



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
(Лечебно-оздоровительная физическая культура)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра безопасности жизнедеятельности и общемедицинских знаний

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

Т.В. Карасева
(подпись)

« 19 » июня 20 19 г.

Рабочая программа дисциплины
Частные методики ЛОФК

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Лечебно-оздоровительная физическая культура

Иваново



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
(Лечебно-оздоровительная физическая культура)

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является привитие студентам знаний, умений и навыков профилактики и реабилитации при отдельных нозологических формах заболеваний средствами лечебно-оздоровительной физической культуры.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина относится к части ОП, формируемой участниками образовательных отношений.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к освоению дисциплин: «Спортивная медицина», «Лечебная физическая культура», Государственной итоговой аттестации.

Студент, приступающий к изучению дисциплины, должен обладать знаниями, полученными ранее в ходе изучения дисциплин: «Анатомия человека», «Введение в лечебную физическую культуру».

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

Знать: основы частной патологии;

Уметь: ориентироваться в вопросах медико-психолого-педагогической реабилитации;

Владеть: навыками организации медико-психолого-педагогической реабилитации.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

в) профессиональные (ПК):

ПК-4 способен выбирать и применять на практике методы и средства лечебно-оздоровительной ФК для оздоровительных, реабилитационных и рекреационных целей.

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с формируемыми компетенциями

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- задачи и методы лечебно-оздоровительной физической культуры (ПК-4);
- основные средства лечебно-оздоровительной физической культуры и их воздействие на организм человека после перенесенной отдельной нозологической формы заболевания (ПК-4);
- классификацию физических упражнений (ПК-4);
- механизм лечебного действия физических упражнений на организм человека с отдельной нозологической формой заболевания (ПК-4);
- морфофункциональные особенности организма человека с отдельной нозологической формой заболевания (ПК-4);
- этиологию и патогенез отдельных нозологических форм заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-4);
- показания и противопоказания к применению средств при отдельных нозологических формах заболеваний (ПК-4).

Уметь:

- подбирать основные средства лечебно-оздоровительной физической культуры на определенных этапах течения отдельных нозологических форм заболеваний (ПК-4);
- обучать лиц с отдельными нозологическими формами заболеваний основным двигательным приемам и навыкам (ПК-4);
- организовывать и проводить занятия по лечебной физической культуре с больными и инвалидами (ПК-4);



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
(Лечебно-оздоровительная физическая культура)

- выявлять позитивные и негативные стороны своей деятельности в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья (ПК-4).

Иметь:

- навыки владения технологиями ЛФК для пациентов с различными видами заболеваний и инвалидности (ПК-4);

- навыки владения методикой построения программ лечебной физической культуры для лиц с отдельными нозологическими формами заболеваний (ПК-4).

4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 8 зачетных единицы (256 академических часов).

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа

4.1.1. Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Курс	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по заочной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по заочной форме обучения) Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	
1.	Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	3	2	2 лаборат. занятие	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов
2.	Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях органов дыхания	3-4	2	2 практ. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
3.	Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях органов пищеварения	4	2	2 лаборат. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
4.	Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ	4	2	2 практ. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
Итого за семестр:			8	8	Зачет
5.	Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях опорно-двигательного аппарата	4	2	2 практ. занятие 2 лаборат. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
6.	Частные методики лечебной физической культуры при заболеваниях мочевыделительной системы	4	2	2 практ. занятие 2 лаборат. занятие	Тест с последующим обсуждением результатов
Итого за семестр:			4	8	Экзамен
Итого по дисциплине:			12	16	

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
(Лечебно-оздоровительная физическая культура)

Тема 1. Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Механизм действия и методика ЛФК у больных ИБС (стенокардия различных функциональных классов и инфаркт миокарда). Роль рационального двигательного режима у больных перенесших инфаркт миокарда. Основные причины и степени недостаточности кровообращения. Методика ЛФК при I и II степени недостаточности кровообращения. Механизм действия и методика ЛФК при I и II стадии гипертонической болезни. ЛФК при гипотонии и вегето-сосудистой дистонии. ЛФК при пороках сердца. Роль физических упражнений в профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы

Тема 2. Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях органов дыхания

ЛФК в различные периоды острой пневмонии и при бронхиальной астме. Методика ЛФК при постельном, домашнем и амбулаторном режиме. Дыхательные упражнения, упражнения с дозированным сопротивлением, лечебная гимнастика. Схема реабилитации больных, перенесших острую пневмонию. Методика обучения больного правильному дыханию и поведению в период приступа бронхиальной астмы. ЛФК при бронхиальной астме: в межприступный период, в период предвестников. Методика обучения больного правильному дыханию поведению в период приступа. ЛФК при плеврите. ЛФК при неспецифических заболеваниях легких.

Тема 3. Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях органов пищеварения

Первичная профилактика желудочно-кишечных заболеваний: рациональное питание, борьба с вредными привычками. Механизм действия и методика ЛФК при хронических гастритах, язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки. ЛФК при заболеваниях кишечника. ЛФК при болезнях печени и желчевыводящих путей.

Тема 4. Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях желез внутренней секреции и расстройствах обмена веществ

ЛФК при ожирении. Диета и физическая активность при ожирении. Профилактика ожирения: рациональное питание, борьба с вредными привычками. ЛФК при ожирении. ЛФК при сахарном диабете. ЛФК при подагре.

Тема 5. Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при заболеваниях опорно-двигательного аппарата

Особенности диагностики нарушений осанки у детей. Методы определения нарушений осанки у детей: соматоскопия, антропометрия, визуализация, интегральная оценка. Индивидуальная программа реабилитации. Оценка функционального состояния позвоночника в детском возрасте: гибкость, стабильность, равновесие, гармоничность. Оценка функционального состояния мышечного корсета ребенка. Виды нарушений осанки у детей. Профилактика нарушений осанки у детей. ЛФК при нарушениях осанки во фронтальной и сагиттальной плоскостях в детском возрасте. Формирование навыка правильной осанки у детей. Ортопедическая коррекция нарушений осанки у детей.

Причины и классификация сколиотической болезни в детском возрасте. Механизм формирования сколиоза у детей. Лечебная гимнастика при сколиотической болезни у детей. Методические рекомендации к занятиям ЛФК при сколиотической болезни у детей. Использование лечебного плавания, игр и упражнений в воде при сколиотической болезни у детей. Ортопедическая коррекция сколиотической деформации позвоночника в детском возрасте. Профилактика сколиотической болезни у детей.

Анатомо-физиологические и биомеханические особенности функционирования стоп у детей. Диагностика плоскостопия в детском возрасте. Методические рекомендации к занятиям ЛФК при плоскостопии у детей. Ортопедическая коррекция плоскостопия в детском возрасте. Профилактика плоскостопия у детей.

Частные методики лечебно-оздоровительной физической культуры при травмах у детей

Особенности методики ЛФК при переломах ключицы, лопатки, плечевой кости, области плечевого сустава, костей предплечья у детей. Особенности реабилитации детей с повреждением кисти. Особенности методики ЛФК при переломах бедра, голени, области коленного и голеностопного суставов у детей. Методики определения осевой нагрузки. Основные принципы ЛФК при переломах позвоночника в детском возрасте.

Тема 6. Частные методики лечебной физической культуры при заболеваниях мочевыделительной системы



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
(Лечебно-оздоровительная физическая культура)

Методические особенности проведения занятий ЛФК при заболеваниях мочевыделительной системы у детей. Двигательные режимы детей с заболеванием мочевыделительной системы. Задачи ЛФК при заболеваниях почек у детей. Клинико-физиологическое обоснование применения средств ЛФК при ночном энурезе в детском возрасте. Лечебная гимнастика и массаж при ночном энурезе в детском возрасте. Противопоказания к применению средств ЛФК при ночном энурезе у детей.

5. Образовательные технологии

Образовательные технологии: проблемного обучения, технология развития критического мышления, технология учебной дискуссии. Методы: дискуссия, групповая работа.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студентов по учебно-воспитательному курсу предполагает работу с дополнительной литературой для закрепления пройденного материала; изучение, анализ и конспектирование литературы по тем темам, разделам, вопросам, которые вынесены на самостоятельное изучение. Подготовка и оформление рефератов и докладов по отдельным вопросам и обсуждение их на семинарских занятиях. Систематизация изученного материала в виде схем, таблиц, слайдов и т.п.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Тестовый контроль проводится в письменной форме. «Типовые варианты тестовой работы представлены в фонде оценочных средств (Приложение 2)».

Зачет проводится в устной форме.

Критерии оценки «Зачтено». Ответ обладает строгостью, четкостью и полнотой. Приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями. Студент демонстрирует уверенное владение терминологией и отвечает на все дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Ответ частично раскрывает предложенную для обсуждения тему. При этом приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями. Студент демонстрирует хорошее владение терминологией и отвечает на большинство дополнительных вопросов по теме обсуждения или

Ответ обладает строгостью, четкостью и полнотой, но не все относящиеся к теме обсуждения понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями, или приведенные примеры содержат ошибки, которые не являются принципиальными или

Ответ обладает полнотой. Приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями. Но студент затрудняется дать правильные ответы на дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Ответ частично раскрывает предложенную для обсуждения тему. Не все относящиеся к теме обсуждения понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями или приведенные примеры содержат принципиальные ошибки, или студент затрудняется прокомментировать приведенные им примеры. Студент демонстрирует слабое владение терминологией и отвечает на некоторые дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Критерии оценки «Незачтено». Студент демонстрирует отсутствие знания и понимания по предложенной для обсуждения теме и не отвечает на дополнительные вопросы.

Экзамен проводится в устной форме.

Критерии оценки «Отлично». Ответ обладает строгостью, четкостью и полнотой. Приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
(Лечебно-оздоровительная физическая культура)

пояснениями. Студент демонстрирует уверенное владение терминологией и отвечает на все дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Критерии оценки «Хорошо». Ответ частично раскрывает предложенную для обсуждения тему. При этом приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями. Студент демонстрирует хорошее владение терминологией и отвечает на большинство дополнительных вопросов по теме обсуждения или

Ответ обладает строгостью, четкостью и полнотой, но не все относящиеся к теме обсуждения понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями, или приведенные примеры содержат ошибки, которые не являются принципиальными или

Ответ обладает полнотой. Приводимые в нем понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями. Но студент затрудняется дать правильные ответы на дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Критерии оценки «Удовлетворительно». Ответ частично раскрывает предложенную для обсуждения тему. Не все относящиеся к теме обсуждения понятия иллюстрируются представленными рисунками и таблицами с пояснениями или приведенные примеры содержат принципиальные ошибки, или студент затрудняется прокомментировать приведенные им примеры. Студент демонстрирует слабое владение терминологией и отвечает на некоторые дополнительные вопросы по теме обсуждения.

Критерии оценки «Неудовлетворительно». Студент демонстрирует отсутствие знания и понимания по предложенной для обсуждения теме и не отвечает на дополнительные вопросы.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература:

1. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. - Москва : Спорт, 2016. - 281 с. : ил. - Библиогр.: с. 241-246. - ISBN 978-5-906839-23-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461372>

2. Фокина, И.В. Гимнастические упражнения в системе реабилитации лиц с ограниченными возможностями : учебно-методическое пособие / И.В. Фокина ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет», Кафедра теоретических основ физической культуры. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 110 с. : схем., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1719-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=437465>

Дополнительная литература:

1. Основы оздоровительного массажа : учебно-методическое пособие / авт.-сост. М.Т. Пушкарева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». - Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. - 100 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-94809-486-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272225>.

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» www.biblioclub.ru



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
(Лечебно-оздоровительная физическая культура)

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;

- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: демонстрационное оборудование (модели, макеты, демонстрационные устройства и др.; электронные пособия (презентации, электронные словари и т.п.), аудио-визуальные пособия (аудиозаписи, видеоматериалы и т.п.), печатные пособия (таблицы, плакаты, стенды, портреты, схемы и т.п.).



Основная профессиональная образовательная программа
49.03.01 Физическая культура
(Лечебно-оздоровительная физическая культура)

Авторы рабочей программы дисциплины: заведующий кафедрой БЖД и ОМЗ доктор медицинских наук, профессор Т.В. Карасева, кандидат педагогических наук, доцент С.Ю. Толстова, кандидат педагогических наук, доцент А.М. Лощаков

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и общемедицинских знаний

« 4 » июня 2019 г., протокол № 8

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____
(подпись)