Приложение 5

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра оздоровительной и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев
«17» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.02.48 Адаптивная физическая культура в санаторно-курортной системе

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль/направленность/специализация: Фитнес

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2024

Тамбов, 2026

Автор программы:
Кандидат педагогических наук, доцент Мукина Екатерина Юрьевна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 940).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры оздоровительной и адаптивной физической культуры «16» июня 2026 г. Протокол № 11

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «17» июня 2026 г. № 10.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины…… 4

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата……. 15

3. Объем и содержание дисциплины…… 15

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства…… 18

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)…….. 25

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…… 27

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы……. 27

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- организационно-методический
- педагогический
- рекреационный
- тренерский

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований), 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Проектирует траекторию своего профессионального роста и личностного развития, расширяет свой профессиональный кругозор: приобретает и использует на практике базовые знания, умения и навыки из различных сфер профессиональной деятельности, в том числе основ адаптивной физической культуры в санаторно-курортной системе

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения					
		Очная (семестр)					
		1	2	3	4	5	6
1	Adobe Photoshop: основные инструменты и возможности			+			
2	Адаптивная физическая культура в системе здравоохранения			+			

3	Адаптивная физическая культура в системе образования				+		
4	Активные и интерактивные технологии в преподавании дисциплин гуманитарного цикла			+			
5	Анализ рисков и методы оценки рисков в бизнесе				+		
6	Аналитическое чтение			+			
7	Бизнес-планировани е в АльтИнвест				+		
8	Биология развития человека в норме и патологии				+		
9	Брендинг				+		
10	Введение в звукорежиссуру		+				
11	Введение в искусственный интеллект	+					
12	Введение в проектную деятельность		+				
13	Введение в психологию кризисных состояний и отклоняющегося поведения		+				
14	Виды, методы и технологии в профайлинге			+			
15	Виктимология			+			
16	Вожатский практикум				+		
17	Генетика человека		+				
18	Геоинформационные системы и технологии дистанционного зондирования Земли				+		
19	Двигательный режим (инструктор по физической культуре)				+		
20	Девальвация нормы психического и личностного развития: причины и последствия				+		

21	Деловое общение и профессиональная этика			+			
22	Диагностика и психологические технологии профилактики отклоняющегося поведения				+		
23	Дизайн курса и разработка материалов для раннего обучения неродному языку				+		
24	Документирование деятельности кадровой службы			+			
25	Документирование трудовых отношений				+		
26	Законодательство Российской Федерации в сфере риск-менеджмента			+			
27	Запись голоса и инструментов в студии звукозаписи			+			
28	Зарубежная литература и вызовы современности				+		
29	Защита прав и интересов клиентов социальных служб в отношениях с государственными органами				+		
30	Защита прав человека				+		
31	Здоровье-формирующие технологии в образовательной среде		+				
32	Инновационное мышление			+			
33	Институт семьи в современном обществе		+				
34	Интернет-аналитика – основа продвижения современного предприятия			+			
35	Как любить ребенка: эмоциональный компонент родительского отношения			+			

36	Комплаенс в системе обеспечения безопасности бизнеса				+		
37	Комплексная экономическая безопасность бизнеса			+			
38	Креативное мышление				+		
39	Кредитование физических лиц		+				
40	Лингвистическая экспертиза спорных текстов				+		
41	Литература русского зарубежья			+			
42	Личное планирование и управление рабочим временем			+			
43	Методика организаций массовых туристских мероприятий: соревнования, слеты, походы				+		
44	Методика организаций экскурсий и экскурсионных туров			+			
45	Методика раннего обучения иностранному языку			+			
46	Методология тьюторства: основные этапы, формы и технологии тьюторского сопровождения		+				
47	Методы и методики психологического исследования детей и родителей			+			
48	Методы изучения повседневности		+				
49	Методы изучения семьи				+		
50	Методы оценки и аттестации персонала				+		
51	Мир современного искусства: постмодернистский проект		+				

52	Модели электронной коммерции				+		
53	Молекулярно-биологические основы поведения и зависимостей		+				
54	Налогообложение бизнеса			+			
55	Нормативно-правовая база семейных отношений		+				
56	Нормы и правила современного этикета				+		
57	Нормы языкового общения в условиях виртуальной среды			+			
58	Общественные организации и движения		+				
59	Оперативная психодиагностика личности				+		
60	Организационно-методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых		+				
61	Организационно-правовые основы управленческой деятельности в социальной сфере		+				
62	Организация деятельности детских общественных объединений в образовательной организации			+			
63	Организация и оказание юридической помощи клиентам социальных служб			+			
64	Организация работы спортивного судьи по избранному виду спорта			+			
65	Основы аргументации				+		
66	Основы биржевого дела				+		
67	Основы видеоблогинга				+		

68	Основы визуальной психодиагностики и профайлинга		+				
69	Основы деловой коммуникации на иностранном языке		+				
70	Основы копирайтинга			+			
71	Основы логики		+				
72	Основы логопедии		+				
73	Основы правильного питания			+			
74	Основы работы в ПО Agisoft Metashape			+			
75	Основы рекламы		+				
76	Основы рекреалогии		+				
77	Основы риск-менеджмента. Методы оценки риска		+				
78	Основы спортивной журналистики		+				
79	Основы судебной лингвистической экспертизы			+			
80	Основы творческой деятельности журналиста			+			
81	Основы управления документацией		+				
82	Основы управления персоналом		+				
83	Особенности прохождения муниципальной службы				+		
84	Особенности рассмотрения семейных споров		+				
85	Особенности рассмотрения трудовых споров			+			
86	Педагогический артистизм		+				
87	Педагогический дизайн технологий обучения				+		
88	Педагогическое сопровождение деятельности детских общественных организаций				+		
89	Письменный перевод документов физических лиц			+			

90	Письменный перевод документов юридических лиц				+		
91	Поведение в публичных местах			+			
92	Поведение потребителей и коммуникативная политика			+			
93	Повседневные разговоры				+		
94	Подготовка операторов наземных средств управления беспилотным летательным аппаратом самолетного и вертолетного типа		+				
95	Познание себя через практическую психологию			+			
96	Познание себя через психодиагностику		+				
97	Понятие психологической травмы в современной психологии		+				
98	Посттравматическое личностное развитие: приговор или точка личностного роста			+			
99	Правовое и этическое регулирование медиа				+		
100	Правовое обеспечение местного самоуправления		+				
101	Практикум по организации логопедической работы в дошкольном образовательном учреждении				+		
102	Проблема смысла жизни и ценности в философии			+			
103	Программирование на языке Python. Базовый курс		+				
104	Программирование на языке Python. Продвинутый курс			+			

105	Программирование на языке Python. Разработка веб-приложений с использованием Flask				+		
106	Проектный семинар			+	+	+	+
107	Пропедевтика. Основы композиции		+				
108	Противодействие коррупции и формирование антикоррупционного поведения личности		+				
109	Профессиональные компетенции современного педагога дисциплин гуманитарного цикла в условиях цифровизации образования		+				
110	Психика и мозг		+				
111	Психолингвистические основы овладения детьми новым языком		+				
112	Психология благополучия, или психология счастливого человека				+		
113	Психология девиантной личности			+			
114	Психология детства		+				
115	Психология креативности			+			
116	Психология молодости и зрелости				+		
117	Психология подросткового и юношеского возраста			+			
118	Психология творческого саморазвития		+				
119	Психолого-педагогическая диагностика				+		
120	Психофизиологические основы поведения и когнитивных функций			+			

121	Публичная служба в системе государственного и муниципального управления				+		
122	Разработка программ дополнительного образования для детей и молодежи				+		
123	Рекрутмент персонала			+			
124	Русская писательская критика XIX-XXI веков		+				
125	Самоменеджмент: методики и технологии				+		
126	Саморазвитие и актерское мастерство				+		
127	Сведение и мастеринг в студии звукозаписи				+		
128	Система публичного управления			+			
129	Современные маркетинговые технологии		+				
130	Современные методы географических исследований в рамках проектной деятельности школьников				+		
131	Современные методы химического анализа в криминалистике				+		
132	Современные молекулярно-биологические и микробиологические методы в криминалистике			+			
133	Современные педагогические технологии в сфере дополнительного образования			+			
134	Современные подходы к персональному менеджменту		+				
135	Современные экологические проблемы		+				

136	Социальные сети как коммуникационные каналы		+				
137	Стандартизация, сертификация и управление качеством в ресторанном и гостиничном бизнесе				+		
138	Стартап: идея с нуля		+				
139	Стартап: от идеи к MVP			+			
140	Стартап: практика создания собственного бизнеса				+		
141	Стратегии и правила безопасного инвестирования на финансовых рынках		+				
142	Стратегический маркетинг				+		
143	Страхование личности			+			
144	Текст и дискурс в Интернете				+		
145	Теоретико-методические основы вожатской деятельности		+				
146	Теоретические аспекты мышления		+				
147	Теоретические, процессуальные и организационные основы судебной экспертизы				+		
148	Теория и практика судейства по видам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО»				+		
149	Теория и практика судейства по избранному виду спорта		+				
150	Технологии вожатской деятельности			+			
151	Технологии коррекции речевых нарушений у детей дошкольного возраста			+			

152	Технологии развития высших психических функций			+			
153	Технологии рефлексивно-творческого саморазвития			+			
154	Технология и организация гостинично-ресторанного комплекса			+			
155	Типографика				+		
156	Тренинг «Майнд-фитнес»				+		
157	Управление в социальных процессах			+			
158	Управление общественными отношениями		+				
159	Управляющий рестораном: карьера, развитие и компетенции		+				
160	Физическая география России и мира		+				
161	Цифровая культура		+				
162	Цифровой маркетинг и SEO			+			
163	Цифровые образовательные ресурсы в преподавании дисциплин гуманитарного цикла				+		
164	Экология атмосферы			+			
165	Экология гидросферы				+		
166	Экономико-правовые аспекты создания и развития собственного бизнеса		+				
167	Экономическая, социальная и политическая география			+			
168	Электронный бизнес. Электронная коммерция		+				
169	Ювенальное право				+		
170	Язык как объект лингвистической экспертизы		+				

171	Языковая личность в виртуальном пространстве		+				

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Адаптивная физическая культура в санаторно-курортной системе» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура.

Дисциплина «Адаптивная физическая культура в санаторно-курортной системе» изучается в 2 семестре.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины: 2 з.е.

Очная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	**72**
Контактная работа	32
Лекции (Лекции)	16
Практические (Практ. раб.)	16
Самостоятельная работа (СР)	40
Зачет	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лекции	Практ. раб.	СР	
		О	О	О	
2 семестр					
1	Курортное дело в системе здравоохранения и лечебно-оздоровительном туризм. Основы курортной адаптивной физической культуры.	2	2	5	Собеседование
2	Рекреационные основы курортного дела. Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации.	2	2	5	Практическое задание
3	Курортная диетотерапия. Активные виды оздоровления	2	2	5	Опрос

4	Лечебный туризм и мировые курорты. Закаливание.	2	2	5	Тестирование
5	Водные процедуры в бассейнах. Влияние водолечебных процедур на организм человека.	2	2	5	Собеседование
6	Основы лечебной физической культуры. Формы занятий лечебной физической культурой.	2	2	5	Практическое задание
7	Принципы построения двигательного режима. Принципы комплектования больных в группы для занятия лечебной гимнастикой.	2	2	5	Опрос
8	Последовательность применения отдельных форм лечебной физкультуры. Масаж.	2	2	5	Тестирование

Тема 1. Курортное дело в системе здравоохранения и лечебно-оздоровительном туризм. Основы курортной адаптивной физической культуры. (УК-6)

Лекция.

Курортное дело в системе здравоохранения и лечебно-оздоровительном туризм. Основы курортной адаптивной физической культуры.

Практическое занятие.

Курортное дело в системе здравоохранения и лечебно-оздоровительном туризм. Основы курортной адаптивной физической культуры.

Задания для самостоятельной работы.

Курортное дело в системе здравоохранения и лечебно-оздоровительном туризм. Основы курортной адаптивной физической культуры.

Тема 2. Рекреационные основы курортного дела. Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации. (УК-6)

Лекция.

Рекреационные основы курортного дела. Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации.

Практическое занятие.

Рекреационные основы курортного дела. Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации.

Задания для самостоятельной работы.

Сущность и составляющие курортной медицины в современных условиях

Тема 3. Курортная диетотерапия. Активные виды оздоровления (УК-6)

Лекция.

Курортная диетотерапия. Активные виды оздоровления

Практическое занятие.

Курортная диетотерапия. Активные виды оздоровления

Задания для самостоятельной работы.

Природные лечебные ресурсы РФ, состояние и распространение, проблемы разработки и использованияОхрана природных лечебных ресурсов.

Тема 4. Лечебный туризм и мировые курорты. Закаливание. (УК-6)

Лекция.

Лечебный туризм и мировые курорты.

Практическое занятие.

Закаливание.

Задания для самостоятельной работы.

Основы организации лечебного питания на курортах

Тема 5. Водные процедуры в бассейнах. Влияние водолечебных процедур на организм человека. (УК-6)

Лекция.

Водные процедуры в бассейнах.

Практическое занятие.

Влияние водолечебных процедур на организм человека.

Задания для самостоятельной работы.

Основы лечебной физической культуры

Тема 6. Основы лечебной физической культуры. Формы занятий лечебной физической культурой. (УК-6)

Лекция.

Основы лечебной физической культуры.

Практическое занятие.

Формы занятий лечебной физической культурой.

Задания для самостоятельной работы.

Основные режимы двигательной активности на курортах

Тема 7. Принципы построения двигательного режима. Принципы комплектования больных в группы для занятия лечебной гимнастикой. (УК-6)

Лекция.

Принципы построения двигательного режима.

Практическое занятие.

Принципы комплектования больных в группы для занятия лечебной гимнастикой.

Задания для самостоятельной работы.

Принципы комплектования больных в группы для занятия лечебной гимнастикой.

Тема 8. Последовательность применения отдельных форм лечебной физкультуры. Масаж. (УК-6)

Лекция.

Последовательность применения отдельных форм лечебной физкультуры.

Практическое занятие.

Масаж.

Задания для самостоятельной работы.

Формы лечебной физкультуры.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

2 семестр

- текущий контроль – 60 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 20 баллов каждый
- премиальные баллы – 10 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Курортное дело в системе здравоохранения и лечебно-оздоровительном туризм. Основы курортной адаптивной физической культуры.	Собеседование	10	8-10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
2.	Рекреационные основы курортного дела. Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации.	Практическое задание	10	Студентам моделируется проблемная ситуация, которая максимально приближена к реальной из жизни университета. Задание выполняется в малых группах. Оцениваются методы решения, рассуждения, коллективное обсуждение и т.д. 8-10 баллов начисляется группе, которая правильно аргументировала свои ответы на поставленные вопросы, привела доказательные аргументы в пользу своей точки зрения, в решении приняла участие вся группа, члены которой грамотно использовали современные социологические теории и результаты вторичных социологических исследований 5-7 баллов – правильно аргументированные и доказанные аргументы в решении кейса, участие отдельных членов группы, частично грамотное использование современные социологические теории и результаты вторичных социологических исследований 1-4 балла – группа не смогла ответить на все вопросы, какие сформулировал преподаватель для решения кейса, но коллективно участвовала в обсуждении других групп, могла дебатировать с использованием современной социологической терминологии и т.д. Баллы начисляются каждому члену группы

3.	Курортная диетотерапия. Активные виды оздоровления	Опрос	10	8-10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
4.	Лечебный туризм и мировые курорты. Закаливание.	**Тестирование(контрольный срез)**	20	18-20 баллов – студент правильно отвечает на 80-100% предложенных вопросов 14-17 балла – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в контрольной 10-14 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте Менее 25% правильных ответов баллов не дает
5.	Водные процедуры в бассейнах. Влияние водолечебных процедур на организм человека.	Собеседование	10	8-10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

6.	Основы лечебной физической культуры. Формы занятий лечебной физической культурой.	Практическое задание	10	Студентам моделируется проблемная ситуация, которая максимально приближена к реальной из жизни университета. Задание выполняется в малых группах. Оцениваются методы решения, рассуждения, коллективное обсуждение и т.д. 8-10 баллов начисляется группе, которая правильно аргументировала свои ответы на поставленные вопросы, привела доказательные аргументы в пользу своей точки зрения, в решении приняла участие вся группа, члены которой грамотно использовали современные социологические теории и результаты вторичных социологических исследований 5-7 баллов – правильно аргументированные и доказанные аргументы в решении кейса, участие отдельных членов группы, частично грамотное использование современные социологические теории и результаты вторичных социологических исследований 1-4 балла – группа не смогла ответить на все вопросы, какие сформулировал преподаватель для решения кейса, но коллективно участвовала в обсуждении других групп, могла дебатировать с использованием современной социологической терминологии и т.д. Баллы начисляются каждому члену группы
7.	Принципы построения двигательного режима. Принципы комплектования больных в группы для занятия лечебной гимнастикой.	Опрос	10	8-10 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-3 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему; Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.
8.	Последовательность применения отдельных форм лечебной физкультуры. Масаж.	**Тестирование(контрольный срез)**	20	18-20 баллов – студент правильно отвечает на 80-100% предложенных вопросов 14-17 балла – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в контрольной 10-14 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте Менее 25% правильных ответов баллов не дает
9.	Премиальные баллы		10	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий– 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 5 баллов.
10.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Опрос

Тема 3. Курортная диетотерапия. Активные виды оздоровления

Организация санаторно-курортного дела в России и за рубежом.

Понятие о рекреации.

Свободное время и рекреация Рекреационное пространство.

Рекреационная деятельность, ее классификация и структурные особенности.

Тема 7. Принципы построения двигательного режима. Принципы комплектования больных в группы для занятия лечебной гимнастикой.

Влияние водолечебных процедур на организм человека

Формы занятий лечебной физической культурой

Принципы построения двигательного режима

Принципы комплектования больных в группы для занятия лечебной гимнастикой

Последовательность применения отдельных форм лечебной физкультуры

Практическое задание

Тема 2. Рекреационные основы курортного дела. Курортно-рекреационные ресурсы Российской Федерации.

Понятие об индустрии здоровья.

Система организации здравоохранения в РФ Этапность оказания медицинской помощи.

Современные представления о взаимодействии организма с окружающей средой. Биосоциальные аспекты здоровья и болезней.

Характеристика состояния здоровья населения РФ Оценка потребности в санаторно-курортных услугах.

Тема 6. Основы лечебной физической культуры. Формы занятий лечебной физической культурой.

Основные режимы двигательной активности на курортах .

Спортивно-оздоровительная база и кадры

Массаж в комплексе санаторно-курортного лечения

Закаливание

Водные процедуры в бассейнах

Собеседование

Тема 1. Курортное дело в системе здравоохранения и лечебно-оздоровительном туризм. Основы курортной адаптивной физической культуры.

1. Социальные, общеметодические и специально методические принципы адаптивной двигательной рекреации.

2. Удовлетворение целого ряда жизненно важных потребностей индивида средствами и методами адаптивной двигательной рекреации.

Тема 5. Водные процедуры в бассейнах. Влияние водолечебных процедур на организм человека.

Курортно-рекреационные ресурсы, понятие, свойства, состав и основные характеристики.

Рекреационное районирование, рекреационные зоны, особенности и возможности использования.

Эволюция подходов к организации санаторно-курортного питания.

Характеристика активных

Тестирование

Тема 4. Лечебный туризм и мировые курорты. Закаливание.

1. Главными направлениями деятельности санаторно-курортного учреждения являются все перечисленные, кроме

1) лечебно-диагностической работы
2) пропаганды здорового образа жизни
3) организации бытового обслуживания
4) организации культурно-массового обслуживания больных

2. Норма нагрузки в смену массажиста составляет

1) 18 усл. ед.
2) 21 усл. ед.
3) 26 усл. ед.
4) 30 усл. ед.
5) 36 усл. ед.

3. Теоретической основой физиотерапии являются

1) идеи нервизма
2) гуморальная теория
3) "функциональная система" П.К.Анохина
4) тепловое действие физических факторов
5) правильно 1) и 3)

3. Под механизмом действия физических факторов понимают

1) физическую природу действующего агента
2) реакцию на него адаптивной системы
3) способность тканей поглощать привнесенную энергию
4) тропность отдельных органов или тканей к данному фактору
5) все перечисленное

5. Выносливость и работоспособность организма под влиянием физических факторов определяется

1) повышением адаптации к Холодовым воздействиям
2) устойчивостью к простудным заболеваниям
3) снижением утомляемости
4) повышением адаптации к пониженному атмосферному давлению
5) всем перечисленным

6. Комплексная санаторная терапия включает

1) ЛФК и механотерапию
2) климатотерапию
3) бальнеотерапию и аппаратную физиотерапию
4) пелоидотерапию
5) все перечисленное

7. Активный отдых на курорте представлен:

1) физическими упражнениями на воздухе;
2) прогулками;
3) различными видами туризма;
4) экскурсиями;

8. К средствам лечебной физкультуры относят:
1) макробиотическая диета, комплекс кардио
2) баночный и спортивный массаж
3) физические упражнения, двигательный режим, лечебный массаж
4) иммобилизация, лечебные блокады

9. Выбор исходных положений в ЛФК зависит от:
1) болезней пищеварительной системы
2) режима дня
3) двигательного режима, назначенного врачом
4) продолжительности упражнения и нагрузки

10. В ЛФК главное, чтобы упражнения…
1) были эффективными
2) были назначены врачом
3) стимулировали активность органов
4) развивали моторные навыки

Тема 8. Последовательность применения отдельных форм лечебной физкультуры. Масаж.

1. Три основных варианта дозировки нагрузок:
1) тренирующие, тонизирующие, лечебные
2) постоянные, временные, статические
3) динамические, сосредоточенные, лечебные
4) лечебные, постоянные, временные

2. К чему приводит гипокинезия?
1) повышению функциональных возможностей организма
2) улучшению функций органов и систем
3) к ухудшению функциональных показателей организма

3. Какое влияние оказывает гипокинезия на организм человека?
1) особых изменений не наблюдается организм развивается динамично
2) недостаточно развиваются физические качества (сила быстрота ловкость выносливость)
3) благотворное влияние на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем

4. Какую функцию выполняют минеральные соли?
1) важнейшие пищевые вещества выполняющие роль пластического материала
2) играют исключительно важную роль в регуляции обменных процессов и важнейших функций организма человека
3) основной источник энергии организма

5. Контингентом первичной профилактики являются:
1) пациенты с хроническими заболеваниями
2) хронически больные в стадии обострения
3) здоровые люди

6. Основные методы психической реабилитации:
1) определение прогноза лечения болезни
2) своевременная госпитализация
3) психопрофилактика лечение трудом

7. Основные принципы реабилитации:

1) психогигиена

2) преодоление отрицательных реакций со стороны психики

3) комплекс различных реабилитационных мероприятий с участием медицинских работников психологов педагогов

8. Выберите правильный ответа Воспаление это

1) расстройство периферического кровообращения

2) реакция иммунной системы организма на раздражитель или повреждение

3) усиление кровенаполнения органа

4) состояние характеризующееся повышением температуры тела

9. Понятие «патогенез» означает

1) учение о причинах и условиях возникновения болезней

2) учение об общих закономерностях развития течения и исхода заболевания

3) компенсаторно-приспособительные процессы

4) совокупность симптомов

10. Понятие «этиология» это

1) учение об общих закономерностях развития течения и исхода заболевания

2) учение о причинах и условиях возникновения болезней

3) компенсаторно-приспособительные процессы

4) совокупность симптомов

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (УК-6)

1 1. Понятие о курортном деле и курортологии.

2 2. Место санаторно-курортного комплекса в сфере оказания услуг населению Российской Федерации.

3 3. Взаимосвязь курортного дела с другими видами деятельности.

4 4. Лечебный и оздоровительный туризм, современное состояние и особенности Основные типы курортов.

5 5. Понятие об индустрии здоровья.

6 6. Система организации здравоохранения в РФ Этапность оказания медицинской помощи.

7 7. Современные представления о взаимодействии организма с окружающей средой. Биосоциальные аспекты здоровья и болезней.

8 8. Характеристика состояния здоровья населения РФ Оценка потребности в санаторно-курортных услугах.

9 9. Организация санаторно-курортного дела в России и за рубежом.

10 10. Понятие о рекреации.

11 11. Свободное время и рекреация Рекреационное пространство.

12 12. Рекреационная деятельность, ее классификация и структурные особенности.

13 13. Курортно-рекреационные ресурсы, понятие, свойства, состав и основные характеристики.

14 14. Рекреационное районирование, рекреационные зоны, особенности и возможности использования.

15 15. Эволюция подходов к организации санаторно-курортного питания

16 16. Характеристика активных видов отдыха и оздоровления

17 17. Основные режимы двигательной активности на курортах
18 18. Спортивно-оздоровительная база и кадры
19 19. Массаж в комплексе санаторно-курортного лечения
20 20. Закаливание
21 21. Водные процедуры в бассейнах
22 22. Влияние водолечебных процедур на организм человека
23 23. Формы занятий лечебной физической культурой
24 24. Принципы построения двигательного режима
25 25. Принципы комплектования больных в группы для занятия лечебной гимнастикой
Последовательность применения отдельных форм лечебной физкультуры

Типовые задания для зачета (УК-6)

Не предусмотрено

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	УК-6	Способен самостоятельно проектировать траекторию своего профессионального роста и личностного развития, расширяет свой профессиональный кругозор: приобретает и использует на практике базовые знания, умения и навыки из различных сфер профессиональной деятельности, в том числе основ адаптивной физической культуры в санаторно-курортной системе
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	УК-6	Не способен самостоятельно проектировать траекторию своего профессионального роста и личностного развития, расширяет свой профессиональный кругозор: приобретает и использует на практике базовые знания, умения и навыки из различных сфер профессиональной деятельности, в том числе основ адаптивной физической культуры в санаторно-курортной системе

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;

- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.

- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентаци, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);

- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);

- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);

- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;

- полнота и глубина ответа;

- сознательность ответа;

- логика изложения материала;

- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;

- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;

- использование дополнительного материала;

- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели. ссылки на ресурсы. соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;

- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;

- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы:

- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Ворожбитова, А. Л. Двигательная рекреация для лиц с ограниченными возможностями здоровья : практикум. - Весь срок охраны авторского права; Двигательная рекреация для лиц с ограниченными возможностями здор. - Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2015. - 116 c. - URL: https://www.iprbookshop.ru/62931.html

2. Башта, Л. Ю. Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка : учебное пособие. - 2023-04-30; Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018. - 100 c. - URL: https://www.iprbookshop.ru/95583.html

6.2 Дополнительная литература:

1. Адаптивная двигательная рекреация в структуре адаптивного образования детей-инвалидов : метод.реком./сост.С.Д.Антонюк,Э.М.Османов. - Тамбов: Изд-во ТГУ, 2006. - 55с.

2. Антонюк, Османов, Тамб. гос. ун-т им. Г.Р.Державина Адаптивная двигательная рекреация в структуре адаптивного образования детей-инвалидов : метод. реком.. - Тамбов, М.: [Изд-во ТГУ], 2006. - 55 с.

3. Башта, Л. Ю. Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка : учебное пособие. - 2023-04-30; Двигательная рекреация. Оздоровительная тренировка. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018. - 100 c. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/95583.html

6.3 Иные источники:

1. elibrary.tsutmb.ru - https://elibrary.tsutmb.ru/
2. Национальный олимпийский комитет РФ - http://www.olimpic.ru
3. Министерство спорта РФ - http://www.minsport.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Microsoft Windows 10

Abby FineReader 10.0

Adobe Acrobat 8 Professional - Croatian, Ukrainien, Russian, Turkish

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина: официальный сайт. – URL: http://www.tambovlib.ru

2. Scopus: база данных . – URL: https://www.scopus.com

3. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: https://biblioclub.ru

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.