциональное обследование кардиореспираторной системы	6	2	4		
Тема 10.2. Функциональное обследование ОДА	2		2		
Тема 10.3. Тестирование двигательных качеств	6		4		2практ
Тема 10.4. Обследование занимающихся ЛФК	2			2	
Раздел 11. Двигательный стереотип и его нарушения	14	2	12		
Тема 11.1. Понятие о двигательном стереотипе	2	2			
Тема 11.2. Методика исследования двигательного стереотипа	4		4		
Тема 11.3. Нарушение двигательного стереотипа	2		2		
Тема 11.4. Перестройка нарушенного двигательного стереотипа	6		6		
Раздел 12. Тренировка оптимального двигательного стереотипа различных положений и движений тела	14		12	2	
Тема 12.1. Тренировка стереотипа дыхания	2		2		
Тема 12.2. Тренировка положения тела на обеих ногах	2		2		
Тема 12.3. Тренировка положения тела стоя на одной ноге	2		2		
Тема 12.4. Тренировка положения тела сидя	2		2		
Тема 12.5. Тренировка сгибания туловища	2		2		
Тема 12.6. Тренировка поднимания рук	2		2		
Тема 12.7. Тренировка оптимального двигательного стереотипа	2			2	
Раздел 13. Дозирование нагрузок в лечебной физической культуре	16	4	12		
Раздел 14. Реабилитационный потенциал, занимающихся лечебной физической культурой	6	2	2		2прак
Итого в 3 семестре:	82	18	54	6	4
Раздел 15 Психологические аспекты применения лечебной физической культуры	8	2	4	2	
Тема 15.1 Взаимосвязь психического и соматического в возникновении заболеваний	4	2	2		
Тема 15.2 Психотерапевтический эффект лечебных упражнений	2		2		
1	2	3	4	5	6

Тема 15.3 Роль психического фактора в формировании здоровья	2			2	
Раздел 16 Предпатологические состояния	4	2		2	
Тема 16.1 Характеристика и причины предпатологических состояний	2	2			
Тема 16.2 Предпатологические состояния как переход от здоровья к болезни	2			2	
Раздел 17 Методы восстановления здоровья на различных этапах применения ЛФК	10	2	6		2
Тема 17.1 Роль ЛФК в санаторно-курортном лечении	4	2			2практ
Тема 17.2 Роль закаливания, методы и виды закаливания	2		2		
Тема 17.3 Принципы составления коррекционно-восстановительных программ в ЛФК	4		4		
Раздел 18 Методология научного исследования в лечебной физической культуре	20	2	14	2	2
Тема 18.1 Виды научных работ. Формы их представления	2		2		
Тема 18.2 Структура и содержание курсовой работы	4	2	2		
Тема 18.3 Организация педагогического исследования	4		4		
Тема 18.4 Обработка материалов научной и методической деятельности	2		2		
Тема 18.5 Представление материала в текстовом, графическом, табличном и иллюстрированном виде	4		2		2практ
Тема 18.6 Оформление научно-методической работы. Внедрение результатов в практику	2		2		
Тема 18.7 Основы научного исследования в лечебной физической культуре	2			2	
Итого в 4 семестре:	42	8	24	6	4
Раздел 19 Основы общей патологии	26	12	8	4	2
Тема 19.1 Общая патология как теоретическая основа медицины. Приспособление. Компенсация нарушений жизнедеятельности организма	4	2	2		
Тема 19.2 Патогенетические механизмы действия болезнетворных факторов	8	6	2		
Тема 19.3 Основы патологической физиологии	2			2	
Тема 19.4 Изменения органов и тканей при действии болезнетворных факторов	4	2	2		
Тема 19.5 Универсальные защитно-приспособительные реакции организма	6	2	2		2практ
Тема 19.6 Основы патологической анатомии и защитные реакции организма	2			2	
Итого в 5 семестре:	26	12	8	4	2
Итого по дисциплине:	304	72	174	34	24

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола) ¹
1. ТМФК	Теории и методики физической культуры	Методы развития двигательных способностей изучаются с учетом особенностей применения метода строго-регламентированного упражнения, игрового и др. в ЛФК при направленном развитии физических качеств у пациентов с различными патологическими состояниями	29.05.2018 г., протокол № 8
2. Спортивная медицина	Медико-биологических основ физического воспитания	При освещении методов оценки эффективности ЛФК изучаются клинические методы функциональной диагностики организма	29.05.2018 г., протокол № 8

¹ При наличии предложений об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине.