

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

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев

«05» июля 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.4.3 Физическая реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата

Направление подготовки/специальность: 49.04.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль/направленность/специализация: Физическая реабилитация

Уровень высшего образования: магистратура

Квалификация: Магистр

год набора: 2021

Автор программы:

Кандидат педагогических наук, доцент Лернер Виктория Леонидовна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень магистратуры) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 946).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности «28» июня 2021 г. Протокол № 10

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «05» июля 2021 г. № 11.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП Магистра.....	7
3. Объем и содержание дисциплины.....	7
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	9
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	17
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	19
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	20

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-1 Способен определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта, а также применять на практике технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; владеть методами диагностики и оценки реабилитационного потенциала клиента, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки

ПК-3 Способен определять актуальную тематику исследовательской, педагогической и проектной и иной деятельности в различных видах адаптивной физической культуры и реализовывать проектные исследовательские работы с учетом рекомендаций специалиста более высокой квалификации

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

- научно-исследовательский
- педагогический
- реабилитационный (восстановительный)

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере общего образования, профессионального образования, дополнительного образования; в сфере научных исследований), 02 Здравоохранение (в сфере реабилитации в организациях здравоохранения), 03 Социальное обслуживание (в сфере реабилитации в организациях и учреждениях социального обслуживания населения), 05 Физическая культура и спорт (в сфере физической культуры и массового спорта, адаптивного спорта; в сфере спортивной подготовки; в сфере управления деятельностью организации, осуществляющей деятельность в области адаптивной физической культуры и физической культуры и спорта)

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
---	---	-----------------------------------

	ПК-1 Способен определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта, а также применять на практике технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; владеть методами диагностики и оценки реабилитационного потенциала клиента, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки	Применяет объективные методы контроля объема и эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях опорно-двигательного аппарата
	ПК-3 Способен определять актуальную тематику исследовательской, педагогической и проектной и иной деятельности в различных видах адаптивной физической культуры и реализовывать проектные исследовательские работы с учетом рекомендаций специалиста более высокой квалификации	Применяет творческие подходы и методические решения в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-1 Способен определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации; владеть методами мобилизации личностных ресурсов реабилитанта, а также применять на практике технологии и методики лечебной физической культуры, массажа, эргономики, эрготерапии, кинезиотерапии, технические средства реабилитации; владеть методами диагностики и оценки реабилитационного потенциала клиента, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения									
		Очная (семестр)					Заочная (семестр)				
		1	2	3	4	1	2	3	4	5	

1	Адаптивная физическая реабилитация	+				+				
2	Преддипломная практика				+					+
3	Профессионально-ориентированная практика			+					+	
4	Физическая реабилитация			+				+		
5	Физическая реабилитация в педиатрии			+				+		
6	Физическая реабилитация в травматологии		+				+			
7	Физическая реабилитация в эндокринологии		+				+			
8	Физическая реабилитация при внутренних болезнях			+				+		
9	Физическая реабилитация при заболеваниях кардиореспираторной системы			+				+		
10	Физическая реабилитация при метаболических заболеваниях		+				+			

ПК-3 Способен определять актуальную тематику исследовательской, педагогической и проектной и иной деятельности в различных видах адаптивной физической культуры и реализовывать проектные исследовательские работы с учетом рекомендаций специалиста более высокой квалификации

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения					
		Очная (семестр)			Заочная (семестр)		
		1	3	4	1	3	5
1	Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)		+			+	
2	Преддипломная практика			+			+
3	Технологии научных исследований в физической культуре и спорте	+			+		

4	Физиологические методы контроля в физической реабилитации		+			+	
---	---	--	---	--	--	---	--

2. Место дисциплины в структуре ОП магистратуры:

Дисциплина «Физическая реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.04.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Дисциплина «Физическая реабилитация при заболеваниях опорно-двигательного аппарата» изучается в 3 семестре.

3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 3 з.е.

Очная: 3 з.е.

Заочная: 3 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)	Заочная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
Контактная работа	30	10
Лекции (Лекции)	12	4
Практические (Практ. раб.)	18	6
Самостоятельная работа (СР)	42	89
Экзамен	36	9

3.2. Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.						Формы текущего контроля
		Лекции		Практ. раб.		СР		
		О	З	О	З	О	З	
3 семестр								
1	Воспалительные заболевания опорно-двигательн ого аппарата, их лечение.	2	1	3	1	7	15	Опрос
2	Методы и средства физической реабилитации в каждом периоде течения заболевания ОДА	2	1	3	1	7	15	Опрос
3	Система физической реабилитации при артритах	2	1	3	1	7	15	Тестирование; Опрос
4	Физическая реабилитация при нарушениях осанки	2	1	3	1	7	15	Опрос

5	Физическая реабилитация при сколиозах	2	-	3	1	7	15	Опрос
6	Физическая реабилитация при плоскостопии	2	-	3	1	7	14	Тестирование; Опрос

Тема 1. Воспалительные заболевания опорно-двигательного аппарата, их лечение. (ПК-1)

Лекция.

Заболевания суставов: определение, проявления, последствия

Практическое занятие.

Классификация заболеваний суставов по номенклатуре, принятой Антиревматическим комитетом.

Задания для самостоятельной работы.

Принципы сбора анамнеза. Особенности локального ортопедического статуса.

Тема 2. Методы и средства физической реабилитации в каждом периоде течения заболевания ОДА (ПК-3)

Лекция.

Острый и хронический период течения заболеваний суставов

Практическое занятие.

Средства физической реабилитации при заболеваниях суставов в остром периоде. Средства физической реабилитации при заболеваниях суставов в хроническом периоде.

Задания для самостоятельной работы.

Мануальная терапия

Тема 3. Система физической реабилитации при артритах (ПК-1)

Лекция.

Этапность физической реабилитации при артритах

Практическое занятие.

Содержание занятий ЛФК на различных этапах физической реабилитации при артритах. Значение физиотерапии и массажа в комплексе реабилитационных мероприятий при заболеваниях ОДА.

Задания для самостоятельной работы.

Гидрокинезотерапия, ходьба, терренкур в физической реабилитации при заболеваниях суставов

Тема 4. Физическая реабилитация при нарушениях осанки (ПК-3)

Лекция.

Определение правильной осанки. Физиологические изгибы позвоночника в сагиттальной плоскости. Степени нарушений осанки

Практическое занятие.

Задачи ЛФК при нарушениях осанки. Содержание занятий ЛФК при нарушениях осанки. Массаж и физиотерапия при нарушениях осанки. Гидрокинезотерапия при нарушении осанки.

Задания для самостоятельной работы.

Тестовая карта для выявления нарушений осанки.

Тема 5. Физическая реабилитация при сколиозах (ПК-1)

Лекция.

Сколиоз: определение, причины, классификация, степени

Практическое занятие.

Этапы терапии сколиотической болезни. Суть консервативного лечения сколиоза. Ведущая роль ЛФК в реабилитации больных сколиозом. Содержание занятий ЛФК при различных степенях сколиоза.

Задания для самостоятельной работы.

Определение типа сколиоза по классификации Понсети и Фридмана.

Тема 6. Физическая реабилитация при плоскостопии (ПК-3)

Лекция.

Плоскостопие: определение, причины, классификация, степени

Практическое занятие.

Физические упражнения, рекомендуемые при плоскостопии. Использование физиотерапевтических процедур (теплые ванны, лампа Соллюкс, локальное отрицательное давление и др.) и массажа стоп и в целом нижних конечностей при плоскостопии. Упражнения в ходьбе.

Задания для самостоятельной работы.

Профилактика возникновения и прогрессирования плоскостопия детей и взрослых.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

3 семестр

- текущий контроль – 50 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 10 баллов
- ответ на экзамене: не более 30 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мак. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Воспалительные заболевания опорно-двигательного аппарата, их лечение.	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.

2.	Методы и средства физической реабилитации в каждом периоде течения заболевания ОДА	Опрос	10	<p>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;</p> <p>4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>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;</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
3.	Система физической реабилитации при артритах	Тестирование(контрольный срез)	10	<p>Тест состоит из 15 вопросов.</p> <p>3 балла – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>2 балла – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>1 балл – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
		Опрос	5	<p>4-5 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;</p> <p>2-3 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>0-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему;</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
4.	Физическая реабилитация при нарушениях осанки	Опрос	10	<p>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;</p> <p>4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>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;</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>

5.	Физическая реабилитация при сколиозах	Опрос	10	<p>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;</p> <p>4-7 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>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;</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
6.	Физическая реабилитация при плоскостопии	Тестирование(контрольный срез)	10	<p>Тест состоит из 15 вопросов.</p> <p>3 балла – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>2 балла – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>1 балл – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
		Опрос	5	<p>4-5 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;</p> <p>2-3 баллов – студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием специализированной терминологии;</p> <p>0-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему;</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
7.	Премияльные баллы		10	Дополнительные премияльные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов
8.	Ответ на экзамене		30	<p>10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «удовлетворительно»</p> <p>18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «хорошо»,</p> <p>25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «отлично».</p>
9.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по экзамену 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
85 - 100 баллов	Отлично
70 - 84 баллов	Хорошо

50 - 69 баллов	Удовлетворительно
Менее 50	Неудовлетворительно

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Опрос

Тема 1. Воспалительные заболевания опорно-двигательного аппарата, их лечение.

1. Дайте характеристику повреждений суставов (виды, симптоматика, лечение).
2. Дайте определение понятия «привычный вывих плеча» и причины к нему приводящие.
3. Охарактеризуйте повреждения локтевого сустава.

Тема 2. Методы и средства физической реабилитации в каждом периоде течения заболевания ОДА

1. Виды вывихов в локтевом суставе.
2. Методика физической реабилитации при вывихах в локтевом суставе.
3. Виды повреждений коленного сустава.

Тема 3. Система физической реабилитации при артритах

1. Назовите основные функции позвоночного столба.
2. Какие вы знаете повреждения позвоночника?
3. Что такое множественные и комбинированные переломы позвоночника?

Тема 4. Физическая реабилитация при нарушениях осанки

1. Расскажите о причинах возникновения и методах лечения компрессионных переломов позвоночника.
2. В каких отделах позвоночника возникают переломы остистых и поперечных отростков позвонков?
3. Какой вид иммобилизации применяется при переломах остистых и поперечных отростков позвонков?

Тема 5. Физическая реабилитация при сколиозах

1. Расскажите о физической реабилитации при компрессионных переломах шейных позвонков (методы лечения, задачи, формы, средства ЛФК).
2. Расскажите о физической реабилитации при компрессионных переломах грудных и поясничных позвонков (методы лечения, характеристика иммобилизации, задачи, формы, средства ЛФК).
3. Назовите причины возникновения повреждений таза.
4. Перечислите виды переломов таза.

Тема 6. Физическая реабилитация при плоскостопии

1. Охарактеризуйте повреждения кисти и методы их лечения и реабилитации.
2. Виды повреждений стопы.
3. Расскажите об особенностях физической реабилитации при челюстно-лицевых травмах.
4. В чем заключается физическая реабилитация при повреждениях ЛОР-органов?
5. Дайте характеристику ожогам и «ожоговой болезни».
6. Основные особенности принципов реабилитации спортсменов?

Тестирование

Тема 3. Система физической реабилитации при артритах

Контрольный срез №1

1. Показаниями к занятиям физическими упражнениями на механоаппаратах локального действия являются все перечисленные, за исключением:

- а) **ишемической болезни сердца**
- б) артритов в хроническом периоде заболевания
- в) деформирующего артроза с выраженным болевым синдромом
- г) переломов трубчатых костей до консолидации отломков

2. Пассивные упражнения назначают преимущественно:

- а) для улучшения лимфообращения
- б) для улучшения кровообращения
- в) **лечения тугоподвижности в суставах, а также при парезах и параличах**
- г) улучшения функционального состояния сердечно-сосудистой системы

3. При назначении ЛФК больным с артритами следует учитывать возможное наличие:

- а) тендовагинита
- б) **бурсита**
- в) неврита

4. Физические упражнения при заболеваниях суставов препятствуют развитию:

- а) фиброзного перерождения мышц
- б) сморщивания суставных капсул
- в) атрофии и разволокнения суставного хряща
- г) контрактур и тугоподвижности

д) все перечисленное

5. Задачи ЛФК при болезнях суставов, кроме:

- а) улучшение кровообращения и питания сустава
- б) укрепление мышц, окружающих сустав
- в) противодействие развитию тугоподвижности сустава
- г) **снятие болей в покое**
- д) повышение работоспособности больного

6. Физические упражнения в подостром периоде артрита:

- а) простые динамические упражнения в здоровых суставах
- б) дыхательные упражнения
- в) упражнения на расслабление мышц, лечение положением
- г) статическое напряжение мышц здоровых конечностей

д) все перечисленное

7. Упражнения в теплой воде при хронических артритах и артрозе способствуют:

- а) снижению болей
- б) устранению спазма мышц
- в) расправлению контрактур
- г) снижению массы тела больного
- д) улучшению подвижности в суставе

е) все перечисленное

8. Исходные положения для разгрузки позвоночника:

- а) положение сидя на стуле
- б) **положение лежа на спине или на животе**
- в) положение стоя

9. Наличие или отсутствие контрактуры подвздошно-поясничной мышцы определяется в исходном положении:

- а) стоя при наклоне туловища вперед
- б) стоя при наклоне туловища в сторону

- в) сидя при поочередном подъеме прямых ног вверх
 - г) **лежа на спине при поочередном подтягивании согнутых ног к животу**
 - д) лежа на спине при поочередном подъеме прямых ног вверх
10. Упражнения в теплой воде при хронических артритах и артрозах способствуют всему перечисленному, кроме
- а) снижения болей
 - б) устранения спазма мышц
 - в) расправления контрактур
 - г) **снижения массы тела больного**
 - д) улучшения подвижности в суставе

Тема 6. Физическая реабилитация при плоскостопии

Контрольный срез №2

1. Первичной физиопрофилактикой является предупреждение
 - 1) **заболеваний**
 - 2) рецидивов
 - 3) обострения заболеваний
 - 4) осложнений
2. В диадинамотерапии применяется
 - 1) постоянный ток малой силы и низкого напряжения
 - 2) переменный ток средней частоты
 - 3) высокочастотный переменный импульсный ток
 - 4) **постоянный импульсный ток низкой частоты**
3. Выносливость организма могут тренировать
 - 1) **бег**
 - 2) дыхательные упражнения
 - 3) перебрасывание мяча
 - 4) изометрические упражнения
4. К строевым упражнениям относится
 - 1) ходьба на носочках
 - 2) **перестроение в шеренгу**
 - 3) ходьба с высоким подниманием бедра
 - 4) ходьба на пятках
5. Корректирующая ходьба применяется при
 - 1) **плоскостопии**
 - 2) пневмонии
 - 3) бронхите
 - 4) язвенной болезни желудка
6. Целесообразнее укреплять мышцу, выпрямляющую позвоночник
 - 1) стоя
 - 2) сидя на полу
 - 3) **лежа на животе**
 - 4) лежа на спине
7. Вспомогательным приемом поглаживания является
 - 1) **глажение**
 - 2) надавливание
 - 3) плоскостное поглаживание
 - 4) обхватывающее поглаживание
8. Положение пациента при массаже спины — это

1) лежа на животе, руки вверх

2) лежа на животе, руки вдоль туловища

3) лежа на боку

4) стоя

9. Сколиоз – это:

1). нарушение осанки в сагиттальной плоскости;

2) нарушение осанки во фронтальной плоскости;

3) заболевание, вызванное боковым искривлением позвоночника

10. При выполнении гимнастических упражнений обязательно предусматривается:

1) точный характер мышечной работы

2) достаточно точная дозировка физической нагрузки

3) целенаправленное воздействие на отдельные мышцы и внутренние органы

4) все перечисленное

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена

Типовые вопросы экзамена (ПК-1, ПК-3)

Вопросы экзамена

1. Дайте определение понятия «артрит» и расскажите о классификации артритов.

2. Стадии патологического процесса при артритах по А.И. Нестерову.

3. Охарактеризуйте острый период течения болезни суставов.

4. Охарактеризуйте хронический период течения болезни суставов.

5. Этапы физической реабилитации при артритах.

6. Задачи физической реабилитации при артритах.

7. Содержание первого и второго периода I этапа физической реабилитации при заболеваниях суставов в стационаре.

8. Содержание II этапа физической реабилитации при заболеваниях суставов в условиях санатория или поликлиники.

9. Бальнеолечение при артритах.

10. Грязелечение при артритах.

11. Содержание III этапа физической реабилитации при заболеваниях суставов в условиях поликлиники или дома.

12. Методы оценки подвижности суставов.

13. На каком этапе онтогенеза закладываются физиологические изгибы позвоночника.

14. Охарактеризуйте правильную осанку дошкольника.

15. Охарактеризуйте правильную осанку школьника.

16. Охарактеризуйте правильную осанку взрослого человека.

17. Эпидемиология нарушения осанки в различные возрастные периоды?

18. Степени нарушения осанки и их характеристика.

19. Причины нарушения осанки?

20. Виды нарушения осанки в сагиттальной плоскости, вызванные увеличением физиологических изгибов.

21. Виды нарушения осанки в сагиттальной плоскости, вызванные уменьшением физиологических изгибов.

22. Вид нарушения осанки во фронтальной плоскости

23. Основные средства физической реабилитации при нарушении осанки и их характеристики?

24. Необходимые организационно-методические условия при проведении занятий с детьми, имеющими различные виды нарушения осанки.

25. Гидрокинезитерапия при нарушении осанки?

26. Понятие о сколиотической болезни.
27. Перечислите и охарактеризуйте три группы сколиозов.
28. Сколько степеней сколиоза представлено в классификации В.Д. Чаклина?
29. Охарактеризуйте первую степень сколиоза.
30. Охарактеризуйте вторую-третью степени сколиоза.
31. Охарактеризуйте четвертую степень сколиоза.
32. Типы сколиоза и их характеристика.
33. Как подразделяются сколиозы по скорости прогрессирования?
34. Какова роль и место симметричных физических упражнений при сколиозе.
35. Что такое асимметричные физические упражнения и их место в комплексной гимнастике?
36. Каково место иппотерапии, плавания в программе физической реабилитации детей со сколиозом?
37. Что такое плоскостопие?
38. Классификация плоскостопия по причинам происхождения?
39. Охарактеризуйте продольное, поперечное и продольно-поперечное плоскостопие.
40. Перечислите специальные физические упражнения, рекомендуемые при плоскостопии.

Типовые задания для экзамена (ПК-1, ПК-3)

Практические задания

1. Больной Д., 25 лет, диагноз – компрессионный перелом тела второго поясничного позвонка. Находится в стационаре 5 - й день. Травму получил 6 дней назад при падении на спину. Пострадавший уложен на функциональную кровать с приподнятым головным концом; проводят вытяжение по оси позвоночника массой собственного тела. На рентгенограмме - компрессионный перелом тела второго поясничного позвонка (первая степень компрессии).
 - а) определите, в каком лечебном периоде находится больной, сформулируйте задачи ЛФК.
 - б) перечислите физические упражнения, рекомендованные в этом периоде;
2. Больной В., 30 лет, диагноз - перелом седалищной и лонной костей таза справа. В стационаре находится 3 нед. Состояние удовлетворительное, активное занимается ЛГ.
 - а) определите лечебный период, в котором находится пострадавший;
 - б) сформулируйте основные задачи средств ЛФК;
 - в) перечислите исходные положения, в которых следует выполнять физические упражнения и процедуры массажа.
3. В палате пять больных с различными повреждениями нижних конечностей: двум больным наложено скелетное вытяжение за бугристость большеберцовой кости, двум больным - гипсовая иммобилизация и одному – аппарат Илизарова.
 - а) определите, всем ли больным показана ЛГ;
 - б) определите, в каком периоде лечения находятся больные;
 - в) обоснуйте возможность проведения групповых занятий с больными этой палаты. Имеются ли другие варианты?
4. Больная Ж., 26 лет, диагноз – повреждение мениска правого коленного сустава. 6-е сутки после артроскопической менискэктомии.
 - а) определите двигательный режим;
 - б) определите сроки назначения активных движений в правом коленном суставе;
 - в) перечислите специальные физические упражнения для оперированной конечности;
 - г) перечислите противопоказания к назначению массажа;
 - д) в какие сроки больная может вернуться к привычным физическим нагрузкам?
5. Больной 36 лет. Плоскостопие. Физическое развитие – среднее дисгармоничное. Функциональное состояние – хорошее. РWC 160 кгм/мин Двигательный режим - щадяще-тренирующий. Разработать ЛФК.

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«отлично» (85 - 100 баллов)	ПК-1	На высоком методическом уровне применяет объективные методы контроля объема и эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях опорно-двигательного аппарата
	ПК-3	Самостоятельно применяет творческие подходы и методические решения в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.
«хорошо» (70 - 84 баллов)	ПК-1	На хорошем уровне применяет объективные методы контроля объема и эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях опорно-двигательного аппарата
	ПК-3	С помощью преподавателя применяет творческие подходы и методические решения в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.
«удовлетворительно» (50 - 69 баллов)	ПК-1	Фрагментарно применяет объективные методы контроля объема и эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
	ПК-3	Под строгим контролем преподавателя применяет творческие подходы и методические решения в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.
«неудовлетворительно» (менее 50 баллов)	ПК-1	Не применяет объективные методы контроля объема и эффективности реабилитационных мероприятий при заболеваниях опорно-двигательного аппарата
	ПК-3	Не применяет творческие подходы и методические решения в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.

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 презентации, 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. Егорова С. А., Ворожбитова А. Л. Физическая реабилитация : учебное пособие. - Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. - 176 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457230>
2. Мукина Е.Ю. Физическая реабилитация : УМК по спец.: "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья". - Тамбов: [Изд-во ТГУ], 2009. - 1 электрон. опт. диск (CD).
3. Ч. 1: физическая реабилитация при деформации и травмах опорно-двигательного аппарата, 2015. - 183 с.

6.2 Дополнительная литература:

1. Андреев, В. В., Морозов, А. И., Школьников, Л. Е., Фоминых, А. В. Физическая реабилитация обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья средствами ЛФК на занятиях физической культурой : методическое пособие. - 2029-07-01; Физическая реабилитация обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья средствами ЛФК н. - Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2017. - 96 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/73549.html>
2. Завьялова Т. П. Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания : Учебное пособие Для СПО. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 184 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/454096>
3. Мукина Е. Ю., Лернер В. Л., Селитреникова Т. А., Дерябина Г. И., Симонов С. Н. Физическая реабилитация : [учеб. пособие]. - Тамбов: [Издат. дом ТГУ им. Г. Р. Державина], 2015
4. Царик А.В. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативные правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации. - М.: Советский спорт, 2004. - 573 с.

6.3 Иные источники:

1. <http://edu.of.ru>. - <http://edu.of.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 Office Профессиональный плюс 2007

Microsoft Windows 10

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Scopus: база данных . – URL: <https://www.scopus.com>

2. Web of Science: политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая база данных . – URL: <https://apps.webofknowledge.com>

3. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>

4. Российская национальная библиотека. – URL: <http://nlr.ru>

5. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>

6. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monographies.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.