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.03.48 Адаптивная физическая культура в системе здравоохранения

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…… 17

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)…….. 26

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…… 28

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы……. 28

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 системе здравоохранения

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 санаторно-курортной системе		+				

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 системе здравоохранения» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура.

Дисциплина «Адаптивная физическая культура в системе здравоохранения» изучается в 3 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	
3 семестр					
1	Общие основы реабилитации. Двигательные режимы в реабилитации	2	2	8	Опрос
2	Понятие о травме, травматизме, травматической болезни. Периоды реабилитации в травматологии.	4	4	6	Практическое задание
3	Физическая реабилитация больных при ожогах и отморожениях	4	4	8	Тестирование

4	Проведение реабилитационных мероприятий с пациентами с последствиями острого нарушения мозгового кровообращения	2	2	6	Опрос
5	Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания.	2	2	6	Практическое задание
6	Физическая реабилитация при заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта.	2	2	6	Тестирование

Тема 1. Общие основы реабилитации. Двигательные режимы в реабилитации (УК-6)

Лекция.

Понятие о реабилитации. Ее задачи, принципы и средства. Предмет, цели и задачи дисциплины «Основы физической реабилитации».

Практическое занятие.

Составление реабилитационных программ.

Задания для самостоятельной работы.

Задачи медицинской реабилитации. Принципы. Средства медицинской и физической реабилитации.

Тема 2. Понятие о травме, травматизме, травматической болезни. Периоды реабилитации в травматологии. (УК-6)

Лекция.

Понятие о травме и травматической болезни. Виды травм. Этапность физической реабилитации. Периоды в физической реабилитации хирургических пациентов.

Практическое занятие.

Травматическая болезнь. Фазы травматического процесса. Периоды физической реабилитации травматологических больных.

Задания для самостоятельной работы.

Профилактика основных осложнений постельного режима и гиподинамии режима после травмы. Задачи различных периодов физической реабилитации.

Тема 3. Физическая реабилитация больных при ожогах и отморожениях (УК-6)

Лекция.

Виды и степени ожогов и отморожений.

Практическое занятие.

Методика ЛФК при ожогах.

Задания для самостоятельной работы.

Физиотерапия при ожогах и отморожениях.

Тема 4. Проведение реабилитационных мероприятий с пациентами с последствиями острого нарушения мозгового кровообращения (УК-6)

Лекция.

Инсульт. Виды инсультов. Этиология, патогенез.

Практическое занятие.

Средства физической реабилитации, занятия с постинсультными больными.

Задания для самостоятельной работы.

Механотерапия в реабилитации постинсультных больных.

Тема 5. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания. (УК-6)

Лекция.

Этиология и патогенез бронхолегочной пульмонологии. Клинические проявления заболеваний органов дыхания. Понятие и клиника бронхита и БЭБ. ЛФК и физиотерапия при бронхите и БЭБ. Этиология и патогенез пневмонии и плеврита.

Практическое занятие.

Задачи и принципы реабилитации пульмологических больных. Физическая реабилитация при пневмонии и плеврите. Физическая реабилитация при бронхиальной астме.

Задания для самостоятельной работы.

Методика реабилитации на стационарном и свободном двигательном этапе.

Тема 6. Физическая реабилитация при заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта. (УК-6)

Лекция.

Физическая реабилитация при гастритах и язвенной болезни. Патогенез, клиника гастритов.

Практическое занятие.

Реабилитация при дисфункциях кишечника и желчевыводящих путей. Дискинетический синдром.

Задания для самостоятельной работы.

Реабилитация при язвенной болезни.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

3 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.	Общие основы реабилитации. Двигательные режимы в реабилитации	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; 5-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-4 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.	Понятие о травме, травматизме, травматической болезни. Периоды реабилитации в травматологии.	Практическое задание	20	17-20 баллов – группа грамотно сформулировала цель и задачи дискуссии, сумела распределить роли в команде, построила грамотно план дискуссии, группа сработала как команда 11-16 баллов – группа грамотно сформулировала цель и задачи проекта, допустила некоторые ошибки при распределении ролей, при составлении плана дискуссии, группа сработала как команда 1-10 балла – группа в целом определила цель и задачи проекта, затруднилась при распределении ролей, при составлении плана дискуссии, группа сработала как команда 0 баллов – группа не смогла распределить роли в команде, отдельные студенты с ошибками определили цель и задачи дискуссии
3.	Физическая реабилитация больных при ожогах и отморожениях	**Тестирование(контрольный срез)**	20	17-20 баллов – студент правильно отвечает на 80-100% предложенных вопросов 13-16 балла – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в контрольной 10-12 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте Менее 25% правильных ответов баллов не дает
4.	Проведение реабилитационных мероприятий с пациентами с последствиями острого нарушения мозгового кровообращения	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; 5-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии; 1-4 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.

5.	Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания.	Практическое задание	20	17-20 баллов – группа грамотно сформулировала цель и задачи дискуссии, сумела распределить роли в команде, построила грамотно план дискуссии, группа сработала как команда 11-16 баллов – группа грамотно сформулировала цель и задачи проекта, допустила некоторые ошибки при распределении ролей, при составлении плана дискуссии, группа сработала как команда 1-10 балла – группа в целом определила цель и задачи проекта, затруднилась при распределении ролей, при составлении плана дискуссии, группа сработала как команда 0 баллов – группа не смогла распределить роли в команде, отдельные студенты с ошибками определили цель и задачи дискуссии
6.	Физическая реабилитация при заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта.	**Тестирование(контрольный срез)**	20	17-20 баллов – студент правильно отвечает на 80-100% предложенных вопросов 13-16 балла – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в контрольной 10-12 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте Менее 25% правильных ответов баллов не дает
7.	Премиальные баллы		10	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий– 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 5 баллов.
8.	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 1. Общие основы реабилитации. Двигательные режимы в реабилитации

1 1. Исторический экскурс возникновения реабилитации.
2 2. Реабилитация в деятельности международных организаций.
3 3. Соотношение различных видов реабилитации.
4 4. Соотношение АФК и реабилитации.
5 5. Корригирующие упражнения: содержание и форма.
6 6. Суть ближайшего и передового эффектов физических упражнений.
7 7. Суть кумулятивного и коррекционного эффектов физических упражнений.
8 8. Закономерности реабилитационной тренировки.
9 9. Принципы физической реабилитации.
10 10. Методология физической реабилитации.
11 11. Соотношение ЛФК и физической реабилитации.
12 12. Физическая реабилитация как компонент комплексной реабилитации.
13 13. Индивидуализация в физической реабилитации.

Тема 4. Проведение реабилитационных мероприятий с пациентами с последствиями острого нарушения мозгового кровообращения

1 1. Этапы воздействия в физической реабилитации.
2 2. Социальная направленность физической реабилитации.
3 3. Врачебно-педагогический контроль в физической реабилитации.
4 4. Использование в физической реабилитации электролечения.
5 5. Использование в физической реабилитации магнитотерапии.
6 6. Использование в физической реабилитации ультразвукового лечения.
7 7. Использование в физической реабилитации светолечения.
8 8. Использование в физической реабилитации вибромассажа.
9 9. Использование в физической реабилитации фармакологических средств.
10 10. Использование физических факторов в физической реабилитации.

Практическое задание

Тема 2. Понятие о травме, травматизме, травматической болезни. Периоды реабилитации в травматологии.

1 1. Особенности составления реабилитационных программ при черепно-мозговых травмах.
2 2. Особенности составления реабилитационных программ при травмах позвоночника.
3 3. Особенности составления реабилитационных программ при травмах рук.
4 4. Особенности составления реабилитационных программ при травмах ног.
5 5. Особенности составления реабилитационных программ при травмах внутренних органов.

Тема 5. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания.

1 1. Особенности составления реабилитационных программ при травмах сенсорных систем.
2 2. Особенности составления реабилитационных программ при различных нарушениях осанки.
3 3. Особенности составления реабилитационных программ при сколиозе.
4 4. Особенности составления реабилитационных программ при плоскостопии.
5 5. Особенности составления реабилитационных программ при различных нарушениях осанки.
6 6. Особенности составления реабилитационных программ при послеоперационных вмешательствах.
7 7. Особенности составления реабилитационных программ при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
8 8. Особенности составления реабилитационных программ у детей и подростков.
9 9. Особенности составления реабилитационных программ у женщин в период беременности, родов, в послеродовом периоде.
10 10. Особенности составления реабилитационных программ у женщин при гинекологических заболеваниях.

Тестирование

Тема 3. Физическая реабилитация больных при ожогах и отморожениях

1. Лечебная физкультура – это…

1) мануальная техника с приемами рефлекторного воздействия на тело.

2) раздел гигиены, направленный на соблюдение правил в личной жизни.

3) система профилактики, лечения и реабилитации заболеваний с помощью физических упражнений.

4) многократный процесс с воздействием солнечных лучей, охлаждения и тепла.

2. На какой главной функции живого организма основан эффект лечебной физкультуры?
1) движения
2) роста
3) развития
4) обмена веществ

3. Одна из областей медицины, в которой прежде всего применяется ЛФК:
1) Стоматология
2) Ангиохирургия
3) Фармацевтика
4) Кардиология

4. Какой термин использовали до официального принятия русского термина «лечебная физическая культура»?
1) «тепло-водолечение»
2) «отложение солей»
3) «врачебная гимнастика»
4) «улучшение тонуса мышц»

5. 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

6. Дополнительные средства, применяемые в ЛФК:
1) радиотерапия и антицеллюлитный массаж
2) трудотерапия и механотерапия
3) ароматерапия и акватерапия
4) аутогемотерапия и библиотерапия

7. Показаниями к занятиям лечебной физкультуры являются:
1) сердечно-сосудистые заболевания, заболевания позвоночника
2) болезни кожи, заболевания системы кровообращения
3) церебральный паралич, нарушения интеллектуального развития
4) бронхит, бронхиальная астма, депрессия

8. Гимнастические упражнения разделяются по анатомическому признаку:
1) активные, пассивные, активно-пассивные
2) упражнения с предметами и снарядами, без предметов и снарядов, на снарядах
3) порядковые и строевые, подготовительные, корригирующие
4) упражнения для мышц головы, туловища, мышц брюшного пресса и тазового дна, шеи

9. Какие упражнения требуют строгий врачебный и педагогический контроль?
1) ходьба и дозированный бег
2) упражнения в равновесии
3) прыжки и дозированное плавание

4) упражнения в переноске тяжестей

10. Что учитывается по принципу индивидуального подхода к больному?
1) возраст, пол, общее состояние больного, уровень тренированности
2) только особенности личности больного и реакция на нагрузку
3) психологическое состояние пациента
4) должность и семейное положение

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

12. Для какого возраста показана лечебная физическая культура?
1) 25-40 лет
2) 50-80 лет
3) 18-25 лет
4) для любого возраста

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

14. Лечебная физкультура разделяет два вида тренировок:
1) общая и специальная
2) силовая и базовая
3) ступенчатая и объемная
4) групповая и индивидуальная

15. По характеру выполнения и видовому признаку гимнастические упражнения делятся на:
1) упражнения на снарядах, с предметами и без предметов
2) порядковые и строевые, корригирующие, в сопротивлении, висы и упоры, ритмопластические упражнения
3) активные, пассивные
4) упражнения мышц верхних и нижних конечностей

Тема 6. Физическая реабилитация при заболеваниях органов желудочно-кишечного тракта.

1. К каким упражнениям относятся прыжки?
1) кардиоупражнения
2) кратковременные интенсивные упражнения
3) силовые упражнения
4) упражнения на растяжку мышц

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

3) динамические, сосредоточенные, лечебные
4) лечебные, постоянные, временные

3. При каком случае снижается общая физическая нагрузка?
1) при высокой степени компенсации
2) при окончании восстановительного лечения
3) при ухудшении состояния
4) при характерных особенностях

4. Кому принадлежит фраза, из которого стало афоризмом: «Движение может заменить разные лекарства, но ни одно лекарство не в состоянии заменить движение»?
1) Меркуриалис
2) Пэр-Генрих Линг
3) Д. Шребер
4) Клемент Тиссо

5. Противопоказанием к занятиям лечебной физкультурой является:
1) высокое артериальное давление
2) избыточный вес
3) плоскостопие
4) беременность

6. Механотерапия – это...
1) реставрация растраченных функций при помощи специальных аппаратов
2) восстановление функций через трудовые процессы
3) комплекс мероприятий на недопущение факторов риска заболевания
4) выезд пациентов в другую местность в целях оздоровления

7. Укажите форму ЛФК.
1) Бальнеотерапия
2) Активационная терапия
3) Производственная гимнастика
4) Логопедия

8. Какое из упражнений лечебной физкультуры выполняется мысленно?
1) спортивно-прикладное
2) идеомоторное
3) в посылке импульсов к сокращению мышц
4) гимнастическое

9. Которое из утверждений неверное?
1) ЛФК считается лечебно-педагогическим процессом
2) При гипертонической болезни применяются упражнения в равновесии
3) В лечебной физической культуре используются игры
4) Плотность занятия не имеет значение в дозировке физической нагрузки

10. В чем состоит использование эмоционального фактора в ЛФК?
1) в создании положительных эмоций через физические упражнения
2) в снижении веса больного за счет введения особых упражнений

3) в улучшении кровообращения при использовании упражнений для мелких мышечных групп
4) в упражнениях на расслабление

11. Интенсивность физических упражнений может быть...
1) минимальной, максимальной
2) маленькой, умеренной, большой, максимальной
3) средней и максимальной
4) малой, большой

12. Гимнастика используется в травмотологии...
1) при хроническом остеохондрозе, грыжах, искривлениях позвоночника
2) в повышении емкости легких, улучшении поступления кислорода
3) для укрепления сосудов и кровообращения
4) в реабилитации после повреждений мышц, связок, травм суставов и переломов костей

13. Чем отличается ЛФК от оздоровительных технологий?
1) воспитанием здорового человека
2) физическими упражнениями с задачами лечения
3) обязательностью назначения врача в учреждениях здравоохранения
4) формой утренней гимнастики

14. Тонизирующая дозировка применяется в:
1) в приличном состоянии больного при хронических болезнях, при длительной иммобилизации
2) в тех случаях, если необходимо оказать терапевтическое воздействие на орган, предупредить осложнения
3) в период восстановительного лечения и выздоровления, и при необходимости нормализовать и повысить работоспособность больного
4) все перечисленные варианты

15. Для увеличения силы мышц оказывается нагрузка, составляющая ...
1) 70% от максимальной
2) 50% от максимальной
3) 80% от максимальной
4) 20% от максимальной

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (УК-6)

1	1.	Понятие о предмете и краткая история развития лечебной физкультуры
2	2.	Понятие о предмете
3	3.	Понятие о биомеханике движений
4	4.	Измерение движений в суставах
5	5.	Исходные положения тела для выполнения упражнений
6	6.	Оценка физического развития человека и основные методы исследования
7	7.	Общие основы лечебной физкультуры
8	8.	Гимнастические упражнения
9	9.	Специальные упражнения
10	10.	Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы
11	11.	ЛФК при инфаркте миокарда

12. ЛФК при артериальной гипертонии
13. ЛФК при хронической сердечной недостаточности кровообращения
14. ЛФК при пороках сердца
15. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания
16. ЛФК при бронхиальной астме
17. Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения
18. ЛФК при хроническом гастрите
19. ЛФК при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки
20. ЛФК при дискинезии желчевыводящих путей
21. Лечебная физкультура при поражениях центральной нервной системы
22. ЛФК при инсультах
23. ЛФК при заболеваниях и травмах спинного мозга
24. Лечебная физкультура при поражениях периферической нервной системы
25. Методика построения и проведения процедур лечебной гимнастики
26. ЛФК при полиневритах
27. ЛФК для больных, передвигающихся с помощью костылей, палки
28. ЛФК для больных, передвигающихся самостоятельно
29. Лечебная физкультура при травмах и некоторых заболеваниях аппарата движения
30. ЛФК при травмах позвоночника
31. ЛФК при повреждениях грудной клетки
32. ЛФК при переломах нижних конечностей
33. Примерные комплексы лечебной гимнастики
34. ЛФК при сколиозах
35. ЛФК при плоскостопии
36. ЛФК при заболеваниях суставов
37. Механотерапия
38. Лечебная физкультура при хирургическом лечении внутренних органов
39. ЛФК при операциях на сосудах
40. Заболевания артерий
41. Заболевания вен

Типовые задания для зачета (УК-6)

1. Использование в физической реабилитации электролечения.
2. Использование в физической реабилитации магнитотерапии.
3. Использование в физической реабилитации ультразвукового лечения.
4. Использование в физической реабилитации светолечения.

5 5. Использование в физической реабилитации вибромассажа.
6 6. Использование в физической реабилитации фармакологических средств.
7 7. Использование физических факторов в физической реабилитации.

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 системе здравоохранения
«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 системе здравоохранения

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. Попов С.Н. Физическая реабилитация : Учебник для вузов. - 3-е изд., перераб. и доп.. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 603 с.

2. Попов С.Н., Козырева О.В., Малашенко М.М., Жук И.А. Физическая реабилитация : учеб. : в 2-х т.. - М.: Издательский центр "Академия", 2013

3. Егорова, С. А., Ворожбитова, А. Л. Физическая реабилитация : учебное пособие. - Весь срок охраны авторского права; Физическая реабилитация. - Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. - 176 c. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/63027.html

4. Епифанов В.А., Епифанов А.В. Реабилитация в неврологии : практическое руководство. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 416 с. - Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента вуза и медвуза [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970434420.html

6.2 Дополнительная литература:

1. Физиотерапия, бальнеология и реабилитация. - Весь срок охраны авторского права: Медицина, 2002. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/41322.html

2. Царик А.В. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативные правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации. - М.: Советский спорт, 2004. - 573 с.

3. Гайдаров, Л. Ф., Лазарева, Г. Ю., Леонкин, В. В., Муллаярова, Э. А., Ситкалиева, Е. В., Соколова, М. В. Реабилитация после заболеваний. Полный справочник. - 2020-08-31; Реабилитация после заболеваний. Полный справочник. - Саратов: Научная книга, 2019. - 702 c. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/80185.html

6.3 Иные источники:

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

Abby FineReader 10.0
Microsoft Windows 10
Adobe Acrobat 8 Professional - Croatian, Ukrainien, Russian, Turkish

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: https://biblioclub.ru
2. Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина: официальный сайт. – URL: http://www.tambovlib.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.