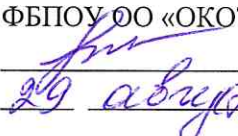




МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ
Филиал бюджетного профессионального образовательного учреждения Омской области
«Омский колледж отраслевых технологий
строительства и транспорта»
Нововаршавское городское поселение

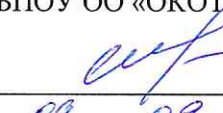
СОГЛАСОВАНО

Председатель ПЦК
общепрофессиональных дисциплин и
профессиональных модулей
ФБПОУ ОО «ОКОТСиТ»


Т.В.Иванова
29 августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
по учебно-методической работе
БПОУ ОО «ОКОТСиТ»


Шульц Г.В.
09 09 2019 г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОП.06 ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА**

по специальности 49.02.01 Физическая культура
(углубленная подготовка)

Программа учебной дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 27 октября 2014 г. N 1355 Зарегистрировано в Минюсте России 27 ноября 2014 г. N 34956 (ред. от 25.03.2015))

Организация-разработчик: Филиал бюджетного профессионального образовательного учреждения Омской области «Омский колледж отраслевых технологий строительства и транспорта», Нововаршавское городское поселение

Разработчик:

ФБПОУ ОО «ОКОТСиТ», НГП
(место работы)

преподаватель
(занимаемая должность)

Чистякова А.В.
(ФИО)

Содержание

1	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА»	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА»	6
3	УСЛОВИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА»	23
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА»	24

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **«Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа»**

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура входящей в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ».

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в профессиональный цикл, относится к общепрофессиональным дисциплинам.

1.3 Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Цель: формирование знаний и умений, необходимых для овладения общими и профессиональными компетенциями, такими как:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

уметь:

- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты;
- проводить простейшие функциональные пробы;
- под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (далее - ЛФК);
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

знать:

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений;
- средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК;
- дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК;
- показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК;
- основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата;
- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;
- особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;
- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;
- основные виды и приемы массажа.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.
- ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно – спортивной деятельности.
- ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.
- ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.
- ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.
- ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.
- ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.
- ПК 2.1. Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия.
- ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.
- ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно – спортивной деятельности.
- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.
- ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.
- ПК 2.6 Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно – спортивной деятельности.
- ПК 3.1. Выбирать учебно – методический комплект, разрабатывать учебно – методические материалы (рабочие программы, учебно – тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.
- ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.
- ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

1.3. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося при заочной форме обучения – 221 час, включая:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося при заочной форме обучения – 12 часов,

самостоятельной работы обучающегося при заочной форме обучения – 209 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа»

2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего) при заочной форме обучения	221
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) при заочной форме обучения	12
В том числе:	
лабораторные занятия	0
практические занятия	6
контрольные работы	0
Самостоятельная работа обучающегося (всего) при заочной форме обучения	209
в том числе:	
работы над учебным материалом;	
ответы на контрольные вопросы;	
изучение нормативных документов;	
работа над рефератами и презентациями.	
Промежуточная аттестация в форме экзамена	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массаж»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.		Объем часов	Уровень освоения
Раздел 1.	Основы врачебного контроля и врачебно-педагогических наблюдений за лицами, занимающимися физической культурой и спортом		40	
Тема 1.1 Врачебный контроль в физической культуре и спорте.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Актуальность врачебно-педагогических наблюдений за лицами занимающимися физкультурой и спортом. Понятийный аппарат врачебного контроля. Изучение «Положение о врачебном контроле за физическим воспитанием населения». Взаимосвязь врачебного контроля с такими науками как физиология, спортивная медицина и лечебная физкультура.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся		0	
Тема 1.2 Определение и оценка физического развития. Физкультурные группы.	Содержание учебного материала		6	2
	1	Основные методы антропометрии и соматоскопии. Взаимодействие с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений и обсуждение их результатов. Цель, задачи, объект, предмет антропометрии и соматоскопии. Оздоровительные, лечебные и профилактические мероприятия в процессе занятий физической культурой и спортом. Физические группы, техника распределения в соответствии с физическим развитием и состоянием здоровья.		
	Лабораторные работы		0	
	Практическое занятие № 1. Освоение методики сбора медицинского и спортивного анамнеза.		2	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Наследственность и изменчивость в организме человека. Группы здоровья. 2. Подготовить презентацию «Генетические заболевания».		4	
Тема 1.3.	Содержание учебного материала		3	1

Врачебный контроль за детьми, подростками.	1	Актуальность наблюдения за детьми и подростками, занимающимися физической культурой и спортом. Двигательная активность школьников. Определение интенсивности физических нагрузок в соответствии с физиологическими особенностями детей. Спортивная специализация. Цель, задачи закаливания школьников. Методы и средства закаливания.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Особенности анатомо-физиологического и функционального развития детей и подростков.		1	
Тема 1.4. Врачебный контроль за девушками и женщинами, занимающимися физической культурой и спортом.	Содержание учебного материала		3	1
	1	Взаимодействие с медицинским работником при наблюдении за учащимся женского пола, женщинами занимающимися физической культурой и спортом. Дозирование и критерии величины физической нагрузки. Определение методов и форм физической активности для девушек и женщин.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Особенности морфофункционального развития женского организма.		1	
Тема 1.5 Врачебный контроль за лицами среднего и пожилого возраста.	Содержание учебного материала		3	1
	1	Актуальность врачебно-педагогических наблюдений за лицами среднего и пожилого возраста занимающимися физической культурой и спортом. Влияние возрастных изменений на реагирование организма на занятия физкультурой и спортом. Определение методов и форм занятий у лиц среднего и пожилого возраста. Противопоказания к занятиям.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	

	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Физиологические и биохимические изменения, происходящие в организме у лиц пожилого возраста.		1	
Тема 1.6. Функциональные пробы в рамках врачебно-педагогических наблюдений.	Содержание учебного материала		3	2
	1.	Понятие и классификация функциональных проб. Оценка результатов функциональных проб. Типы реакции пульса на дозированную физическую нагрузку. Понятийный аппарат о толерантности к физическим нагрузкам и контролем за занимающимися физкультурой и спортом. Цель, задачи, объект и предмет изучения врачебного контроля и основных функциональных проб.		
	Лабораторные работы		0	
	Практическое занятие № 2 Исследование функционального состояния ССС с помощью проб с предельными нагрузками. РВС-170, Руфье-Диксона.		2	
	Контрольные работы		0	
Тема 1.7 Работоспособность: способы оценки и коррекции.	Содержание учебного материала		2	2
	1	Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом. Методы биоуправления. Способы оценки физической работоспособности. Способы коррекции физической работоспособности.		
	Практическое занятие № 3 Исследование функционального состояния ССС с помощью функциональных проб. Орто- и клинопроба, Гарварский степ-тест, тест Мартина- Кушелевского, комбинированная проба Летунова-Дешина.		2	
	Лабораторные работы		0	
	Контрольные работы		0	
Тема 1.8.	Содержание учебного материала		6	1

Антидопинговый контроль.	1	Понятие «допинг». Классификация допинговых средств и методов, их характеристика. Определение влияния допинга на организм спортсмена, его передозировка. Организация и проведение антидопингового контроля . Виды нарушений антидопинговых правил. Санкции, применяемые к спортсменам, уличенными в употреблении запрещенных препаратов.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Доклад на тему: 1. История возникновения и развития допинга в мире. 2. Работа антидопинговых служб разных стран: ВАДА, РУСАДА и др..		4	
Тема 1.9. Утомление, переутомление, перетренированность.	Содержание учебного материала		4	1
	1	Общие понятия. Утомление, его физиологическое значение и механизмы. Признаки переутомления, перетренированности. Механизмы влияния высокой двигательной активности на адаптационные возможности человека. Физиологические закономерности и динамика восстановительных процессов. Средства восстановления организма после утомления и переутомления.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Сообщение на тему: «Влияние объективных и субъективных факторов на психофизиологическое состояние».		2	
Тема 1.10. Основы спортивного травматизма.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Причины и профилактика спортивного травматизма. Механизм контроля физических нагрузок в разных видах спорта. Соблюдение рекомендаций по технике безопасности во время спортивных игр. Определение симптомов травмирования. Оказание первой помощи пострадавшему.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
Раздел 2.	Основы лечебной физической культуры (ЛФК) как науки и учебной дисциплины. Особенности ЛФК как метода поддержания здорового образа жизни, профилактики и лечения различных заболеваний.		40	

Тема 2.1. Основы ЛФК как метода оздоровительных технологий.	Содержание учебного материала		3	1
	1	Лечебная физкультура в системе оздоровительных технологий в рамках ФЗ № 323 «Об охране здоровья граждан». Физиологическое действие метода ЛФК на организм здорового и больного человека. Физиологические реакции в ответ на ЛФК. Понимание физической активности – как важное условие развития человека.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся История возникновения и развития ЛФК.		1	
Тема 2.2. Методологические принципы ЛФК.	Содержание учебного материала		3	2
	Цель, задачи, объект, предмет изучения ЛФК. Методические основы ЛФК как отражение физиологических закономерностей влияния на организм дозированных физических нагрузок. Показания и противопоказания (общие и временные) к ЛФК. Способы дозирования нагрузки. Взаимосвязь ЛФК с другими науками.			
	Лабораторные работы		0	
	Практическое занятие № 4 Методика основных форм ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, лечебная гимнастика, дозированная ходьба, терренкур, прогулка.		2	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Сообщение на тему «Механизмы тонизирующего влияния физических упражнений».		1	
Тема 2.3. Основные средства ЛФК.	Содержание учебного материала		2	1
	Дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК. Методы применения гимнастических, спортивно-прикладных и игровых физических упражнений. Специфика отбора и комбинации методов ЛФК в работе с детьми в разных физкультурных группах.		2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
Тема 2.4.	Содержание учебного материала		2	1

Особенности технологии составления и применения комплексов ЛФК.	Методика построения занятий ЛФК, сочетание и дозирование вводной, основной и заключительной частей занятия. Знания и умения, необходимые педагогу для проведения комплексов ЛФК. Под руководством врача разработка комплексов ЛФК и проведение индивидуальных и групповых занятий.		2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
Тема 2.5. ЛФК при травмах и заболеваниях периферической и центральной нервных систем.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Цель, задачи современной системы применения ЛФК у лиц с ограниченными возможностями здоровья. Под руководством врача разработка комплекса занятий при заболевании периферической и центральной нервной системы. Методы контроля эффективности и безопасности ЛФК. Противопоказания к применению. Создание различных комбинаций ЛФК, зависящие от характера и объема двигательного дефекта, этапа реабилитации, возраста и пола пациента.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
Тема 2.6. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	Содержание учебного материала		6	1
	1	Роль сердечно-сосудистой патологии в заболеваемости, инвалидности и смертности населения. Краткая характеристика основных заболеваний сердца. Переносимость физической нагрузки; функциональные классы. Знакомство с комплексами ЛФК при различных заболеваниях ССС в зависимости от стадии, степени болезни, физического состояния.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Осложнения ишемической болезни мозга: нарушения мозгового кровообращения, парезы и параличи. 2. Осложнения ишемической болезни нижних конечностей: «перемежающаяся хромота», гангрена ног, современные методы лечения.		4	
Тема 2.7.	Содержание учебного материала		4	2

ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	1	Цель, задачи современной системы применения ЛФК у лиц с заболеваниями органов дыхания. Применение комплекса ЛФК при различных заболеваниях в зависимости от стадии, степени болезни, физического состояния. Методы контроля эффективности и безопасности методики. Противопоказания к применению.		
	Лабораторные работы		0	
	Практическое занятие № 5 Анализ и составление комплекса упражнений дыхательной гимнастики в период восстановительного лечения после перенесенного заболевания		2	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Краткая характеристика заболеваний органов дыхания: бронхиты, пневмонии, бронхиальная астма. Хроническая пневмония и бронхиальная астма у детей.		2	
Тема 2.8 ЛФК при заболеваниях органов пищеварения, при нарушениях обмена веществ.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях пищеварительной системы. Под руководством врача разработка комплекса ЛФК, его применение в зависимости от стадии, течения заболевания. Методы контроля эффективности и безопасности к применению ЛФК у лиц с данными заболеваниями.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
Тема 2.9. ЛФК в акушерстве и гинекологии.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Актуальность ЛФК при гинекологических заболеваниях. Современные подходы на занятиях гимнастикой при беременности. Методические особенности проведения занятий с женщинами. Применение комплекса ЛФК при различных заболеваниях в зависимости от стадии, течения заболевания.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
Тема 2.10. ЛФК в педиатрии.	Содержание учебного материала		6	1
	1	Методические особенности проведения занятий с детьми. Под руководством врача разработка комплекса ЛФК при различных физиологических и патологических состояниях. Дозирование и контроль за эффективностью применения ЛФК.	2	
	Лабораторные работы		0	

	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Сколиозы, лордозы, кифозы; этиология, формы, степени, диагностика сколиозов; компенсированные и некомпенсированные сколиозы; прогрессирующие сколиозы. 2. Сутулость, кругловогнутая спина, поясничный гиперлордоз, кифосколиоз, изменения во внутренних органах и нервно-мышечной системе при сколиозах.		4	
Раздел 3.	Общие основы массажа. Современные технологии разных приемов массажа.		10	
Тема 3.1. Массаж. Виды, формы и методы массажа.	Содержание учебного материала.		3	1
	1	Понятие о массаже. Системы массажа: шведская, финская, русская, восточная. Критерии классификационной системы массажа. Виды массажа, определение и краткая характеристика: спортивный, лечебный, гигиенический, косметический. Формы массажа, определение и краткая характеристика: общий и частный. Методы массажа, их характеристика: ручной, ножной, комбинированный, аппаратный. Показания и противопоказания к применению.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Краткие сведения из истории массажа. Развитие массажа в древности и в настоящее время.		1	
Тема 3.2. Физиологическое влияние массажа на системы организма.	Содержание учебного материала.		4	1
	1	Массаж как метод активного воздействия на организм: нервно-рефлекторный, гуморальный, механические аспекты. Физиологическое влияние массажа на кожу и подкожно-жировую клетчатку, компоненты опорно-двигательного аппарата (мышцы, суставы, сухожилия), нервную, кровеносную и лимфатическую, сердечно-сосудистую, дыхательную системы, внутренние органы и обмен веществ. Способы дозирования, контроля эффективности и безопасности массажа.	2	
	Лабораторные работы		0	
	Практические занятия		0	
	Контрольные работы		0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся		2	

	Подготовить сообщение на тему «Экзотические виды массажа, их особенности».		
Тема 3.3. Современные представления о спортивном массаже.	Содержание учебного материала.	3	1
	Разновидности спортивного массажа: тренировочный, предварительный, восстановительный. Механизм воздействия, задачи, показания и противопоказания к применению, разновидности сеансов, их продолжительность и методика проведения в зависимости от вида спорта.	2	
	Лабораторные работы	0	
	Практические работы	0	
	Контрольные работы	0	
Тема 3.4. Гигиенические основы массажа.	Содержание учебного материала	1	1
	1 Санитарно-эпидемиологический режим кабинета массажа. Санитарно-гигиенические требования к массажному кабинету, массажисту, пациенту. Психологическая подготовленность массажиста.		
	Лабораторные работы	0	
	Практические работы	0	
	Контрольные работы	0	
Раздел 1.	Основы врачебного контроля и врачебно-педагогических наблюдений за лицами, занимающимися физической культурой и спортом	37	
Тема 1.1. Общие основы и содержание врачебного контроля.	Содержание учебного материала	8	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 6 Анализ и наблюдение за материально-техническим оснащением кабинетов врачебного контроля.	2	
	Практическое занятие № 7 Анализ нормативно-правовых документов, регулирующих санитарно-гигиенический контроль за местами и условиями проведения физкультурных и тренировочных занятий.	2	
	Контрольные работы		
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Составить схему оснащения кабинета врачебного контроля. 2. Обязанности главного судьи и врача в медицинском обеспечении. 3. Медицинское обеспечение учебно-тренировочных сборов. 4. Отбор и ориентация в спорте.	4	
Тема 1.2. Классификация конституции человека.	Содержание учебного материала	4	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 8	2	

	Исследование морфологических и функциональных конституционных особенностей учащихся.		
	Контрольные работы	0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Подготовить реферат «Возрастные особенности дошкольников, младших школьников, подростков».	2	
Тема 1.3. Методы оценки физического развития.	Содержание учебного материала	5	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 9 Исследование и оценка уровня физического развития самотоскопическими методами.	2	
	Практическое занятие № 10 Освоение и анализ антропометрических данных обследуемых.	2	
	Контрольные работы	0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Самодиагностика ортостатической и шестимоментной пробы.	1	
Тема 1.4. Методы оценки функционального развития.	Содержание учебного материала	12	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 11 Анализ методики исследования функционального состояния нервной системы.	2	
	Практическое занятие № 12 Исследование и оценка фактической и должной ЖЕЛ (жизненной ёмкости легких).	2	
	Практическое занятие № 13 Исследование и динамометрическая оценка остроты мышечно-суставного чувства.	2	
	Контрольные работы	2	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка доклада по теме «Основные критерии формирования школьников в физкультурные группы». 2. Разработка алгоритма заполнения врачебно-педагогической документации. 3. Составление теста по теме «Основные параметры физического развития в формировании физкультурных групп».	6	
Тема 1.5. Динамика работоспособности человека.	Содержание учебного материала	8	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 14 Исследование степени утомления по внешним признакам и переносимости физических нагрузок, степени воздействия нагрузки на организм.	2	

	Практическое занятие № 15 Разработка дневника самоконтроля с использованием персонального компьютера.	2	
	Контрольные работы	0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Острые патологические состояния. Медицинский контроль на соревнованиях. Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности. 2. Написать реферат по теме: « Восстановление физической работоспособности после перетренированности и перенапряжения».	4	
Раздел 2.	Основы лечебной физической культуры (ЛФК) как науки и учебной дисциплины. Особенности ЛФК как метода поддержания здорового образа жизни, профилактики и лечения различных заболеваний	58	
Тема 2.1. Общие основы ЛФК.	Содержание учебного материала	10	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 16 Определение последовательности действий при назначении пациенту лечебной физической культуры.	2	
	Практическое занятие № 17 Анализ клинико-физиологического обоснования физических упражнений (тонизирующего, трофического действия, формирование компенсации, нормализации функций).	2	
	Практическое занятие № 18 Анализ и составление фрагментов специальных и общетонизирующих упражнений в комплексах ЛФК.	2	
	Практическое занятие № 19 Анализ сравнительной характеристики оздоровительной тренировки в детском, подростковом, зрелом, пожилом и старческом возрасте.	2	
	Контрольные работы	0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся Механизмы тонизирующего влияния физических упражнений.	2	
	Содержание учебного материала	4	2
Тема 2.2. Особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников.	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 20 Составление и анализ упражнений ЛФК у детей разных групп здоровья школьников.	2	
	Контрольные работы	0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся	2	

	Подготовка доклада по теме «Изменение параметров физического развития у детей и подростков в зависимости от физических нагрузок».		
Тема 2.3. ЛФК при нарушениях осанки и сколиозах у детей и подростков.	Содержание учебного материала	4	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 21 Составление комплекса ЛФК и спортивно-прикладных упражнений в лечении сколиозов и предупреждении в нарушении осанки.	2	
	Практическое занятие № 22 Просмотр и анализ видео занятий ЛФК по нарушению осанки, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия.	2	
	Контрольные работы	0	
Тема 2.4. ЛФК при плоскостопии у детей.	Содержание учебного материала	4	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 23 Просмотр и анализ видео занятий ЛФК по нарушению стопы, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия.	2	
	Практическое занятие № 24 Анализ авторских методик коррекции деформации стопы.	2	
	Контрольные работы	0	
Тема 2.5. ЛФК при травмах.	Содержание учебного материала	6	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 25 Просмотр и анализ видео занятий ЛФК при различных видах травм, с целью определения правильности подбора средств лечебно-профилактического воздействия.	2	
	Практическое занятие № 26 Составление комплекса ЛФК при ушибах, переломах верхней и нижней конечностях.	2	
	Практическое занятие № 27 Разработка комплекса упражнений для восстановления шейно-грудного, поясничного отделов позвоночника.	2	
	Контрольные работы	0	
Тема 2.6. ЛФК при заболеваниях органов и систем.	Содержание учебного материала	26	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 28 Анализ требований к применению ЛФК при патологии сердечно-сосудистой системы.	2	
	Практическое занятие № 29	2	

	Построение комплекса ЛФК при различных сердечно-сосудистой системы.		
	Практическое занятие № 30 Построение комплекса ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	2	
	Практическое занятие № 31 Построение комплекса ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.	2	
	Практическое занятие № 32 Построение комплекса ЛФК при заболеваниях нервной системы.	2	
	Практическое занятие № 33 Построение комплекса ЛФК при заболеваниях суставов и мягких тканей.	2	
	Контрольные работы	0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Лечебная физкультура и физическое воспитание школьников, болеющих «ревматизмом, с учетом активности процесса, наличие порока сердца и степени компенсации. 2. Врожденные пороки сердца. Общая клиническая характеристика. Лечебная физкультура до и после оперативного лечения. 3. Механизм нарушения дыхания при заболеваниях: нарушения кровотока в легком, бронхиальной проходимости, регуляции и механики дыхания. Дыхательная недостаточность, классификация. 4. Хронические гастриты и колиты (особенно с нарушением моторной функции), гастроптоз и общий энтероптоз, хронические заболевания печени и желчевыводящих путей. 5. Нарушения обмена веществ и эндокринные расстройства (ожирение, сахарный диабет, подагра, и др.). 6. Лечебная физкультура во время беременности: значение, показания, противопоказания, особенности проведения занятий в зависимости от срока беременности и уровня физической подготовленности беременных. 7. Лечебная физкультура в послеродовом периоде: значение, показания, противопоказания.	14	
Тема 2.7. Особенности реабилитации спортсменов.	Содержание учебного материала	4	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 34 Составление комплекса реабилитационных упражнений для спортсменов после травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата.	2	
	Контрольные работы	0	

	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1.Влияния занятий спортом на функции системы пищеварения. 2.Особенности функции системы выделения у спортсменов.	2	
Раздел 3.	Основы массажа.	40	
Тема 3.1. Организация работы массажных кабинетов	Содержание учебного материала	2	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие №35 Анализ и наблюдение за организацией работы кабинетов массажа.	2	
	Контрольные работы	0	
Тема 3.2. Основные приемы классического массажа.	Содержание учебного материала	8	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 36 Совершенствование техники выполнения видов приёма – поглаживание.	2	
	Практическое занятие № 37 Совершенствование техники выполнения видов приёма – растирание.	2	
	Практическое занятие № 38 Совершенствование техники выполнения видов приёма – разминание и выжимание.	2	
	Практическое занятие № 39 Совершенствование техники выполнения видов приёма – вибрация.	2	
	Контрольные работы	0	
Тема 3.3. Массаж сегментов тела человека.	Содержание учебного материала	10	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 40 Освоение приемов массажа спины.	2	
	Практическое занятие № 41 Освоение приемов массажа груди и живота.	2	
	Практическое занятие № 42 Освоение приемов массажа верхних и нижних конечностей.	2	
	Практическое занятие № 43 Освоение приемов массажа лица.	2	
	Практическое занятие № 44 Освоение приемов массажа воротниковой зоны.	2	
	Контрольные работы	0	
Тема 3.4. Техника основных видов массажа	Содержание учебного материала	10	2
	Лабораторные работы	0	

	Практическое занятие № 45 Закрепление техники выполнения общего оздоровительного массажа.	2	
	Практическое занятие № 46 Закрепление техники выполнения тренировочного, восстановительного и предварительного массажа.	2	
	Практическое занятие № 47 Анализ и наблюдение за выполнением аппаратного массажа при различных заболеваниях.	2	
	Контрольные вопросы	0	
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка доклада по теме «Современные основы аппаратного массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата». 2. Создание мультимедийной презентации по определенной теме (на выбор).	4	
Тема 3.5 Лечебный массаж при заболеваниях и травмах.	Содержание учебного материала	10	2
	Лабораторные работы	0	
	Практическое занятие № 48 Закрепление методики лечебного массажа при заболеваниях органов дыхания.	2	
	Практическое занятие № 49 Закрепление методики лечебного массажа при заболеваниях нервной системы.	2	
	Практическое занятие № 50 Закрепление методики лечебного массажа при некоторых ортопедических заболеваниях.	2	
	Контрольные вопросы		
	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся 1. Составление теста по теме «Влияние разных приемов массажа при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата». 2. Подготовить тезисы по теме «Особенности профилактического и лечебного использования массажа у детей и подростков».	4	
	Экзамен		
Всего		221	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1.– ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств)
- 2.– репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
- 3.– продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа»

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины осуществляется в учебном кабинете «Анатомии, физиологии и гигиены человека».

Оборудование учебного кабинета:

посадочные места по количеству обучающихся;

рабочее место преподавателя;

комплект учебно-наглядных пособий «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа»;

комплект нормативной документации федерального и регионального уровней.

Технические средства обучения:

- компьютеры;
- мультимедийный проектор;

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы, Интернет-ресурсов:

Основные источники

1. Горбачев Д.В. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа.: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений . С-П, 2016. - 348 с.

Дополнительные источники

1. Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура. Учебное пособие /Артамонова Л.Л., Панфилов О.П., Борисова В.В.- М.: Владос-Пресс, 2015.- 389с.
2. Бирюков А.А. Лечебный массаж. Учебное пособие / Бирюков А.А.- М.: Издательский центр «Академия», 2015.- 368с.
3. Бурханова А.И. Лечебная физическая культура. Электронное учебно-методическое пособие. Тольяттинский Государственный Университет, 2015. – 168с.
4. С.Н. Попов. Лечебная физическая культура. Учебник/ Попов С.Н., Валиев Н.М., Гарасева Т.С. и др. М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 416с.

Электронные образовательные ресурсы

1. <http://www.sportmedicine.ru> – сайт по врачебному контролю и спортивной медицине.
2. <http://www.fizkult-ura.ru> – сайт по ЛФК и спортивной медицине.
3. <http://www.massage.ru> – сайт по массажу.
4. Medbook.ru – медицинский информационно-образовательный сайт.
5. WebMedinfo.ru – медицинский информационно-образовательный сайт

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа»

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения тестирования, выполнения обучающимися индивидуальных заданий, самостоятельных и практических работ, а также в ходе экзаменов

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
- взаимодействовать с медицинским работником при проведении врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты; - проводить простейшие функциональные пробы; - под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (далее - ЛФК); - использовать основные приемы массажа и самомассажа	Письменные проверочные работы. Устные опросы Оценка выполнения самостоятельных и практических работ. Экзамен
Знания:	
- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; - назначение и методику проведения простейших функциональных проб; - значение ЛФК в лечении заболеваний и травм, механизмы лечебного воздействия физических упражнений; - средства, формы и методы занятий ЛФК, классификацию физических упражнений в ЛФК; - дозирование и критерии величины физической нагрузки в ЛФК; - показания и противопоказания при назначении массажа и ЛФК; - основы методики ЛФК при травмах, заболеваниях органов дыхания, внутренних органов, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата; - методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста; - особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;	Письменные проверочные работы. Устные опросы Оценка выполнения самостоятельных работ Экзамен

- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм; - основные виды и приемы массажа.	
--	--

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Интерпретация результатов наблюдения за деятельностью студентов в процессе освоения образовательной программы
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	- оценка результативности работы обучающегося при выполнении индивидуальных и практических заданий.
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	- опрос, беседа - оценка степени ответственности студентов при выполнении стандартных и нестандартных заданий.
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	-беседа - внеаудиторная самостоятельная работа студентов (рефераты, презентации).
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	- оценка эффективности работы обучающегося с прикладным программным обеспечением, выполнения практических заданий.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и и социальными партнерами.	- интерпретация результатов наблюдений за обучающимся в процессе освоения образовательной программы выполнения практических заданий - наблюдение за общением при выполнении групповой работы.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.	-наблюдение за работой студентов при выполнении групповых заданий, при использовании технологии коллективного способа обучения
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	- беседа

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.	- оценка результативности работы обучающегося при выполнении индивидуальных заданий, рефератов, тезисов, презентаций.
ОК10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.	- беседа - соблюдение техники безопасности - тестовый контроль
ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно – спортивной деятельности.	- результаты наблюдений за использованием методов и приемов личной организации в процессе освоения образовательной программы на практических занятиях, при выполнении индивидуальных домашних заданий.
ПК 2.1. Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия.	-отчеты по практическим работам -индивидуальные задания
ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.	- демонстрация умения проводить внеурочные мероприятия и занятия
ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно – спортивной деятельности	-беседа
ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме - выполнение тестовых заданий и ситуационных задач
ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.	- анализ занятий по схеме
ПК 2.6 Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно – спортивной деятельности.	- демонстрация умения ведения документации обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности
ПК 3.1. Выбирать учебно – методический комплект, разрабатывать учебно – методические материалы (рабочие программы, учебно – тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.	-отчеты по практическим работам -индивидуальные задания
ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы,	-отчеты по практическим работам -индивидуальные задания

самоанализа и анализа деятельности других педагогов.	
ПК 3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений	-беседа - индивидуальные задания
ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.	- беседа - индивидуальные задания