

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«ЛИПЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ П.П. СЕМЕНОВА-ТЯН-ШАНСКОГО»**  
(ЛГПУ имени П.П. Семенова-Тян-Шанского)



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

В.С. Зияутдинов

«22» июня 2016 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ**

Уровень подготовки  
**бакалавриат**

Код и направление подготовки  
**44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность (профиль)  
**Физическая культура**

Квалификация выпускника  
**бакалавр**

Форма обучения  
**заочная**

Год начала подготовки  
**2016**

Липецк 2016

### 1. Цель освоения дисциплины

Приобретение студентами теоретических знаний и практических навыков проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу.

### 2. Место дисциплины в структуре ОП магистратуры

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к блоку Б.1., Дисциплинам по выбору

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» имеет трудоемкость равную 8 зачетным единицам.

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» изучается на пятом курсе. Освоение дисциплины базируется на знаниях программы бакалавриата: дисциплин «Анатомия» и «Физиология человека», «Теория и методика физического воспитания и спорта».

Знания, навыки и умения, полученные в ходе изучения дисциплины, должны всесторонне использоваться студентами:

- на всех этапах обучения в вузе (при изучении различных дисциплин учебного плана, подготовке рефератов, докладов, курсовых и дипломных работ);
- в ходе дальнейшего обучения в магистратуре и аспирантуре;
- в процессе последующей профессиональной деятельности при решении прикладных задач.

### 3. Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины

В результате освоения ОП магистратуры обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Коды компетенций	Результаты освоения ОП (Содержание компетенций)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<b>Знать:</b> представления об основных средствах и методах физического воспитания <b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств и восстановления функций <b>Владеть:</b> средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной жизнедеятельности
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	<b>Знать:</b> современные методики, технологии обучения и диагностики методики, технологии обучения и диагностики <b>Уметь:</b> использовать современные методы и технологии обучения и диагностики <b>Владеть:</b> способностью разрабатывать и внедрять современные методы и технологии обучения и диагностики

### 4. Объём дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 зачетных единицы (288 часа).

В том числе контактная работа 13 часов. Из них: аудиторная: 10 ч.; самостоятельная работа: 275 ч. КСР: 13 ч.

Семестр	Трудоемкость											Контроль			
	Зач. ед.	Часов всего	Контактная работа	Лекции		Практ. групп. и семинары		Практ. мал. гр. и лаб. занятия		Индивид. занятия		Самостоятельная работа	Контрольные работы	Зачет, зачет с оценкой, экзамен	Курсовые работы
				Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР				
8	3	108	7	4		2	1					101			
9	5	108	2			2				0,3		106		3	
10	2	72				2	2					68		Э	

\* 3 – зачет, 0 – зачет с оценкой, Э – экзамен

## 5. Содержание дисциплины

### Структура дисциплины

№ п/п.	Наименование раздела дисциплины	Семестр	Виды учебной работы (в академических часах)				
			Всего	Лекции	Практ. групп. и семинары	Практ. мал. гр. и лаб. занятия	Индивид. занятия
1.	Общие основы лечебной физической культуры	8	2	2			
2.	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов и нарушениях обмена веществ	8	4	2	2		
3.	Лечебная физическая культура в хирургии	9					
4.	Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	9	2		2		
5.	Лечебная физкультура при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов	9					
6.	Лечебная физическая культура при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии	9					
7.	Лечебная физическая культура	10					

	в акушерстве и гинекологии					
8.	ЛФК при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков	10				
9.	Основы массажа	10		2		
<b>Итого:</b>			<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	

### Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (дидактические единицы)
1.	Общие основы лечебной физической культуры	<p>Лекции</p> <p>Понятие о реабилитации. Цель, задачи и основы реабилитации. Педагогические и частные принципы реабилитации. Гиподинамия и физическая деятельность. Методы функциональной и патогенетической терапии. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Методические принципы ЛФК. Формы ЛФК.</p> <p>Практические</p> <p>Контроль за переносимостью нагрузки. Критерии допустимости нагрузок ЛФК. Методические приемы дозирования физических нагрузок по ЧСС и др. Врачебно-педагогический контроль за переносимостью и эффективностью дозировки лечебно-физкультурных комплексов по назначению. Построение кривой физиологической нагрузки и интерпретация результатов.</p>
2.	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов и нарушениях обмена веществ	<p>Лекции</p> <p>Краткая клиническая характеристика заболеваний сердца (ИБС, миокардиты, пороки сердца, и др.). Клинико-физиологическое обоснование использования ЛФК, показания и противопоказания к применению ЛФК. Методики ЛФК применительно к двигательным режимам и с учетом степени недостаточности кровообращения. Программы этапной физической реабилитации больных инфарктом миокарда. Сочетание лечебной гимнастики с другими видами лечения. Особенности методики ЛФК при облитерирующих заболеваниях артерий. Методика ЛФК при гипертонии и гипотонии.</p> <p>Основные клинические проявления заболеваний органов дыхания. Задачи и режимы ЛФК при легочной патологии. Показания и противопоказания к назначению, методики лечебной гимнастики. Основные клинические проявления заболеваний органов пищеварения. Лечебная физкультура при гастритах. Патогенез хронического гастрита. Лечебная физкультура при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.</p>
3.	Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	<p>Практические</p> <p>Составление схемы занятия при ОНМК.</p> <p>Подготовка пациентов к занятию.</p> <p>Проведение занятий лечебной гимнастики.</p> <p>Осуществление контроля за состоянием пациентов во время занятия.</p> <p>Сочетание лечебной физкультуры с другими</p>

		видами лечения.
4.	Основы массажа	<p>Понятие о массаже. Показания и противопоказания к массажу. Техника и методика выполнения массажных приемов. Механизм физиологического влияния массажных приемов на организм.</p> <p>Практические</p> <p>Обучение технике массажных приемов (поглаживание, растирание, выжимание, растирание, ударно-вибрационные).</p> <p>Обучение массажу головы, лица, шеи, груди, живота, спины, верхних конечностей, нижних конечностей.</p> <p>Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой патологии, заболеваниях органов дыхания и пищеварения. Массаж после травм и заболеваниях нервной системы.</p>

## 6. Образовательные технологии

Образовательный процесс по дисциплине строится на основе комбинации следующих образовательных технологий.

Интегральную модель образовательного процесса по дисциплине формируют технологии методологического уровня: модульно-рейтинговое обучение, контекстное обучение, технология развивающего обучения.

Реализация данной модели предполагает использование следующих технологий стратегического уровня (задающих организационные формы взаимодействия субъектов образовательного процесса), осуществляемых с использованием определенных тактических процедур:

- лекционные;
- практические (углубление знаний, полученных на лекционных занятиях, выполнение практических навыков);
- активизации познавательной деятельности (приемы технологии развития критического мышления через чтение и письмо, работа с литературой);
- самоуправления (самостоятельная работа обучающихся, самостоятельное изучение материала).

Рекомендуется использование информационных технологий при организации коммуникации с обучающимися для представления информации, выдачи рекомендаций и консультирования по оперативным вопросам (электронная почта), использование мультимедиа-средств при проведении лекционных и практических занятий.

Интерактивные методы обучения, используемые при проведении занятий:

Методы	Формы	Лекции	Практические занятия	СРС
Лекции с использованием мультимедийных презентаций		x		
Практическое занятие в форме презентации			x	x
Исследовательский метод				x

## 7. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине

№ п/п.	Наименование раздела дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Трудоемкость (в акад.)
--------	---------------------------------	-----------------------------------	------------------------

			часах)
1.	Общие основы лечебной физической культуры	<p>Место и роль лечебной физкультуры в восстановительном лечении.</p> <p>Применение физических упражнений с лечебной и профилактической целью в Древнем Китае, Индии, Древней Греции и Древнем Риме</p> <p>Применение физических упражнений с лечебной и профилактической целью в Древнем Китае, Индии, Древней Греции и Древнем Риме.</p> <p>Развитие науки и лечебное применение физических упражнений в России в 18 и 19 вв.</p> <p>Этапы развития лечебной физкультуры в нашей стране в 20 в.</p> <p>Русские ученые, работавшие в области научного обоснования ЛФК в период 1917-1930 гг.</p> <p>Русские ученые, работавшие в области ЛФК в послевоенный период</p> <p>Основные этапы возникновения и развития ЛФК. Общие основы лечебных физических упражнений (физическая активность как биологический раздражитель, стимулирующий процессы роста, развития и формирования организма). Общие основы лечебной физической культуры. Основные механизмы влияния лечебной физической культуры. Организация занятий по ЛФК в стационаре, поликлинике, санатории. Организация занятий со спецгруппой в школе. Формы проведения занятий ЛФК. Учет эффективности занятий. Отчетная документация. Оздоровляющие двигательные режимы. Виды упражнений в ЛФК. Интегральный подход к оценке состояния больного с учетом особенностей заболевания (принцип нозологии), учет патогенетической и клинической характеристики заболевания, возраста и тренированности больного, определение терапевтических задач в отношении каждого больного или группы больных, рациональное сочетание специальных видов физических упражнений с общеукрепляющими, учет индивидуального годового цикла</p>	28
2.	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов и нарушениях обмена веществ	<p>Причины возникновения, симптомы и стадии облитерирующих заболеваний. Задачи и режимы ЛФК. Последовательность выполнения упражнений для здоровой и поврежденной конечности. Динамические упражнения с чередованием сокращения и расслабления для улучшения гемодинамики. Большой объем движений в тазобедренных, коленных и голеностопных суставах, упражнения с усилием для мышц голени и бедра в положении лежа с</p>	28

		<p>приподнятыми ногами - основа методики ЛФК при варикозном расширении вен. Факторы риска гипертонической и гипотонической болезни и роль ЛФК и массажа в их профилактике. Снижение сосудистого тонуса, механизм перераспределения кровяного потока по организму. Нормализация деятельности нервной системы, эндокринных желез, функции почек.</p> <p>Этиология и патогенез бронхолегочной патологии. Постуральный дренаж, дренажная гимнастика и звуковая гимнастика – основа методики ЛФК при заболеваниях органов дыхания. Схема построения комплексов физических упражнений на различных двигательных режимах. Метод Бутейко, Стрельниковой и др. Сочетание лечебной гимнастики с массажем, физиотерапевтическими процедурами и др.</p> <p>ЛФК в качестве общетонизирующего средства, для стимуляции крово- и лимфообращения, перистальтики, улучшения секреторной функции, нормализации эвакуации густого содержимого желудка. Методы врачебно-педагогического контроля состояния пациента с учетом вида упражнений ЛФК, дозировки, ритма и темпа выполнения, сочетания с установленной диетой и другими лечебными средствами.</p> <p>Лечебная физкультура при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах и опущениях органов брюшной полости. Показания и противопоказания к использованию ЛФК.</p> <p>Методика ЛФК при нарушениях углеводного, белкового, жирового обмена веществ у человека. Локальное и общее воздействие с применением гидромассажа. Упражнения с отягощениями, на тренажерах, ЛФК в сочетании с гидропроцедурами.</p> <p>Лечебная физкультура при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей, энтероколитах и опущениях органов брюшной полости. Показания и противопоказания к использованию ЛФК.</p> <p>Методика ЛФК при нарушениях углеводного, белкового, жирового обмена веществ у человека. Локальное и общее воздействие с применением гидромассажа. Упражнения с отягощениями, на тренажерах, ЛФК в сочетании с гидропроцедурами, диетой и ограничением потребления жидкостей</p>	
3.	Лечебная физическая	Задачи ЛФК в предоперационном и	32

	культура в хирургии	послеоперационном периодах при оперативных вмешательствах. Показания и противопоказания. Двигательные режимы. Механизмы лечебного действия физических упражнений в предоперационный и послеоперационный период при операциях на органах брюшной и грудной полости	
4.	Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	<p>Нарушения чувствительности, двигательные и вегетотрофные расстройства при невритах. Вялые и спастические параличи. Комплексное лечение: ЛФК, массаж и физиотерапия. Основы методики ЛФК в раннем восстановительном, позднем восстановительном и резидуальном периоде реабилитации. Геморрагический и ишемический инсульт. Задачи и периоды реабилитации. Противопоказания для применения лечебной физкультуры. Лечение положением, массаж и пассивная гимнастика – основа реабилитации в первом периоде реабилитации.</p> <p>Травматическая болезнь спинного мозга. Влияние ЛФК на включение дополнительных интеронейронов с образованием новых рефлекторных связей взамен утраченных при частичном повреждении вещества спинного мозга. Острый, ранний, промежуточный и поздний периоды реабилитации, задачи ЛФК на каждом этапе. Использование идеомоторных упражнений, изометрических напряжений мышц, упражнений в воде, пассивных и активно-пассивных упражнений. Улучшение функции центральной и периферической нервных систем, повышение адаптивных способностей организма к неблагоприятным факторам внешней среды, стимуляция умственной и физической работоспособности.</p> <p>Особенности методики ЛФК при неврастении, истерии и психастении. Использование метода музыки.</p> <p>Значение трудотерапии: физиологическое, психологическое, социальное. Разновидности трудотерапии (общеукрепляющая, восстановительная, профессиональная)</p>	30
5.	Лечебная физкультура при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов	<p>Понятие о переломе. Краткая характеристика заболеваний и травм опорно-двигательного аппарата. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. Периоды лечебной физической культуры (иммобилизационный, постиммобилизационный, тренировочный).</p>	30



		<p>ЛФК при переломах плечевого пояса и костей верхней конечности. Выбор упражнений ЛФК с учетом места и характера травматического повреждения, общего состояния здоровья пациента. Подбор оптимальных тренировочных режимов для поврежденных и здоровых конечностей. ЛФК при переломах костей нижней конечности. Выбор упражнений ЛФК с учетом места и характера травматического повреждения. Подбор оптимальных тренировочных режимов для поврежденных и здоровых конечностей с целью улучшения проприоцептивной чувствительности, кровообращения и лимфооттока, поддержания мышечного тонуса в зафиксированных конечностях. Реабилитация больных с травмами опорно-двигательного аппарата методами ЛФК, механотерапии, трудотерапии, физическими упражнениями, массажем, бальнеотерапией.</p> <p>Показания и противопоказания. ЛФК при переломах позвоночника и таза. Задачи ЛФК при переломах позвоночника. Основы методики ЛФК при переломах шейных позвонков, компрессионных переломах грудных, поясничных и крестцовых позвонков. Переломы костей таза. Положение больного при различных видах переломов таза. Методика ЛФК при переломах таза. Упражнения без отягощений и с отягощениями для улучшения биомеханики и объема движений в суставах, увеличения опорной функции и силы мышц. Занятия на тренажерах и в воде.</p> <p>Задачи механотерапии и механизмы лечебного эффекта упражнений на тренажерах.</p> <p>Аппараты маятникового типа, правила использования.</p> <p>Блочные механоаппараты.</p> <p>Использование велотренажеров, гребного тренажера, беговой дорожки и др. в ЛФК</p>	
6.	Лечебная физическая культура при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии	<p>Дефекты осанки и отклонения физиологических изгибов позвоночника. Общие данные о деформациях стопы, причинах и механизмах формирования плоскостопия. Частные методики ЛФК для коррекции нарушений осанки у подростков и взрослых. Методика лечебной физкультуры и формы занятий при деформациях стопы (плоскостопии, косолапости).</p> <p>Авторские методики коррекции деформаций стоп</p>	30
7.	Лечебная физическая	Основные изменения в организме женщины в	26

	культура в акушерстве и гинекологии	период беременности. Подбор упражнений ЛФК с учетом прошлого двигательного опыта женщины, состояния ее здоровья, возраста. Комплекс ЛФК составляется в зависимости от задач триместра. Методика ЛФК при неправильном положении матки (загиб матки кзади и кпереди). Опущение и выпадение матки. Специальные упражнения, направленные на укрепление мышц тазового дна и брюшного пресса.	
8.	ЛФК при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков	ЛФК для детей с врожденным вывихом бедра. ЛФК для детей с врожденной косолапостью. ЛФК для детей с мышечной кривошеей. ЛФК при миокардите. ЛФК при острой респираторной вирусной инфекции (ОРВИ). ЛФК при острой респираторной вирусной инфекции (ОРВИ). Формирование медицинских групп для занятий физическими упражнениями студентов и школьников, имеющих отклонение в здоровье. Организация занятий в подготовительной и специальной медицинской группе. Абсолютные и относительные противопоказания для двигательной нагрузки у студентов и школьников	36
9.	Основы массажа	История возникновения и развития массажа в Индии. История возникновения и развития массажа в Египте. История возникновения и развития массажа в Китае. История возникновения и развития массажа в Древней Греции. История возникновения и развития массажа в Древнем Риме. История возникновения и развития массажа в Европе. История возникновения и развития массажа в Японии. История возникновения и развития массажа у арабов. История возникновения и развития массажа в Африке и южной Америке. Приемы самомассажа. Самомассаж нижних конечностей. Самомассаж верхних конечностей. Самомассаж шейных и трапециевидных мышц. Самомассаж спины и живота. Самомассаж ягодичных мышц и тазобедренных суставов. Самомассаж поясничной крестцовой области	35

### **7.1. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся.**

Для успешного освоения дисциплины важно соблюдать следующие рекомендации: перед непосредственным изучением курса ознакомиться (изучить) все составляющие программы, учитывая, что она изучается не отдельно, а в составе всей программы обучения по специальности. С начала курса важно для себя выработать правило: каждая дисциплина изучается не изолированно, а в составе всей предложенных программой дисциплин. Ведущим принципом должен стать принцип «приращения знания по специальности»; важно усвоить и освоить все методы работы с преподавателем: пассивные и активные.

Самостоятельная работа студентов в рамках данного курса в основном состоит в работе с литературой. Кроме того, в процессе подготовки к зачету и экзамену настоятельно рекомендуется обращаться к программе курса и прорабатывать каждый вопрос в каждой теме с использованием всех имеющихся в распоряжении студента ресурсов – материалов лекций, обязательной и дополнительной литературы, учебников, самостоятельно подобранных материалов. Настоятельно рекомендуется немедленно обсуждать любые возникшие в ходе подготовки вопросы, проблемы и неясности с преподавателем, не откладывая это обсуждение до экзаменационной сессии.

Проконсультироваться с преподавателем можно во время и после лекционных и семинарских занятий, в часы консультаций и, по предварительной договоренности, в другое время, а также по электронной почте.

В условиях компьютеризации многих процессов в обществе, включая и образование, будет не эффективным все учебное время затратить только на поиск ответов на контрольные вопросы только в сети Интернет. Может создаться впечатление, что зрительная работа по выявлению и компоновке материала компенсирует все иные способы освоения материала. Практика показывает, что существует три базовых способа этого процесса: не только зрительный способ освоения и запоминания, но и слуховой, ручную моторику (собственная запись, особенно письмо) и звуковую, обязательно включая собственное звуковое воспроизведение (собственный ответ, участие в обсуждении).

## **8. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Лечебная физическая культура и массаж»**

### **8.1. Программа оценивания контролируемых компетенций:**

<b>№ п/п</b>	<b>Контролируемые разделы (темы) дисциплины</b>	<b>Код контролируемой компетенции</b>	<b>Наименование оценочного средства</b>
1.	Общие основы лечебной физической культуры	ПК-2	тестирование, практическая работа
2.	Лечебная физкультура при заболеваниях внутренних органов и нарушениях обмена веществ	ОК-8, ПК-2	тестирование, практическая работа
3.	Лечебная физическая культура в хирургии	ОК-8, ПК-2	реферат
4.	Лечебная физкультура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	ОК-8, ПК-2	тестирование, практическая работа
5.	Лечебная физкультура при травмах опорно-двигательного аппарата и заболеваниях суставов	ОК-8, ПК-2	тестирование, реферат

6.	Лечебная физическая культура при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии	ОК-8, ПК-2	тестирование
7.	Лечебная физическая культура в акушерстве и гинекологии	ОК-8, ПК-2	реферат
8.	ЛФК при заболеваниях и повреждениях у детей и подростков	ОК-8, ПК-2	реферат
9.	Основы массажа	ОК-8, ПК-2	тестирование, практическая работа

## 8.2. Показатели и шкала оценивания компетенций

Код компетенции	Содержание компетенции	Уровень освоения компетенции	Показатели сформированности компетенции
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Высокий	Знает: Сформированные представления об основных средствах и методах физического воспитания
			Умеет: Сформированное умение подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств и восстановления функций
			Владеет: Успешное и систематическое владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной жизнедеятельности
		Продвинутый	Знает: Сформированные, но содержащие отдельные пробелы представления об основных средствах и методах восстановительной деятельности
			Умеет: В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы использование умения подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств и восстановления функций
			Владеет: В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной жизнедеятельности
		Базовый	Знает: Неполные представления об основных средствах и методах

			<p>физического воспитания и восстановления функций</p> <p>Умеет: В целом успешное, но не систематическое использование умения подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств и восстановления функций</p> <p>Владеет: В целом успешное, но не систематическое владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной жизнедеятельности</p>
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	Высокий	Знает: Полное знание на высоком уровне современных методов и средств обучения и диагностики
			Умеет: Стабильное умение аргументировано обосновать наилучший выбор технологий методов и средств обучения и диагностики
			Владеет: Стабильно проявляемые навыки эффективного использования современных методов и средств обучения и диагностики
		Продвинутый	Знает: Полное знание современных методов и средств обучения и диагностики
			Умеет: Стабильное умение аргументировано обосновать выбор технологий методов и средств обучения и диагностики
			Владеет: Стабильно проявляемые навыки использования современных методов и средств обучения и воспитания
		Базовый	Знает: Знание современных методов и средств обучения и диагностики
			Умеет: Нестабильное умение аргументировано обосновать выбор технологий методов и средств обучения и диагностики
			Владеет: Нестабильно проявляемые навыки использования современных методов и средств обучения и диагностики



### **8.3. Типовые задания для оценки показателей сформированности компетенций**

#### **8.3.1. Примерные тестовые задания для оценивания компетенции ОК-8**

**1. Гиподинамия – это:**

- а) снижение тренировочной нагрузки
- б) снижение привычной двигательной активности
- в) снижение трудоспособности человека
- г) понижение тонуса мышц

**2. К дополнительным средствам ЛФК относят:**

- а) лечебный массаж
- б) физические упражнения
- в) трудотерапию
- г) естественные факторы природы

**3. Палатный двигательный режим включает в себя:**

- а) свободное передвижение в пределах палаты
- б) активные повороты в кровати, переход в положение сидя
- в) полное самообслуживание
- г) применение терренкура

**4. В стадии декомпенсации кровообращения при варикозном расширении вен рекомендуются упражнения в и.п.:**

- а) сидя и лежа
- б) лежа
- в) стоя
- г) лежа и стоя

**5. ЛФК при экссудативном плеврите проводится при:**

- а) нерезких болях в грудной клетке
- б) наличие экссудата
- в) легочном кровотечении

**6. Влияние физических упражнений при заболеваниях желудочно-кишечного тракта обусловлено:**

- а) улучшением функции поджелудочной железы
- б) нормализацией регуляции моторной и секреторной функций
- в) улучшением психологического состояния пациента

**7. ЛФК в хирургии применяется:**

- а) в предоперационном периоде
- б) в раннем послеоперационном периоде
- в) в позднем послеоперационном периоде
- г) все ответы верны

**8. В комплекс лечебной гимнастики после оперативных вмешательств обязательно включают:**

- а) силовые упражнения
- б) дыхательные упражнения
- в) упражнения для развития гибкости
- г) координационные упражнения

**9. Лечебную гимнастику в послеоперационном периоде начинают применять:**

- а) через 6-8 часов после операции
- б) после уменьшения болевого синдрома
- в) после снятия швов

**10. Основной задачей ЛФК у больных после перенесенного инсульта в позднем восстановительном периоде является:**

- а) совершенствование компенсаций утраченных функций
- б) восстановление гибкости и подвижности позвоночника
- в) укрепление мышц спины

**11. Специальными упражнениями в первом иммобилизационном периоде при травматическом повреждении конечности являются:**

- а) дыхательные упражнения с учащением и углублением дыхания
- б) упражнения на осанку
- в) изометрические напряжения и идеомоторные упражнения
- г) упражнения с мячом

**12. При круглой спине следует уделять внимание:**

- а) укреплению мышц спины, плечевого пояса и расслаблению и растягиванию мышц груди
- б) укреплению мышц живота, спины, задней поверхности бедер, плечевого пояса и растягиванию мышц груди, поясницы и передней поверхности бедер
- в) укреплению всех групп мышц, кроме мышц поясницы

**13. Основная физическая нагрузка при беременности приходится на период:**

- а) до 16 недель
- б) от 16 до 24 недель
- в) от 24 до 32 недель
- г) от 32 до 36 недель
- д) от 36 недель до родов

**14. Граблеобразное поглаживание выполняется:**

- а) локтевым краем кисти
- б) лучевым краем кисти
- в) основанием ладони
- г) подушечками расставленных пальцев

**15. Укажите прием прерывистой вибрации:**

- а) растяжение
- б) рубление
- в) сотрясение
- г) валяние

#### Эталоны ответов

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
эталон ответа	б	в	а	б	а	б	г	б	а	а	в	а	б	г	б

#### 8.3.2. Примерные тестовые задания для оценивания компетенции ПК-2

**1. В какой из форм ЛФК решаются специальные задачи:**

- а) лечебная гимнастика
- б) гигиеническая гимнастика
- в) массовые мероприятия

**2. С помощью какого двигательного теста можно определить принадлежность пациента к функциональному классу:**

- а) пробы Летунова
- б) велоэргометрического теста
- в) «2-х минутного бега на месте»
- г) 20-ти приседаний за 30 секунд

**3. Частота пульса, требующая прекращения физической нагрузки при занятиях ЛФК:**

- а) 120 уд/ мин



- б) 130 уд/ мин
- в) 140 уд/ мин
- г) 170 уд/ мин

**4. Тренировку ортостатической устойчивости в стационаре с больными, перенесшими инфаркт миокарда, начинают на:**

- а) постельном режиме
- б) палатном режиме
- в) свободном режиме

**5. Упражнения мышечной релаксации являются основой занятий при:**

- а) гипотонической болезни
- б) варикозном расширении вен
- в) атеросклерозе
- г) гипертонической болезни

**6. При бронхиальной астме проводят дыхательную гимнастику по типу:**

- а) дренажной
- б) респираторной
- в) релаксационно-респираторной

**7. При ослаблении моторно-эвакуаторной функции желудка рекомендуется выполнять упражнения конечностями в и.п.:**

- а) лежа на спине
- б) лежа на правом боку
- в) лежа на левом боку
- г) сидя

**8. Больным с ожирением физические упражнения применяются:**

- а) в аэробном режиме
- б) в аэробно-анаэробном режиме
- в) в анаэробном режиме

**9. Одно из видов лечения положением – лейкопластное натяжение -используют при:**

- а) неврите лучевого нерва
- б) неврите бедренного нерва
- в) неврите лицевого нерва
- г) неврите малоберцового нерва

**10. При реабилитации пациентов в раннем периоде с травматической болезнью спинного мозга не используется:**

- а) идеомоторные и активно-пассивные упражнения для конечностей
- б) упражнения со снятием веса и трения сегмента
- в) освоение «втягивание ноги», напряжение мышц тазового дна, давление стопы на опору
- г) передвижение с неподвижными и перемещаемыми опорами

**11. ЛФК после травматических повреждений опорно-двигательного аппарата назначают:**

- а) с первых дней
- б) после периода иммобилизации
- в) при развитии осложнений

**12. Основной задачей ЛФК у больных с повреждением позвоночника является:**

- а) нормализация функции внутренних органов
- б) формирование и укрепление мышечного корсета
- в) профилактика осложнений
- г) восстановление целостных координированных движений

**13. На занятиях ЛФК лечебная гимнастика для женщин, имеющих загибы матки, исключает и.п.:**

- а) стоя

- б) лежа на спине
- в) сидя
- г) коленно-локтевое

**14. Верхней границей при массаже грудной клетки спереди является:**

- а) уровень щитовидного хряща
- б) линия ключиц
- в) третье межреберье
- г) край нижней челюсти

**15. Какой прием не относится к приемам растирания:**

- а) пиление
- б) штрихование
- в) строгание
- г) встряхивание

#### Эталоны ответов

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
эталон ответа	а	б	г	а	г	в	б	а	в	г	а	б	б	б	г

#### 8.4. Оценочные средства для текущего контроля

##### *а) Темы рефератов по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»*

1. Влияние физической тренировки на организм здорового и больного человека.
2. Отрицательное влияние гиподинамии на организм здорового и больного человека.
3. Значение физической тренировки в повышении и поддержании физической работоспособности.
4. Лечебная физкультура - основа физической реабилитации больных.
5. Характеристика двигательных режимов в условиях стационара и санатория.
6. Респираторная гимнастика. Классификация дыхательных упражнений. Показания и методика проведения. Оздоровительные дыхательные гимнастики.
7. Оборудование и оснащение кабинета и отделения лечебной физкультуры.
8. Обязанности инструктора ЛФК.
9. Разработка схем занятий ЛФК.
10. Дозированная физическая нагрузка - основа метода лечебной физкультуры. Классификация физических упражнений в лечебной физической культуре.
11. Механизмы действия физических в ЛФК.
12. Лечебная физкультура в клинике внутренних болезней.
13. Лечебная физическая культура в педиатрии
14. Программы реабилитации больных инфарктом миокарда в условиях стационара.
15. Профилактические средства лечебной физкультуры в раннем детском возрасте. Лечебное плавание.
16. Лечебная физкультура при ожирении. Виды аэробных нагрузок.
17. Лечебный массаж как основное средство лечебной физической культуры
18. Закаливание взрослых и детей.
19. Лечебная физкультура при обструктивных состояниях.
20. История развития массажа.
21. Системы и методы массажа в теории и практике.
22. Гигиенические основы массажа.
23. Механизмы воздействия и физиологические эффекты влияния массажа на организм человека.

**б) критерии оценивания компетенций (результатов) при работе над рефератом по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»:**

1. Умение грамотно и логично изложить основные идеи по заданной теме, содержащиеся в нескольких источниках, и сгруппировать их по точкам зрения.
2. Соответствие содержания реферата заявленной теме.
3. Максимально полно использовать рекомендованную литературу, правильно, без искажения смысла, понять позицию авторов и верно передать ее в своей работе.
4. Умение представить разработанные материалы в электронном виде.

**в) описание шкалы оценивания реферата по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»:**

– оценка **«отлично»** выставляется студенту, если при освещении данной темы студент показывает прочные знания основных процессов и функций организма больного человека при занятии физическими упражнениями и средствах лечебной физической культуры и массажа; доклад отличается глубиной и полнотой раскрытия темы. В докладе проявляется свободное владение терминами и понятиями; умение объяснять сущность явлений, процессов, закономерностей; умение делать выводы и обобщения, раскрывать причинно-следственные связи, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободно владеть монологической речью, логичность и последовательность ответа; использовать презентации;

– оценка **«хорошо»** выставляется студенту, если при освещении данной темы студент показывает прочные знания основных процессов и функций организма больного человека при занятии физическими упражнениями и средствах лечебной физической культуры и массажа; доклад отличается глубиной и полнотой раскрытия темы. В докладе проявляется свободное владение терминами и понятиями; умение объяснять сущность явлений, процессов, закономерностей; умение делать выводы и обобщения, раскрывать причинно-следственные связи, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободно владеть литературной речью, логичностью и последовательностью ответа, использовать презентации; однако допускается одна - две неточности в ответе;

– оценка **«удовлетворительно»** выставляется студенту, если его доклад свидетельствует об удовлетворительном знании процессов, происходящих в организме больного человека при занятии физическими упражнениями и средствах лечебной физической культуры и массажа; но отличается недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа; допускается несколько ошибок в содержании;

– оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если его доклад обнаруживает незнание процессов, происходящих в организме больного человека при занятии физическими упражнениями и средствах лечебной физической культуры и массажа; отличается неглубоким раскрытием темы. Допущены грубые ошибки в употреблении физиологических терминов, понятий. Студент не способен самостоятельно выделить существенные признаки и причинно-следственные связи; демонстрирует фрагментарные знания по вопросам, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности; допускаются серьезные ошибки в содержании доклада.

### Шкала оценки реферата в баллах

4-5 баллов	2-3 балла	1 балл	0 баллов
Работа основана на добросовестной проработке нескольких источников или рекомендованной литературы.	Работа выполнена серьезно, основательно, но не все получилось.	Работа списана или скачана из Интернета.	Работа не выполнена.

#### 8.4.3. Практические работы

##### а) Темы практических работ по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»

1. Составление частных методик при гипертонической и гипотонической болезни.
2. Составление частных методик при ОНМК на разных периодах реабилитации.
3. Обучение технике массажных приемов (поглаживание, растирание, выжимание, растирание, ударно-вибрационные).
- 4.

##### б) Критерии оценивания результатов практических работ по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»:

**Оценка «отлично» ставится** в том случае, если студент:

1. Выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности проведения опытов и измерений.
2. Самостоятельно и рационально выбрал и подготовил для опыта необходимое оборудование, все опыты провел в условиях и режимах, обеспечивающих получение результатов и выводов с наибольшей точностью.
3. В представленном отчете правильно и аккуратно выполнил все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления и сделал выводы.
4. Соблюдал требования безопасности труда.

**Оценка «хорошо» ставится** в том случае, если выполнены требования к оценке «отлично», но:

1. Опыт проводился в условиях, не обеспечивающих достаточной точности измерений.
2. Было допущено два-три недочета, или не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

**Оценка «удовлетворительно» ставится**, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы, или если в ходе проведения опыта и измерений были допущены следующие ошибки:

1. Опыт проводился в нерациональных условиях, что привело к получению результатов с большей погрешностью.
2. В отчете были допущены в общей сложности не более двух ошибок (в записи единиц измерения, в вычислениях, графиках, таблицах, схемах, анализе погрешностей и т.д.), не принципиального для этой работы характера, но повлиявших на результат выполнения.
3. Или работа выполнена не полностью, однако объем выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы по основным, принципиально важным задачам работы.

**Оценка «неудовлетворительно» ставится** в том случае, если:

1. Работа выполнена не полностью, и объем выполненной части работы не позволяет сделать правильных выводов.
2. опыты, измерения, вычисления и наблюдения производились не правильно.
3. В ходе работы и в отчете обнаружилось в совокупности все недостатки, отмеченные в требованиях к оценке «удовлетворительно».

### ***в) описание шкалы оценивания***

При получении оценки «отлично» студент получает 2 рейтинговых балла, при выставлении оценки «хорошо» - 1 балл, при оценке «удовлетворительно» студенту зачитывается выполнение работы, но он не получает рейтинговых баллов.

## **8.5. Оценочные средства для диагностического (итогового) контроля к экзамену**

### ***8.5.1. Зачет по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»***

#### ***а) Вопросы к зачету по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»***

1. Понятие о реабилитации.
2. Цель, задачи и основы реабилитации.
3. Педагогические и частные принципы реабилитации.
4. История развития лечебной физической культуры.
5. Понятие о гипокинезии. Научно – практическое обоснование применения ЛФК.
6. Средства и методы лечебной физической культуры.
7. Построение частных методик в лечебной физической культуре.
8. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
9. Режимы движений, применяемые в ЛФК на стационарном этапе реабилитации.
10. Режимы движений, применяемые в ЛФК на санаторном этапе реабилитации.
11. Характеристика периодов двигательной активности в ЛФК.
12. Показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры.
13. Классификация физических упражнений.
14. Охарактеризуйте группу гимнастических упражнений.
15. Дайте понятие об играх, применяемых на различных режимах ЛФК.
16. Способы дозировки физических упражнений в лечебной физкультуре.
17. Понятие о кривой физиологической нагрузке.
18. Лечебная физическая культура при недостаточности кровообращения.
19. Методы определения принадлежности занимающегося к функциональному классу.
20. Методика ЛФК для I-IV функциональных классов.
21. Основы методики лечебной физической культуры при инфаркте миокарда.
22. Лечебная физическая культура при миокардитах, эндокардитах и пороках сердца.
23. Методика лечебной физической культуры при ревматизме.
24. Лечебная физическая культура при варикозном расширении вен.
25. Лечебная физическая культура при заболеваниях сосудов.
26. Методика лечебной физической культуры при гипотонической болезни.
27. Методика лечебной физической культуры при гипертонической болезни.
28. Лечебная физическая культура при пневмонии и бронхитах.
29. Основы методики лечебной физической культуры при бронхиальной астме.
30. Лечебная физическая культура при эмфиземе легких и плевритах.
31. Методика лечебной физической культуры при гастритах и язвенной болезни.
32. Основы методики лечебной физической культуры при заболеваниях кишечника.
33. Лечебная физическая культура при спланхноптозе (опущении органов брюшной полости).
34. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов мочевого выделения.
35. Лечебная физкультура при расстройствах обмена веществ и заболеваниях желез внутренней секреции.
36. Лечебная физическая культура при операциях на легких.
37. Лечебная физическая культура при операциях на сердце.
38. Лечебная физическая культура при операциях на органах брюшной полости.
39. Лечебная физическая культура при невритах.
40. Лечебная физическая культура при дорсопатии.

41. Понятие о функциональных заболеваниях нервной системы. Обоснование применения лечебной физкультуры. Методика лечебной физкультуры при неврозах.
42. Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах головного мозга.
43. Лечебная физическая культура при травмах спинного мозга.

**б) критерии оценивания компетенций (результатов) при ответе на вопросы зачета по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»:**

Зачет проводится в устной форме.

Критерии оценки к качеству устного ответа и шкала оценки:

«**Зачтено**» - выставляется при условии, если студент показывает хорошие знания учебного материала по теме, знает сущность физиологических процессов, умеет объяснить физиологические механизмы осуществления функций. При этом студент логично и последовательно излагает материал темы, раскрывает смысл вопроса, дает удовлетворительные ответы на дополнительные вопросы.

«**Не зачтено**» - выставляется при условии, если студент владеет отрывочными знаниями о сущности физиологических процессов, дает неполные ответы на дополнительные вопросы или допускает существенные ошибки, не приводит примеры в подтверждении сказанного.

**в) описание шкалы оценивания**

**Шкала оценивания**

Уровень освоения компетенции	100-балльная шкала	Традиционная шкала	
Высокий	86 – 100	отлично	зачтено
Продвинутый	70 – 85	хорошо	
Базовый	50 – 69	удовлетворительно	
Элементарный	0 – 49	неудовлетворительно	не зачтено

**8.5.2. Экзамен по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»**

**а) Вопросы к экзамену по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»**

1. Основы физической реабилитации у пациентов при артритах.
2. Основы физической реабилитации у пациентов при артрозах.
3. Периоды физической реабилитации травматологических больных, задачи, оценка эффективности.
4. Диафизарные переломы плеча и их характеристика. Задачи, методики и средства ЛФК в различные периоды.
5. Переломы диафиза костей предплечья. Задачи, средства и методы применения ЛФК по периодам.
6. Эпифизарные переломы лучевой кости в типичном месте. Характер иммобилизации и особенности методики ЛФК по периодам.
7. Перелом диафиза бедренной кости. Задачи, средства и методики ЛФК по периодам при лечении скелетным вытяжением.
8. Переломы голени и их виды. Иммобилизация в зависимости от вида перелома. Задачи, средства и методики ЛФК по периодам.
9. Физическая реабилитация при привычном вывихе плеча.
10. Повреждения боковых и крестообразных связок коленного сустава. Задачи и методика физической реабилитации по трем периодам.
11. Переломы позвоночника, виды переломов. Задачи, средства и методики ЛФК при компрессионных переломах.
12. Особенности методики физической реабилитации при компрессионных переломах поясничных позвонков.

13. Особенности методики физической реабилитации при компрессионных переломах шейных позвонков.
14. Особенности методики физической реабилитации при компрессионных переломах грудных позвонков.
15. Виды переломов таза и способы иммобилизации в зависимости от вида перелома. Задачи и методики физической реабилитации.
16. Особенности физической реабилитации у спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата.
17. Особенности методики физического воспитания учащихся специальных медицинских групп после заболеваний сердечно-сосудистой системы.
18. Особенности методики физического воспитания учащихся специальных медицинских групп после заболеваний органов дыхания.
19. Особенности методики физического воспитания учащихся специальных медицинских групп при нарушениях обмена веществ.
20. Особенности методики физического воспитания учащихся специальных медицинских групп после заболеваний ЦНС.
21. Основные принципы организации физической реабилитации детей с врожденными аномалиями развития.
22. Занятия физической культурой с лицами среднего и пожилого возраста.
23. Основы организации и методики занятий лечебной физической культурой после перенесенных инфекционных заболеваний.
24. Лечебная физическая культура при ожогах.
25. Лечебная физическая культура отморожениях.
26. Виды массажа.
27. Гигиенические основы проведения массажа.
28. Техника и методика выполнения массажного приема поглаживание. Биологическое значение.
29. Техника и методика выполнения массажного приема растирание. Биологическое значение.
30. Массаж волосистой части головы.
31. Массаж лица.
32. Массаж шеи.
33. Массаж верхних конечностей.
34. Массаж нижних конечностей.
35. Массаж ягодичной области
36. Массаж спины.
37. Массаж груди.
38. Массаж живота.
39. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
40. Массаж при заболеваниях органов дыхания.
41. Массаж при заболеваниях органов пищеварения.
42. Массаж после травм опорно-двигательного аппарата.
43. Массаж при заболеваниях нервной системы.

***б) критерии оценивания результатов при ответе на вопросы экзамена по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»:***

Экзамен дифференцирован в баллах, билет состоит из трех вопросов. При оценке знаний учитываются правильность и осознанность изложения содержания, полнота раскрытия понятий дисциплины.

Экзамен проводится в устной форме.

Критерии оценки к качеству устного ответа и шкала оценки:

**Оценка «отлично» ставится студенту, если:**

- дан полный, развернутый ответ на вопрос, продемонстрированы исчерпывающие знания в раскрытии темы (проблемы, вопроса);
- в ответе проявляется свободное оперирование терминами и понятиями, умение выделить и охарактеризовать существенные и второстепенные признаки рассматриваемых объектов (явлений, процессов, проблем), раскрыть причинно-следственные связи;
- ответ логичен, доказателен, изложен литературным языком в терминах науки, демонстрирует авторскую позицию обучающегося;
- могут быть допущены недочеты в определении терминов и понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.

**Оценка «хорошо» ставится студенту, если:**

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные признаки и причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки;
- в ответе допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные абитуриентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.

**Оценка «удовлетворительно» ставится студенту, если:**

- дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ;
- логика и последовательность изложения имеют нарушения;
- допущены существенные ошибки в раскрытии понятий и употреблении терминов;
- студент не способен самостоятельно выделить существенные признаки и причинно-следственные связи; может продемонстрировать лишь фрагментарные знания по каждому из вопросов, проиллюстрировав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя;
- речевое оформление требует поправок, коррекции.

**Оценка «неудовлетворительно» ставится студенту, если:**

- не получен удовлетворительный ответ на вопрос;
- проявлено незнание важнейших понятий, концепций, фактов;
- в ответе отсутствует логика;
- дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа на поставленный вопрос.

**в) описание шкалы оценивания**

***Шкала оценивания***

№ п/п	Баллы	Критерии оценки
1	24-30	Ставятся при условии полного изложения материала, четкого правильного определения основных понятий, верно использованы термины
2	17-23	Ставятся при условии частичного изложения основного материала, в целом даны правильные определения. Допущены незначительные нарушения в последовательности изложения, небольшие неточности в формулировке терминов.
3	10-16	Ставится, если усвоено основное содержание, но изложено фрагментарно. Определение понятий не всегда четкие и последовательные в изложении. Допущены ошибки и неточности в изложении материала.
4	< 10 (неуд)	Ставится студенту, если основное содержание не раскрыто, не даны ответы на вспомогательные вопросы преподавателя. Допущены грубые ошибки при изложении материала.



## **8.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Процедура оценивания знаний, умений, навыков определена локальными нормативными актами ЛГПУ: «Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов очной формы обучения», «Положение о Фонде оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов», «Положение о промежуточной аттестации обучающегося, осваивающих образовательные программы высшего образования – программы бакалавриата, программы специалитета, программы магистратуры, программы подготовки кадров высшей квалификации». «Положение о формировании фонда оценочных средств для проведения промежуточной аттестации аспирантов по дисциплине (модулю) или практике и итоговой (государственной итоговой) аттестации» и др.

### **ЗНАЧЕНИЯ РЕЙТИНГОВЫХ БАЛЛОВ**

для отдельных видов учебной деятельности обучающихся по дисциплине

#### **«Лечебная физическая культура и массаж»**

Усвоение студентом теоретических и практических основ дисциплины максимально оценивается 100 баллами. Указанное максимальное количество баллов, которое студент может набрать за семестр по каждой дисциплине складывается из суммы баллов за текущую работу в семестре и баллов полученных по промежуточной аттестации.

При этом максимальное количество баллов за текущую работу в семестре ограничивается 60-ю баллами, а на оценку экзамена или зачет максимально предусматривается 30 баллов.

Баллы текущей аттестации, характеризующие успешность освоения студентом учебной дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж», набираются им в течение всего периода изучения данной дисциплины за различные виды успешно выполненных работ (таблица).

#### **Значение рейтинговых баллов за текущую аттестацию по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж»**

<b>№ п/п</b>	<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Баллы</b>	<b>Максимум за семестр</b>
1.	Посещение занятий, качество ведения конспекта лекций	2	10
2.	Активная работа на занятии: анализ, участие в собеседовании, подготовка сообщения	0-5	15
3.	Выполнение лабораторной работы	0-5	15
4.	Подготовка и представление доклада по теме реферата	0-5	20
5.	Отсутствие пропусков, активное участие в лекционном диалоге, высокое качество выполненных работ и др. формы активности в изучении дисциплины (премиальные баллы)	0-10	10
Всего за семестр			70

Студент, набравший в результате текущей работы по дисциплине менее 40 баллов, не допускается к сдаче экзамена (зачета). Студент, набравший в течение семестра 40...60 баллов может быть допущен к сдаче экзамена (зачета) по дисциплине, на котором может набрать до 30 баллов.

Если на экзамене (зачете) ответ студента оценивается менее чем 10-ю баллами, то экзамен (зачет) считается несданным и в ведомость выставляется оценка «неудовлетворительно» («не зачтено»).

Если на экзамене (зачете) студент набирает 10 и более баллов, то они прибавляются к сумме баллов за текущую работу и переводятся в академическую оценку (таблица 2), которая фиксируется в зачетной книжке студента.

#### **Перевод рейтинговых баллов в академическую оценку**

Итоговый семестровый рейтинг	Академическая оценка	
50...69 баллов	«удовлетворительно»	«зачтено»
70...85 баллов	«хорошо»	
86...100 баллов	«отлично»	

Обучающийся, набравший в результате текущей работы по дисциплине менее 40 баллов, не допускается к прохождению промежуточной аттестации по дисциплине.

### **9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

#### ***а) основная литература:***

1. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура: Учебник / Э.Н. Вайнер. – М.: Флинта, 2009. – 424 с.
2. Дубровский В.И. Лечебная физкультура и врачебный контроль / В.И. Дубровский. - М.: МИА, 2006. - 598 с.
3. Бирюков А.А. Практикум по спортивному массажу / А.А. Бирюков. – М.: ФиС.

#### ***б) дополнительная литература:***

1. Дубровский В.И. Энциклопедия массажа / В.И. Дубровский. - М.:Флинта: Retoroka-A, 1999. – 672 с.
2. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия) / В.И. Дубровский. - М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 1999. - 608с.
3. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие / В.А. Епифанова. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006. - 568 с.
4. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж / В.А. Епифанов. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. - 528 с.
5. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина / В.А. Епифанов. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 568 с.
6. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников при нарушениях опорно-двигательного аппарата / О.В. Козырева. - М.: Просвещение, 2005. - 112 с.
7. Лечебная физическая культура: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. С.Н. Попова. – М.: Физкультура и спорт, 1988. - 271с.
8. Медицинская реабилитация / Под ред. В.А. Епифанова. - М.: Дпресс-Информ, 2005. - 328с.
9. Медицинская реабилитация в спорте: Руководство для врачей и студентов / Под общ. ред. В.Н. Сокрута, В.Н. Казакова.- Донецк: «Каштан», 2011. - 620 с.

10. Попов С.Н. Лечебная физическая культура / С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева и др. / Под ред. С.Н.Попова. - М.: Издательский центр «Академия», 2005. - 416с.
11. Третьякова Н.В. Лечебная физическая культура и массаж / Н.В. Третьякова. - Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2013. - 357 с.
12. Стриано Ф. Анатомия упражнений для спины / Ф. Стриано. - М.: Эксмо, 2012. - 160 с.
13. Учебник инструктора лечебной физической культуры / Под редакцией В.П. Правосудова. – М.: Физкультура и спорт, 1980. - 415 с.
14. Физическая реабилитация / Под общей ред. проф. С.Н. Попова. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 623 с.

**в) мультимедийные средства:**

Проектор, компьютер.

**г) Интернет-ресурсы**

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. [e.lanbook.com](http://e.lanbook.com) - ЭБС «ЛАНЬ»
2. [academia-moscow.ru](http://academia-moscow.ru) – ЭБС «Академия»
3. [www.medicinform.net/fizio/lfk/](http://www.medicinform.net/fizio/lfk/)
4. [www.fiziolive.ru/html/fiz/lfk/physical-training.htm](http://www.fiziolive.ru/html/fiz/lfk/physical-training.htm)
5. [www.dentstherapy.ru/lfkkontrol](http://www.dentstherapy.ru/lfkkontrol)

**10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

Вид учебных занятий	Организация деятельности обучающихся
Лекция	Лекционные занятия проводятся с использованием презентаций с устными разъяснениями преподавателя по каждому слайду. В ходе лекции студентам рекомендуется при написании лекции использовать широкие (1/3 – 1/2 страницы) поля, для фиксирования дополнительного материала по определенным проблемам и подвопросам рядом с лекционным материалом (с указанием страниц и источника информации – кратко).
Практические занятия	Целью проведения практических занятий является закрепление полученных на лекциях теоретических знаний, моделирование практических ситуаций, обсуждение проблемных и спорных вопросов, а также проверка эффективности самостоятельной работы студентов. При подготовке к практическим занятиям необходима работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы.
Индивидуальные задания	В ходе самостоятельной работы следует изучить материал, представленный в списке литературы по подготовке к практическому занятию. Прежде всего, следует ознакомиться с изданиями из списка основной литературы, а для более углубленного изучения определенных проблем - обратиться к списку дополнительной литературы. Последовательное - от простого к сложному - изучение предмета позволяет студенту сформировать устойчивую теоретическую базу. Рекомендуется составление аннотаций к прочитанным литературным источникам
Реферат	Перед написанием реферата необходимо ознакомиться со структурой и правилами оформления реферата. Реферат должен содержать изложение мнения авторов, представленных в списке литературы и

	<p>собственное суждение по выбранному вопросу.</p> <p>Критерии оценки реферата:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знание основных функций и процессов описываемых в реферате, глубина и полнота раскрытия вопроса.</li> <li>2. Владение терминами и понятиями выбранной темы, их использование при ответе.</li> <li>3. Умение объяснить суть процессов описанных в реферате, делать выводы и обобщения, умение раскрыть причинно-следственные связи.</li> <li>4. Умение отвечать на поставленные вопросы.</li> <li>5. Владение литературным языком, логичность и последовательность ответа, умение выражать свое мнение.</li> <li>6. Умение представить разработанные материалы в электронном виде.</li> </ol>
Подготовка к зачету/экзамену	<p>При подготовке к зачету/экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и опыт самостоятельной работы. При ответе на зачете/экзамене должно быть показано свободное оперирование терминами и понятиями, умение выделить и охарактеризовать существенные и второстепенные признаки рассматриваемых объектов (явлений, процессов, проблем), раскрыть причинно-следственные связи. Необходимо продемонстрировать сформированное умение использовать полученные знания для решения основных задач профессиональной деятельности</p>

### **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

Использование на занятиях электронных изданий, чтение лекций с использованием слайд-презентаций, специализированных и офисных программ, информационно-справочных систем. Организация взаимодействия с обучающимися посредством электронной почты.

1. ОС Windows.
2. Мультимедийные презентации по темам.
3. Программы-архиваторы WinZip, WinRar.
4. MS Office (ТП Word, ТП Excel, MS PowerPoint).

### **12. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Для обеспечения данной дисциплины необходимо:

Материально-техническое обеспечение преподавания дисциплины соответствует современным требованиям к уровню подготовки по дисциплине: оснащенные учебные аудитории и спортивный зал, компьютеры, мультимедийный проектор; спортивный инвентарь для занятий ЛФК, обучающее видео.

Автор: Мищенко И.А., доцент, к.б.н



Программа одобрена на заседании кафедры  
адаптивной физической культуры, физиологии и медико-биологических дисциплин

от 07.06.2016 г., протокол №7

И.о. зав. кафедрой АФКФ и МБД  
Мищенко И.А.



08.06.2016 г.

Согласовано:  
Начальник управления образовательной политики



(Савилов Ю.К.)

«\_\_» \_\_\_\_\_ г.

Директор института  
\_\_\_\_\_ (Кашкаров В.А.)

«\_\_» \_\_\_\_\_ г.