



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО «ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

Кафедра физкультурно-спортивных и медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ А.В. Семиров
«17» июня 2021 г.



Рабочая программа дисциплины (модуля)

Наименование дисциплины (модуля) **Б1.В.ДВ.03.02 Лечебная физическая культура**

Направление подготовки **44.03.01 Педагогическое образование**

Квалификация (степень) выпускника - **Бакалавр**

Форма обучения- **заочная**

Согласована с УМС ПИ ИГУ

Рекомендовано кафедрой:

Протокол № 10 от «15» июня 2021 г.

Протокол № 10 от «08» июня 2021 г.

Председатель _____ М.С. Павлова

Зав. кафедрой _____ М.В. Пружинина

Иркутск 2021 г.

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ):

Целью освоения дисциплины «Лечебная физическая культура» является:

Обучение базовой подготовке бакалавра к осуществлению профессиональной деятельности к применению полученных в результате изучения дисциплины знаний и умений. Формирование способностей бакалавра к проектированию и реализации программ физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования, в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики.

Задачи дисциплины:

Главной задачей освоения дисциплины является формирование профессиональной компетентности будущего специалиста. На основе научных знаний формировать способности организации индивидуальной образовательной и совместной учебной деятельности обучающихся в соответствии требованиями федеральных государственных образовательных стандартов в подготовке бакалавра и осуществлении педагогической деятельности педагога физической культуры и спорта.

- Формировать практические навыки применения здоровьесформирующих технологий в практике педагога физической культуры и спорта.
- Формировать способности научного использования педагогических и медико-биологических технологий в разработке программ здоровьесформирования, здоровьесовершенствования, здоровьесбережения, рекреации, адаптации и социализации людей, перенесших серьезные травмы не совместимые с продолжением профессиональной деятельности.
- Способствовать реализации методов оптимальных приемов и различных моделей представления, объяснения, интерпретации изучаемых объектов оздоровительной тренировки для восстановления здоровья.

Процесс изучения данной дисциплины направлен на развитие следующих компетенций:

ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, дополнительного образования.

II. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО:

Учебная дисциплина «Лечебная физическая культура» занимает важное место среди дисциплин учебного плана, относится к профессиональным программам.

Дисциплина имеет органическую взаимосвязь с дисциплинами, формирующими компетенции, заявленные в программе.

2.1. Учебная дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений в процентном отношении более практическая, имеет элементы новизны двигательных действий и относится к творческим видам физкультурно-спортивной деятельности.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

Б1.О.01 Основы научно-исследовательской деятельности.

Б1.О.02 Управление проектами.

Б1.О.08 Физическая культура и спорт.

Б1.О.23 Формирование результатов освоения образовательной программ

- Б1.В.01 Медико-биологическое сопровождение физкультурно-спортивной деятельности.
 Б1.В.02 Теория и методика преподавания подвижных и спортивных игр.
 Б1.В.03 Физкультурно-оздоровительные технологии.
 Б1.В.ДВ.01 Элективные дисциплины 1
 Б1.В.ДВ.01.01 Силовой атлетизм.
 Б1.В.ДВ.01.02 Фитнес аэробика.
 Б1.В.ДВ.02 Элективные дисциплины 2
 Б1.В.ДВ.02.01. История физической культуры и спорта
 Б1.В.ДВ.02.02. Олимпийское образование
 Б1.В.ДВ.02.03 Адаптивные информационные технологии
 Б1.В.ДВ.03 Элективные дисциплины 3
 Б1.В.ДВ.03.01 теория и методика физической рекреации.
 Б1.В.ДВ.04 Элективные дисциплины 4
 Б1.В.ДВ.04.01 Теория и организация адаптивной физической культуры.
 Б1.В.ДВ.04.02 Организация адаптивной двигательной рекреации.

2.3. Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:

- Б2.В.01(П) Практика по получению умений и опыта профессиональной деятельности
 Б1.О.24 Введение в профессиональную деятельность.
 Б1.В.04 Организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ.
 Б1.В.06 Курсовая работа по профилю "Физическая культура".
 Б1.О.05 Моделирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре в образовательных учреждениях.

III. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция	Индикаторы компетенций	Результаты обучения
ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительного образования	ИДК-1 -проектирует и реализует программу по дисциплине (модулю) по физической культуре и спорту, а также общеобразовательных (дополнительных) программ в области физической культуры и спорта;	<i>Знать:</i> средства ЛФК, программы ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительного образования. <i>Уметь:</i> применять средства ЛФК, здоровье формирующие, здоровье совершенствующие, восстанавливающие программы для разновозрастных обучающихся в образовательных организациях. Применять адаптивные программы для реабилитации посттравматических больных, коррекции нарушений функциональных систем организма.

		<i>Владеть:</i> здоровье формирующими, здоровье совершенствующими, адаптивными, рекреационными, корригирующими программами для восстановления
	ИДК-2-определяет эффективность реализации программ физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности в различных образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительного образования.	<i>Знать:</i> методы ЛФК, диагностики эффективности физкультурно-оздоровительных занятий в практике физической, физической рекреации, реабилитации и адаптации. <i>Уметь:</i> применять методы ЛФК, диагностики для определения эффективности физкультурно-оздоровительных занятий в практике физической, рекреации, реабилитации и адаптации. <i>Владеть:</i> методами ЛФК, диагностики определения эффективности физкультурно-оздоровительных занятий в практике физической, физической рекреации, реабилитации и адаптации. Образовательных, медико-биологических и социальных организаций.

IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов / зачетных единиц Очное	Семестры
		9
Аудиторные занятия (всего)	16	16
Практические занятия (ПЗ)	12	12
Самостоятельная работа (всего)	88	88
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
Контроль (КО)	4	4
Контактная работа (всего)*	16	16
Общая трудоемкость	часы	108
	зачетные единицы	3

4.2. Содержание учебного материала дисциплины

№ п/п	Темы	Содержание
1.	Общая характеристика метода лечебной физической культуры (ЛФК).	<p>Реабилитационное направление в медицине определяет методологический подход к восстановительному лечению больных и инвалидов. Поскольку специалист в области физической культуры может осуществлять профессиональную деятельность в рекреационной и лечебной физкультуре, курс лечебной физической культуры (ЛФК), просто необходим даже в реабилитации спортсменов при травмах.</p> <p>ЛФК представляет отрасль клинической медицины, разрабатывает методику применения в комплексном лечении больных специфических средств физической культуры. ЛФК является научной дисциплиной, изучающей теорию применения средств лечебной физической культуры с профилактической, лечебной и реабилитационной целями. Применение средств ЛФК в реабилитационной медицине весьма эффективно и вызывает интерес специалистов медиков.</p> <p>ЛФК составная часть медицинской реабилитации больных. Средства ЛФК:</p> <ul style="list-style-type: none"> – физические упражнения; – методы закаливания; – массаж; – пассивная гимнастика; – трудотерапия; – организация двигательного режима – стали компонентами лечебного процесса лечебно-профилактических медицинских и социальных учреждений. <p>ЛФК - синонимы: кинезотерапия, физическая реабилитация – метод неспецифической тренирующей, патогенетической терапии и реабилитации больных средствами физической культуры и спорта.</p>
2.	Средства ЛФК: физические упражнения	<p>Основными средствами ЛФК являются физические упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – гимнастические; – спортивно-прикладные; – игровые. <p>Система определенных упражнений составляет формы ЛФК:</p> <ul style="list-style-type: none"> – лечебную гимнастику; утреннюю гигиеническую гимнастику; – лечебную гимнастику и плавание; – дозированную ходьбу, терренкур; – ходьбу на лыжах; – катание на коньках; – езду на велосипеде; – греблю; – занятия на тренажерах; – игровые уроки(волейбол, бадминтон, теннис. городки; – лечебную верховую езду (райттерапия) и др.; – корригирующая гимнастика; – дыхательная гимнастика; – механотерапия. <p>К средствам ЛФК так же относятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> – массаж; – закаливание воздухом в сочетании с упражнениями; – закаливание водой в сочетании с упражнениями.
3.	Средства ЛФК: лечебное плавание, игровые упражнения, ходьба	<p>Занятия ЛФК проводятся групповым и индивидуальным методом. Продолжительность занятий от 10 минут (больных на постельном режиме, до 45-60 минут у выздоравливающих). В практике занятий лечебной физической культурой принято контролировать состояние здоровья занимающихся. Основными показателями являются АД- артериальное давление, ЧСС- частота сердечных сокращений, ЧД- частота дыхания. ЛФК <i>в воде</i>, при температуре воды 25-27⁰ . продолжительность 20-30 мин показана при лечении болезней системы кровообращения, дыхания, обмена веществ, нервной системы и повреждений опорно-двигательного аппарата. теплая вода 34-36⁰ – расслабляет, снимает спастические явления, боль,</p>

		<p>поэтому при повышенной температуре воды проводят занятия для разработки суставов после травм конечностей и позвоночника.</p> <p>Виды ходьбы: пешая - дозированная, лыжные прогулки, скандинавская ходьба - используют после перенесенных острых заболеваний, для увеличения двигательного режима и подготовки к трудовой деятельности.</p> <p>Спортивные игры: волейбол, настольный, большой теннис. бадминтон назначают индивидуально, в основном больным молодого и среднего возраста. это связано с выполнением неравномерной физической нагрузкой упражнений игрового характера (быстрый бег, резкая остановка не показаны людям пожилого возраста и больны с заболеваниями сердечно-сосудистой патологии).</p>
4.	<p>Методы диагностики и контроля за состоянием здоровья в процессе занятий ЛФК</p>	<p>Ведущим показателем функционального состояния организма, является общая физическая работоспособность, которая пропорциональна количеству механической работы, которую человек должен выполнять длительно и с высокой интенсивностью. Физическая работоспособность - комплексное понятие, включающее: морфофункциональное состояние органов и систем; психическим состоянием; мотивацией к деятельности. Эти показатели можно определить с помощью функциональных проб.</p> <p>В лечебной физической культуре применяют неспецифические функциональные пробы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Пробы с дозированной физической нагрузкой; - Пробы с изменением внешней среды; - Фармакологические (с введением каких то веществ) и вегетативно-сосудистые (ортостатическая, глазодвигательная, сердечные). - Определяя физическую нагрузку упражнений для больных необходимо знать реакцию организма на физическую нагрузку, для этого проводятся функциональные пробы.. - Оценка состояния по максимальному потреблению кислорода (МПК) - 12 минутный тест. испытуемый выполняет ходьбу, с чередованием бега 12 минут. далее определяется дистанция его прохождения, по таблице определяется МПК. - Определение физической работоспособности по тесту PWC₁₇₀- выполнение нагрузок на велоэргометре, реакция организма подсчитывается по формулам.. - Экспресс методом с помощью компьютера определяется уровень здоровья по нескольким показателям (КОНТРЭКС1, 2,3. - Проба Шефарда- двухступенчатое восхождение на ступеньку. Сравниваются показатели ЧСС в начале, во время и по окончании пробы. Аэробная производительность оценивается как средняя при отклонении фактической ЧСС от должной на ± 10 в 1 мин. - Гарвардский степ-тест – выполнение большой физической нагрузки при подъеме на ступень; - проба Руфье – более щадящий вариант оценки работоспособности сердечной мышцы.
5.	<p>ЛФК при патологии дыхательной системы</p>	<p>Нарушения механики дыхания, связанное с ухудшением эластичности легочной ткани. Изменения ритмичности дыхания, ухудшение подвижности грудной клетки. Снижение диффузной способности легких. Снижение бронхиальной проходимости приводит: к бронхиту, пневмонии, бронхиальной астме. Физические нагрузки стимулируют функцию внешнего дыхания. Средства ЛФК улучшают крово, лимфообращение в легких и плевре, способствуют быстрому рассасыванию экссудата, способствуют предупреждению спаек в легких и плевральной области. Улучшение оксигенации крови при выполнении дыхательных упражнений стимулирует обменные процессы во всех органах и тканях организма.</p> <p>Лечение положением – стимулирует дыхание пораженной доли.</p> <p>Общетонизирующие упражнения.</p> <p>Дыхательные упражнения: упражнения в ритмичном статическом дыхании с движением рук; специальные дыхательные, влияющие на глубину, ритм,, силу дыхания; углубленное дыхание; верхнее грудное, нижнее грудное, с дозированным сопротивлением; дренажные упражнения с эвакуацией мокроты из бронхов в трахею; звуковая гимнастика.</p> <p><i>Постельный режим:</i> для профилактики спаек- парадоксальное дыхание</p>

		<p>(наклоны туловища в непораженную сторону и на вдохе и на выдохе).ЛГ- в и.п. –лежа, здоровом боку, сидя. спустив ноги. Соотношение упражнений общетонизирующих и дыхательных: 1-1; 1-2.</p> <p><i>Полупостельный режим:</i> ЛГ в и.п.-сидя на стуле, стоя. ЛГ 15-30 мин. ОРУ, ходьба по палате, дыхательные упражнения.</p> <p><i>Общий режим (свободный):</i> на 7-10 день групповые занятия. упражнения для всех мышечных групп. Сочетание дыхательных и общетонизирующих упражнений 1-2. Продолжительность занятия до 40 мин. разрешено применение элементов спортивных игр, дозированную ходьбу.</p>
6.	ЛФК при нарушении сердечно-сосудистой системы	<p>Гипертоническая болезнь. Гипотоническая болезнь. Ишемическая болезнь сердца. Инфаркт миокарда.</p> <p>Физическая реабилитация больных с инфарктом миокарда, на стационарном этапе направлена на достижения уровня двигательной активности для обслуживания себя. Рекомендовано: прогулки до 3-х км в два приема. Подъем по лестнице на один пролет.</p> <p>Задачи ЛФК: постепенное увеличение интенсивности и продолжительности нагрузок. Осложнения заболеваний делят на три группы сложности: инфаркты мелкоочаговые, очаговый, трансмуральный.</p> <p><i>Строгий постельный режим:</i> Ia-Ib – движения конечностями, повороты на бок, лежа в постели, дыхательные упражнения+ присаживания с помощью. Комплекс ЛГ-лечебной гимнастики лежа на спине.</p> <p><i>Постельный режим:</i> IIa-IIb- двигательная активность режима Ia-Ib +сидение на кровати по 20 мин., пересаживание на стул+ ходьба по палате. Комплекс ЛГ 1.-2</p> <p><i>Полупостельные режим:</i> IIIa-IIIb- ,бытовые нагрузки, пребывание сидя без ограничений+выход в коридор; прогулки по коридору с 50 до 200 м. в несколько приемов. IIIb- прогулки по коридору без ограничений+подъем по лестнице, комплекс ЛГ-3.</p> <p><i>Свободный режим:</i> IVa-IVb – комплекс ЛГ-4 +выход на прогулку, ходьба в темпе 70-80 шагов в мин., расстояние500-600 м. <i>Режим IVb-</i>то же +ходьба 1-1,5 км в два приема. <i>Режим IVv-</i>то же +прогулки 2-3 км., 80-100 шагов.</p>
7.	ЛФК при нарушении опорно-двигательной системы	<p>Поражения опорно-двигательного аппарата (ОДА) приводят к нарушениям анатомическим и функциональным. при составлении программы реабилитации, необходимо учесть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – общее состояние больного, его психологический статус; – состояние костной ткани; – характер иммобилизации – состояние кожи; – локализацию травмы (верхние, нижние конечности, таз, позвоночник); – наличие повреждений нервных стволов и сосудов. В травматологии, выделяют три периода: – иммобилизационный –задача ЛФК: улучшить условия кровообращения, сохранение подвижности в свободных от гипса суставах. ЛГ-ОРУ, лечение положением, изометрические упражнения; – постиммобилизационный – задача ЛФК: улучшение функции поврежденной конечности, ликвидация контрактуры, уменьшение отека, болевого синдрома, трофических нарушений; – восстановительный – полное восстановление функции (нормализация тонуса, мышц их укрепление, полное восстановление подвижности сустава).Для ускорения восстановления подвижности рекомендуются упражнения в теплой воде с морской солью.
8.	ЛФК в условиях поликлиники в период реабилитации	<p>Занятия ЛФК проводятся групповым методом. Задача: полное восстановление нарушенных функций, создание благоприятных условий обслуживания себя, выполнение бытовых двигательных действий. Средства ЛГ: ОРУ, упражнения в полном объеме суставных возможностей в сочетании с дыхательными упражнениями. Рекомендуются прием массажа не менее 10 процедур. Самостоятельное выполнение дозированной ходьбы, элементов спорта, выполнение в полном объеме домашних функций.</p>
9.	Особенности построения занятий	<p>Особенностью занятий лечебной гимнастики в период выздоровления являются хорошее настроение, уверенность в выздоровлении,</p>

	ЛФК при различном двигательном режиме	оптимистический психологический климат в группе занимающихся. Занятия лечебной гимнастикой предполагают структуру урока физической культуры: три части. В зависимости от заболевания и возраста больных нагрузка может увеличиваться или уменьшаться за счет повторений упражнений и интенсивности их выполнения. Групповое выполнение способствует улучшению настроения занимающихся. Психологическая неустойчивость состояний при длительной болезни создает неуверенность в выздоровлении у некоторых больных. Занятия в группе помогают таким больным поверить в выздоровление, улучшить настроение, что способствует ускорению реабилитации. Длительность занятий в период реабилитации до 3-х месяцев, далее больной переводится на домашний режим занятий или возвращается в трудовой коллектив.
10.	Массаж как средство ЛФК. Виды массажа, физиологическое влияние на организм	<p>Массаж является методом лечения и профилактики заболеваний, хорошо сочетается с физическими упражнениями, рефлексо-, физио- и мануальной терапией. Массаж имеет строго регламентированный порядок применения приемов. различают массаж: классический, лечебный, гигиенический, косметический, спортивный, самомассаж. С дополнительным оборудованием: гидро-массаж, аппаратный массаж.</p> <p>Приемы массажа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поглаживание; - растирание; - разминание; - вибрация. <p>Каждый прием имеет свою технику выполнения, функцию воздействия на организм. Приемы <i>поглаживания</i> легкими, скользящими движениями согревают, очищают кожу, улучшают ее дыхание, обменные процессы, оказывают обезболивающий эффект.</p> <p>Приемы <i>растирания</i> выполняются в более быстром режиме, с надавливанием на массируемую поверхность и сдвигая ее,- увеличивают подвижность тканей, усиливают приток крови, улучшают питание тканей, усиливают сократительную функцию мышц, повышают тонус мышц, понижают нервную возбудимость.</p> <p>Приемы <i>разминания</i> состоят из непрерывного захватывания, приподнимания, и отжимания тканей (перетирания, сдвигания, растяжения). Создают эффект пассивной гимнастики, повышают тонус, усиливают сократительную функцию мышц, улучшают кровоснабжение, вызывают гиперемиию (покраснение),улучшают ток лимфы.</p> <p>Приемы <i>вибрации</i> – заключаются в передаче массируемой части тела колебательных движений. Вибрация вызывает: обезболивание, улучшает сократительную функцию, трофику тканей, активируют регенеративные процессы, снижает АД, учащает ритм сердца, усиливает моторную и секреторную функцию желудка и перистальтики кишечника.</p>
11.	Лечебный массаж	Лечебный массаж разделяют на ручной и аппаратный. ручной массаж делят на классический и сегментарно- рефлексорный, точечный. Применяется как самостоятельно, так и в сочетании с лечебной физкультурой. В зависимости от диагноза заболеваний, какие то приемы массажа могут не выполняться, например ударные приемы в первые процедуры массажа могут причинять боль, поэтому вводятся постепенно на третьей процедуре массажа. При травмах, с целью предупреждения повреждения тканей, опускаются приемы разминания отдельных участков конечностей. При заболеваниях легких приемы ударные превалируют в процентном отношении по сравнению с приемами растирания и разминания.
12.	Спортивный массаж	Спортивный массаж применяют в физкультурно-спортивной практике с целью физического совершенства, замены тренировочного процесса, успешно применяется в бане в качестве восстановительного массажа. В соревновательной практике применяется для снятия перенапряжения, мышечного гипертонуса. Методика применения спортивного массажа носит специфический характер, в зависимости от цели его применения.
13.	Контроль сформированных знаний и навыков	

4.3. Разделы и темы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела/темы	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, практическую подготовку (при наличии) и трудоемкость (в часах)			Оценочные средства	Формируемые компетенции (индикаторы)	Всего (час)
		Лекции	Практ. занятия	СРС			
1.	Общая характеристика метода лечебной физической культуры (ЛФК).		1	7	доклад	ПК-1 ИДК-1 -проектирует и реализует программу по дисциплине (модулю) по физической культуре, спорту, а также медико-биологических программ в реабилитации и рекреации здоровья	8
2.	Средства ЛФК: физические упражнения		1	7	тест		8
3.	Средства ЛФК: лечебное плавание, игровые упражнения, ходьба		1	7	тест		8
4.	Методология диагностики и контроля за состоянием здоровья в процессе занятий ЛФК		1	7	конспект		8
5.	ЛФК при патологии дыхательной системы		1	7			9
6.	ЛФК при нарушении сердечно-сосудистой системы		1	8			9
7.	ЛФК при нарушении опорно-двигательной системы		1	8			9
8.	ЛФК в условиях поликлиники в период реабилитации		1	8			9
9.	Особенности построения занятий ЛФК при различном двигательном режиме		1	7	Доклад, конспект		ИДК-2-определяет эффективность реализации программ физкультурно-оздоровительной, реабилитационной направленности в В период восстановления здоровья
10.	Массаж как средство ЛФК. Виды массажа, физиологическое влияние на организм		1	8		9	
11.	Лечебный массаж		1	7		8	
12.	Спортивный массаж		1	7		8	
13.	Контроль знаний и навыков.					4	
	Всего		12	88		108	

4.4. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

№ темы	Наименование темы самостоятельной работы студентов	Методические рекомендации
1.	Общая характеристика метода лечебной физической культуры (ЛФК).	Подготовить доклад, презентацию на тему отличительных особенностей направлений: – Лечебная физическая культура – Адаптивная физическая культура

		– Физическая культура
2.	Средства ЛФК: физические упражнения	Знать: влияние упражнений на функциональные системы, УУД на период полной реабилитации
3.	Средства ЛФК: лечебное плавание, игровые упражнения, ходьба	Знать: - Формы утренней гимнастики; - Прогулки; - Подвижные игры; - методики дыхательных техник; - терренкур; - скандинавская ходьба
4.	Методология диагностики и контроля за состоянием здоровья в процессе занятий ЛФК	Знать: Методы диагностики состояния здоровья для определения эффективности занятий ЛФК
5.	ЛФК при патологии дыхательной системы	Знать: – методы применения дыхательных упражнений, частные методики рекреации
6.	ЛФК при нарушении сердечно-сосудистой системы	Знать методику проведения занятия, осуществляя контроль состояния здоровья. Соблюдать технику безопасности. Составлять индивидуальные задания для возрастных обучающихся. Для родителей с детьми дошкольного возраста.
7..	ЛФК при нарушении опорно-двигательной системы	Знать: нарушения осанки, методы корригирующей гимнастики. Физические упражнения при заболеваниях и травмах суставов. Методики групповых упражнений скандинавской ходьбы; терренкур (индивидуальные маршруты ходьбы: расстояние, скорость передвижения, затраченное время)
8.	ЛФК при нарушениях других функциональных систем организма человека	Знать методику проведения занятия при различных двигательных режимах больных.
9.	Особенности построения занятий ЛФК при различном двигательном режиме	Знать методику проведения ЛФК групповым и индивидуальными методами.
10.	Массаж как средство ЛФК. Виды массажа, физиологическое влияние на организм	Владеть техникой приемов массажа: поглаживания, растирания, разминания, ударных приемов.
11.	Лечебный массаж	Знать, владеть средствами ЛФК в сочетании с приемами массажа
12.	Спортивный массаж	Владеть приемами классического массажа

4.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов) См. темы программы

V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля):

а) основная литература

1. Апанасенко Г.Л. Медицинская валеология / Г.Л. Апанасенко, Л.А. Попова. – Киев: Здоровье, 2000. – 248 с.
2. Буковский, Владислав Андреевич. Физиологические основы здоровья и долголетия: теория и практика оздоровительной гимнастики [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В.

- А. Буковский. - ЭВК. - Иркутск : Изд-во ИГУ, 2014. - Режим доступа: -ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. доступ.
3. Бубновский С.М. Природа разумного тела. Все о позвоночнике и суставах/ С.М. Бубновский. –М.: Эксмо, 2013. -512с. ISBN 978-5-699-50207-3[Электронный ресурс].
 - 4.Бубновский С.М. Код здоровья сердца и сосудов/ С.М. Бубновский. – М.: Эксмо, 2013. - 448 с. ISBN 978-5-699-59826-7[Электронный ресурс].
 - 5.Дубровский В.И.Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – 2 изд. –М.: гуманит. изд. центр Владос, 2001. -608с.
 - 6.Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. – 2-е изд. / Г.А. Макарова.–М.: Советский спорт, 2006.–480 с. ISBN 5-691-00769-6
 7. Менхин, Ю.В. Менхин, А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: Учеб. пособие / Ю.В. Менхи, А.В. Менхин.–Ростов-на-Дону, 2002.–384 с
 8. Пружинина, М. В. Основные средства восстановления работоспособности при занятиях физическими упражнениями [Текст]: учеб.-метод. пособие / М. В. Пружинина, К. Н. Пружинин; Вост.-Сиб. гос. акад. образования. - Иркутск: Изд-во ВСГАО, 2012. - 112 с. – 12 экз.
 - 9 Полякова, Лариса Октябровна Биомеханика двигательной деятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Л. О. Полякова. - ЭВК. - Иркутск : Аспринт, 2016 - . - Режим доступа: ЭЧЗ "Библиотех". - Неогранич. доступ. Ч. 1. - 2016.
 - 10 Романова С.В., Слонимская Л.И. Физическая культура и спорт: курс лекций [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов/С.В. Романова, Л.И.Слонимская. – Электронный текст. дан.(2,4 Мб). - Иркутск: Издательство «Аспринт», 2019. – 160 с. – 1 электрон. опт. диск пространства; CD-привод; ОС Windows XP и выше, ПО для чтения pdf-файлов. Загл. с экрана. ISBN 978-54340-03261
 - 10.Слонимская, Л. И. Физическая культура. Методико-практические занятия по аэробике [Текст]: учебное пособие для студентов специальности "Физическая культура" / Л. И. Слонимская; Иркут. гос. пед. ун-т. - Иркутск : ИГПУ, 2003. - 100 с. – 10 экз.
 11. Слонимская, Л. И. Методические основы преподавания физической культуры в специальных медицинских группах гуманитарных вузов [Текст]: учебное пособие для вузов / Л. И. Слонимская, Е. А. Колинченко; Хабаровская гос. акад. экономики и права. - Хабаровск: ХГАЭП, 2003. - 112 с. – 3 экз.
 - 12.Чермит, К. Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст]: учебное пособие / К. Д. Чермит. - М.: Советский спорт, 2005. - 272 с. – ISBN 5-85009-935-2. – 10 экз.

б) периодические издания

- 1.ЛФК и массаж. Лечебная физическая культура и массаж
- 2.Теория и практика физической культуры **ISI**: <http://www.teoriya.ru>
- 3.ЛФК и массаж. Спортивная медицина **ISSN** онлайн-версии: Электронная онлайн-версия журнала **ISI**: http://aconit.ru/show_paper.php?idpaper=59

в) список авторских методических разработок:

- 1.Слонимская, Л. И. Физическая культура. Методико-практические занятия по аэробике [Текст]: учебное пособие для студентов специальности "Физическая культура" / Л. И. Слонимская; Иркут. гос. пед. ун-т. - Иркутск : ИГПУ, 2003. - 100 с. – 10 экз.
- Слонимская Л.И., Богатова И.И. Классификация гимнастических упражнений. Часть I. Строевые, общеразвивающие упражнения: учебно-методическое пособие. /Л.И. Слонимская, И.И. Богатова. – Иркутск: изд-во «Аспринт», 2016. – 136 с. ISBN 978-5-4340-0137-3.
- 3.Романова С.В., Слонимская Л.И. Физическая культура и спорт: курс лекций [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов/С.В. Романова, Л.И.Слонимская. – Электронный текст. дан.(2,4 Мб). - Иркутск: Издательство «Аспринт», 2019. – 160 с. – 1 электрон. опт. диск пространства; CD-привод; ОС Windows XP и выше, ПО для чтения pdf-файлов. Загл. с экрана. ISBN ISBN 978-54340-03261

4.Слонимская Л.И. Оздоровительная физическая культура: средства восстановления работоспособности, здоровья и психоэмоционального равновесия: учебное пособие. Хабаровск: Хабаровская государственная академия экономики и права, 2002. -100 с.

5. Слонимская, Л. И. Методические основы преподавания физической культуры в специальных медицинских группах гуманитарных вузов [Текст]: учебное пособие для вузов / Л. И. Слонимская, Е. А. Колинченко; Хабаровская гос. акад. экономики и права. - Хабаровск: ХГАЭП, 2003. - 112 с.

г) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Электронная библиотека издательства «Лань» - <https://e.lanbook.com/>
 2. Гиперленинка - <http://cyberleninka.ru/article/c/fizicheskaya-kultura-i-sport>
 3. Российская национальная библиотека - <http://www.nlr.ru>
- Фестиваль педагогических идей - <http://festival.1september.ru/articles/562918/>

VI.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Помещения и оборудование

Помещения – учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных учебным планом ОПОП ВО бакалавриата, оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО «ИГУ».

Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа (спортивный зал)

Оборудование

Бревно гимнастическое – 1

Гимнастическая скамейка - 6

"Конь гимнастический" - 1

"Козел" - 1

Конь гимнастический - 1

Канат гимнастический - 1.

Мост подкидной гимнастический - 1.

Перекладина универсальная - (2003г.). - 1

Стенка гимнастическая - 5.

Мяч гимн.Easy Body 1766 EG-IB.d65 см.

Мяч гимн.TORNEO A-209 d65 см, с насосом антивзрыв.

Мяч гимн.TORNEO 10

Скакалка SportForYou 3,8м.Start Up JR -05 A (8336).

Мат гимнастический-(2000г.) ОП0003361000862 14

Медицинбол АТВ -0,1 1 кг ОП0003383000911 20

Медицинбол АТВ -02 2 кг ОП0003383000912 10

Степ-доска-(2004г.) ОП0003361001875 1 -15

гантели – 1 кг- 20шт.

гантели – 2 кг- 20шт.

скакалка – 20 шт.

гимнастическая палка – 30 шт..

обруч – 20 шт.

Технические средства обучения.

Музыкальная установка (центр); магнитофон.

Поточные аудитории (Учебный корпус №11, 664011, Иркутская область, г. Иркутск, ул. Нижняя Набережная, д. 6)

124а	Доска ДК11Э3010. Используется переносная мультимедийная техника: проектор EPSON Multimedia EB-X12, ноутбук eMachines eME525-902G16Mi Intel CeLeron 900/2G/160/Intel GMA 4500/DVDRW/WiFi/Cam/VHB/15,6"
126	Доска ДК11Э3010. Используется переносная мультимедийная техника: проектор EPSON Multimedia EB-X12, ноутбук eMachines eME525-902G16Mi Intel CeLeron 900/2G/160/Intel GMA 4500/DVDRW/WiFi/Cam/VHB/15,6"

6.2. Лицензионное и программное обеспечение

Программное обеспечение: ОС: MicrosoftOfficeProfissionalPLUS 2007 (Номер Лицензии Microsoft 43037074, бессрочно) Антивирус KasperskyEndpointSecurity 10.1

VII. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В образовательном процессе используются активные и интерактивные формы проведения занятий (компьютерные симуляции, деловые и ролевые игры, разбор конкретных ситуаций*), развивающие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств и формирующие компетенции.

Наименование тем занятий с использованием активных форм обучения:

	Тема занятия	Вид занятия	Форма / Методы интерактивного обучения	Кол-во часов
1.	Групповые занятия ЛФК	практика	Презентация Powerpoint	2 час.
2.	Классические приемы массажа. техника выполнения	практика	Просмотр видео материалов.	2 час.
Итого часов				4

VIII. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

Тема	Формируемый признак компетенции	Показатель	Критерий оценивания	Наименование ОС	
				ТК	ПА
1 Общая характеристика метода лечебной физической культуры (ЛФК).	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной,	1. Дана общая характеристика метода ЛФК 2. Перечислены средства лечебной физической культуры.	Доклад. Терминологический диктант	зачет

		рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.			
2. Средства ЛФК: физические упражнения	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	1. Раскрыты основные средства ЛФК-физические упражнения. 2. Определена структура занятий. 3. Определена физиологическая значимость физических упражнений.	Доклад, тест	зачет
3. Средства ЛФК: лечебное плавание, игровые упражнения, ходьба	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	1...Описаны структурные части оздоровительного занятия в бассейне с контролем физического состояния занимающихся. 2. Даны упражнения подводящие, лечебные с выдохами в воду. Отдельно для выполнения предложены упражнения для рук; ног с дополнительным оборудованием.	конспект	зачет
4 Методы диагностики и контроля за состоянием здоровья в процессе занятий ЛФК	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	Составлен конспект: 1. двигательного занятия с решением оздоровительных и рекреационных задач в в зале ЛФК; 2. . Показаны особенности двигательных режимов занимающихся	конспект	зачет
5 ЛФК при патологии дыхательной системы	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен	Составлен конспект: утренней гимнастики; двигательного занятия с решением оздоровительных и рекреационных задач	конспект	зачет

	спортивной и оздоровительной направленности	реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	в бассейне; Показаны особенности двигательных режимов занимающихся		
6. ЛФК при нарушении сердечно-сосудистой системы	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	1. Показана правильная методика перехода от упражнений ОРУ к основной части занятия 2. Смоделирована Кардио – тренировка с разновозрастными занимающимися 3. Описана методика групповых или индивидуальных занятий с патологией кардио-респираторной системы. 4. Описана система контроля за здоровьем перенесших инфаркт миокарда	конспект	зачет
7. ЛФК при нарушении опорно-двигательной системы	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	1. Показаны двигательные режимы: – Иммобилизационный ; постиммобилизационный; восстановительный. – 2. Решены задачи ЛФК.	конспект	зачет
8. ЛФК в условиях поликлиники в период реабилитации	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	1. Знает структуру оздоровительного занятия. 2. Умеет дозировать физическую нагрузку; в комплексах лечебной гимнастики. 3. Способен самостоятельно проводить комплексы упражнений различных двигательных режимов и патологий	конспект	зачет

9. Особенности построения занятий ЛФК при различном двигательном режиме	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	1. Знает структуру лечебной гимнастики, дозировку, интенсивность выполнения упражнений разных возрастных групп занимающихся. 3. Способен самостоятельно проводить комплексы упражнений лечебной гимнастики с решением задач реабилитации и восстановления утраченного здоровья.	конспект	зачет
10. Массаж как средство ЛФК. Виды массажа, физиологическое влияние на организм	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	1. Раскрыты приемы массажа. 2. Показаны методы сочетания применения процедур массажа и ЛГ.	конспект	зачет
11. Лечебный массаж	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы физкультурно-оздоровительной, адаптивной, рекреационной направленности в организациях социальной и медицинской реабилитации.	1. Владеет техникой выполнения приемов массажа. 2. Знает физиологическое влияние массажа на организм человека.	Конспект последовательности и техники приемов массажа	зачет
12. Спортивный массаж	ПК-1 Способен проектировать и реализовывать программы физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности	Знает программы ЛФК по нозологическим формам заболеваний. Способен реализовывать программы лечебной физкультуры	1. Представляет специфику приемов спортивного массажа. 2. Владеет техникой расслабляющего и тонизирующего массажа.	Конспект последовательности приемов массажа	зачет
13. Контроль сформированных знаний и навыков					зачет

8.2. Фонд оценочных средств

Средства оценки учебных достижений: доклад, терминологический диктант, конспект, тест.

НАИМЕНОВАНИЕ ОЦЕНОЧНОГО СРЕДСТВА: ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКИЙ ДИКТАНТ

Наименование	Характеристика	Показатели	Критерии	Шкала оценивания
Терминологический диктант	Средство контроля при котором задание предъявляются обучающимся в устной форме, а решение представляется ими в письменной форме	Способен воспроизводить теоретические сведения в заданном темпе	Дает определение заданным понятиям	0 - не дает определение заданным понятиям 1 - дает определение заданным понятиям
			Формулирует свойства понятий	0 - не формулирует свойство понятия 1 - формулирует свойство понятия
		Способен решать задачи репродуктивного уровня в заданном темпе	Отвечает на вопрос задачи требующей для своего решения выполнение одной операции	0 - не отвечает на вопрос 1 - отвечает на вопрос
			Отвечает на вопрос задачи требующей для своего решения выполнения более одной операции	0 - не отвечает на вопрос 1 - отвечает на вопрос

Критерии оценивания:

-оценка "отлично" выставляется студенту если он заработал более 90% от максимального количества баллов

-оценка "хорошо" выставляется студенту если он заработал от 76 % до 90% от максимального количества баллов

-оценка "удовлетворительно" выставляется студенту если он заработал от 60% до 75% от максимального количества баллов

-оценка "не удовлетворительно" выставляется студенту если он заработал менее 60% от максимального количества баллов

-оценка "зачтено" выставляется студенту если он заработал не менее 60% от максимального количества баллов

-оценка "не зачтено" выставляется студенту если он заработал менее 60% от максимального количества баллов

Максимальный балл вычисляется по следующей формуле $n + m + k$, где n- количество понятий, которым необходимо дать определение, m - количество свойств, которые необходимо сформулировать, k- количество вопросов задач на которые нужно дать ответ

Общий балл полученный обучающимся вычисляется по следующей формуле $x + y + z$, где x- количество понятий, которым было дано правильное определение, y - количество свойств которым были верно сформулированы, z - количество вопросов задач на которые были получены верные ответы

НАИМЕНОВАНИЕ ОЦЕНОЧНОГО СРЕДСТВА: ДОКЛАД, СООБЩЕНИЕ

Наименование	Характеристика	Показатели	Критерии	Шкала оценивания
Доклад, сообщение	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по	Способен целенаправленно анализировать информацию	Проводит анализ терминологического поля в рамках темы доклада	0 – не провел анализ терминологического поля
				1 – провел анализ только непосредственно используемых понятий
				2 – провел анализ не только

	представлению полученных результатов решения учебной или научной задачи			непосредственно используемых в докладе понятий, но и рядоположенных и противоположных понятий		
				Анализирует изученный материал, выделяет наиболее значимые для раскрытия темы факты и научные положения	0 - не выделил наиболее значимые для раскрытия темы факты и научные положения	
					1 - выделил часть наиболее значимых для раскрытия темы фактов и научных положений	
					2 - выделил достаточное количество значимых для раскрытия темы фактов и научных положений	
				Способен систематизировать (синтезировать) полученную в результате анализа информацию	Синтезирует полученную в результате анализа информацию в соответствии с целями доклада	0 - не представлен результат синтеза полученной в результате анализа информации
						1 - представлен результат синтеза только части полученной в результате анализа информации
	2 - синтезировал полученную в результате анализа информацию в соответствии с целями доклада					
	Делает вывод	0 - не сделал вывод или сделал вывод не адекватный фактам выявленным в процессе анализа и систематизации информации по теме доклада				
		1 - сделал вывод частично-адекватный фактам выявленным в процессе анализа и систематизации информации по теме доклада				
		2 - сделал вывод адекватный фактам выявленным в процессе анализа и систематизации информации по теме доклада				
	Владеет культурой представления результатов работы	Соблюдает логическую последовательность в изложении материала	0 - нарушена логическая последовательность в изложении материала			
			1 - соблюдена логическая последовательность в большей части изложенного материала			
			2 - соблюдена логическая последовательность при изложении материала			
		Для презентации результатов работы использует наглядные и иллюстративные материалы, при необходимости выполненные с применением современных информационно-коммуникационных технологий	0 - не использовал необходимые для представления работы наглядные и иллюстративные материалы			
			1 - использовал недостаточное количество необходимых для представления работы наглядных и иллюстративных материалов			
			2 - использовал достаточное количество необходимых для представления работы наглядных и иллюстративных материалов			
Соблюдает авторские права		0 - не представлены ссылки на авторов использованных материалов				
		1 - представлены ссылки на авторов				

				части использованных материалов
				2 - представлены ссылки на авторов всех использованных материалов
			Аргументировано отвечает на вопросы	0 - не отвечает на поставленные вопросы
				1 - аргументировано отвечает на отдельные вопросы
				2 - аргументировано отвечает на все поставленные вопросы

НАИМЕНОВАНИЕ ОЦЕНОЧНОГО СРЕДСТВА: КОНСПЕКТ

Наименование	Характеристика	Показатели	Критерии	Шкала оценивания
Конспект	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой описание в письменной форме содержания книги, статьи и т.п. в заданном контексте	Способен целенаправленно анализировать информацию в заданном контексте	Выделяет значимые в заданном контексте понятия	0 - не выделил значимые в заданном контексте понятия
				1 - выделил не достаточное количество значимых в заданном контексте понятий
				2 - выделил достаточное количество значимых в заданном контексте понятий
			Выделяет значимые в заданном контексте факты	0 - не выделил значимые в заданном контексте факты
				1 - выделил не достаточное количество значимых в заданном контексте фактов
				2 - выделил достаточное количество значимых в заданном контексте фактов
		Выделяет значимые в заданном контексте положения	0 - не выделил значимые в заданном контексте положения	
			1 - выделил не достаточное количество значимых в заданном контексте положений	
			2 - выделил достаточное количество значимых в заданном контексте положений	
		Способен обобщать, конкретизировать и систематизировать полученную в результате анализа информацию в заданном контексте	Устанавливает отношения между понятиями (объектами) в заданном контексте, подтверждая их фрагментами конспектируемого текста	0 - не установил отношения между понятиями (объектами) в заданном контексте
				1 - установил отношения между понятиями (объектами) в заданном контексте, но не подтвердил их фрагментами конспектируемого текста, или установил большую часть отношений между понятиями (объектами) в заданном контексте, подтвердив их фрагментами конспектируемого текста, или установил отношения между всеми необходимыми понятиями (объектами) в заданном контексте, подтвердив лишь часть из них фрагментами конспектируемого текста
				2 - установил отношения между всеми необходимыми понятиями (объектами) в заданном контексте, подтверждая их фрагментами конспектируемого текста
Устанавливает причинно-следственные связи между фактами и положениями, подтверждая их фрагментами	0 - не установил причинно-следственные связи между фактами и положениями			
	1 - установил причинно-следственные связи между фактами и положениями, но не подтвердил их фрагментами конспектируемого текста, или установил большую часть причинно-следственных связей между фактами и положениями,			
	2 - установил причинно-следственные связи между фактами и положениями,			

			конспектируемого текста	подтвердив их в фрагментах конспектируемого текста, или установил необходимые причинно-следственные связи между фактами и положениями, подтвердив лишь часть из них фрагментами конспектируемого текста
				2 - установил необходимые причинно-следственные связи между фактами и положениями, подтверждая их фрагментами конспектируемого текста
		Владеет культурой представления результатов работы в письменной форме	Соблюдает логическую последовательность в изложении материала	0 - нарушена логическая последовательность в изложении материала
				1 - соблюдена логическая последовательность в большей части изложенного материала
			Стиль представления конспекта соответствует стилю конспектируемого источника	0 - стиль представления конспекта соответствует стилю конспектируемого источника
				1 - стиль представления конспекта соответствует стилю конспектируемого источника

НАИМЕНОВАНИЕ ОЦЕНОЧНОГО СРЕДСТВА: ТЕСТ

Наименование	Характеристика	Показатели	Критерии	Шкала оценивания
Тест	Система стандартизованных заданий позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося	Владеет теоретическими сведениями	Осуществляет выбор объекта из предложенных вариантов	0 - не верно осуществляет выбор объекта из предложенных вариантов
				1 - верно осуществляет выбор объекта из предложенных вариантов
			Устанавливает соответствие между предложенными объектами адекватные заданным требованиям	0 - не устанавливает соответствие между предложенными объектами адекватные заданным требованиям
				1 - устанавливает соответствие между предложенными объектами адекватные заданным требованиям
			Перечисляет последовательно предложенные объекты в соответствии с заданными требованиями	0 - не перечисляет последовательно предложенные объекты в соответствии с заданными требованиями
				1 - перечисляет последовательно предложенные объекты в соответствии с заданными требованиями
		Дополняет предложенную конструкцию в соответствии с заданными требованиями	0 - не дополняет предложенную конструкцию в соответствии с заданными требованиями	
			1 - дополняет предложенную конструкцию в соответствии с заданными требованиями	
		Выполняет задания алгоритмического характера	0 - не правильно выбран вариант ответа	
			1 - правильно выбран вариант ответа	

			Выполняет задание используя ранее изученный алгоритм без соотнесения полученного результата с одним из предложенных вариантов	0 - не найдено верное решение
				1 - найдено верное решение

8.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации (в форме экзамена или зачета).

Вопросы и задания к зачету

1. ЛФК как научный метод лечения, реабилитации больных.
2. Диагностика, физического состояния в процессе занятий ЛФК.
3. Средства ЛФК.
4. Режимы двигательной активности в период реабилитации.
5. ЛФК при заболеваниях дыхательной системы.
6. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
7. Нетрадиционные средства и комплексные медико-педагогические технологии лечебной, оздоровительной и рекреативной направленности.
8. ЛФК при патологии опорно-двигательной системы..
9. Идеомоторные упражнения, характеристика, формы применения.
10. Дайте характеристику, укажите физиологическое влияние упражнений по анатомическому признаку.
11. Назовите упражнения ЛФК по характеру действия (дыхательные, корригирующие, релаксационные, стретчинг), их функциональная значимость.
12. Методики индивидуальных рекреационных занятий ЛФК.
13. Методики групповых занятий ЛФК различной патологии.
14. Методики групповых занятий ЛФК различных возрастных групп.
15. Расскажите о технике выполнения классических массажных приемов.
16. Особенности лечебного массажа.
17. В каких случаях применяется спортивный массаж, особенности техники приемов.
18. Показания и противопоказания к массажу.
19. Показания и противопоказания к занятиям ЛФК.
20. Какой эффект создает совокупность применения упражнений ЛФК и приемов массажа в одной процедуре?
21. Требования к массажисту при проведении курса массажа.
22. Требования к массируемому, в процессе приема массажа.

Документ составлен в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению: 44.03.01 «Педагогическое образование», утвержденного приказом Минобрнауки РФ от «22» февраля 2018 г. №121 (зарегистрирован в Минюсте России «15» марта 2018 г. № 50358). Настоящая программа, не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры-разработчика программы.

Разработчик программы Слонимская Людмила Ивановна, старший преподаватель кафедры ФСиМБД