

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«КАМЕНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБПОУ РО «КамПК»
Н.А. Гайдаенко
«30» августа 2019г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

в рамках основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по ППСЗ по специальности
49.02.01 Физическая культура

г. Каменск-Шахтинский
2019г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ 27 октября 2014г., № 1355 (ред. от 25.03.2015) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура (Зарегистрировано в Минюсте России 27.11.2014. №34956), учебного плана, Положения о разработке рабочих программ учебных дисциплин.

Организация-разработчик: ГБПОУ РО «Каменский педагогический колледж»

Разработчики:

Протасова Г.Г.- преподаватель основ врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа, высшей квалификационной категории

Рецензенты:

Головченко Л.А. –руководитель физвоспитания КамПК, преподаватель высшей квалификационной категории

Моисеева Н.А. –зам. директора по УВР ГБПОУ РО «Каменск-Шахтинский медицинский колледж», преподаватель высшей квалификационной категории

Программа рассмотрена на заседании ПЦК преподавателей физической культуры

Протокол № 1 от 28 августа 2019г.

Председатель ПЦК



Протасова Г.Г.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-----------|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | стр. 4 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 6 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 17 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 19 |

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ, ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССАЖА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности **49.02.01«Физическая культура»**

1.2 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в профессиональный цикл общепрофессиональных дисциплин.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины формируются общие компетенции:

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.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления её 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.

Актуализируются профессиональные компетенции:

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, оценить 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, планировать внеурочные мероприятия и 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.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе образовательного стандарта и примерных программ с учётом вида образовательного учреждения, 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 отчётов, рефератов, выступлений.

ПК 3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

через 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 (ЛФК);
- использовать основные приемы массажа и самомассажа;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой;
- назначение и методику проведения простейших функциональных проб;
- значение ЛФК и лечение 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.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – **136** часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **86** часов;
самостоятельной работы обучающегося – **50** часов

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем часов |
|--|--------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 136 |
| Обязательная аудиторная нагрузка (всего) | 86 |
| В том числе: | |
| Практические занятия | 50 |
| Контрольные работы | 4 |
| Самостоятельная работа обучающихся (всего) | 50 |
| - Оценить физическое развитие и телосложение испытуемого. | 1 |
| - Дать анатомо-физиологическую характеристику сердечно-сосудистой системе. | 2 |
| - Дать анатомо-физиологическую характеристику системы дыхания. | 4 |
| - Провести анализ врачебно-педагогического контроля, связанного с оценкой тренировочного занятия. | 3 |
| - Составить комплексы дыхательных, корригирующих упражнений, на координацию движений и в равновесии, упражнений в сопротивлении. | 4 |
| - Составить комплексы лечебной физической культуры, при заболеваниях сердечно-сосудистой системе по заданию преподавателя. | 3 |
| - Составить комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания по заданию преподавателя. | 4 |
| - Составить комплексы лечебной физической культуры при повреждениях и травмах нервной системы по заданию преподавателя. | 4 |
| - Дать анатомическую характеристику опорно-двигательному аппарату. | 5 |
| - Составить комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях опорно-двигательного аппарата по заданию преподавателя. | 3 |
| - Дать физиологическую характеристику детского организма с учетом возрастных особенностей. | 3 |
| - Физиологическое влияние основных приемов массажа на организм человека. | 2 |
| - Методика и техника массажа отдельных частей тела, применяя основные и вспомогательные приемы. | 4 |
| - Работа с методической литературой. | 8 |
| <i>Промежуточная аттестация в форме - экзамена</i> | |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем. | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся | Объем часов | Уровень освоения |
|--|--|-------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Раздел 1. Основы врачебного контроля | | 24 | |
| Тема 1.1. Определение и оценка физического развития и телосложения. | <i>Содержание учебного материала:</i> | 8 | |
| | Дать понятие «физическое развитие» и «телосложение» Определить методы исследования физического развития и телосложения; наружный осмотр, антропометрия. Рассмотреть оценку физического развития; антропометрические стандарты, метод корреляции, метод индексов, жизненный индекс. | 2 | 1 |
| | Лабораторные работы - Оценка телосложения (соматоскопия): осанка, положение головы, плечевой пояс, позвоночник, грудная клетка, форма живота. - Оценка физического развития методом стандартов или средних антропометрических данных. - Оценка физического развития методом индексов: весоростовой индекс Кетле, жизненный индекс, силовые индексы. | 2 2 2 | 2,3 |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Оценить физическое развитие и телосложение испытуемого. | 1 | |
| Тема 1.2 Характеристика и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы. | <i>Содержание учебного материала:</i> | 6 | |
| | Влияние мышечной нагрузки на состояние сердечно-сосудистой системы. Типы реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку. Клинические методы исследования С.С.С.: опрос, осмотр, пальпация, перкуссия, аускультация, измерение артериального давления (АД). Инструментальные методы исследования: рентгенологический, ультразвуковой, | 2 | 1 |

| | | | |
|--|--|------------|-----|
| | эхокардиография и др. Функциональные пробы сердечно - сосудистой системы и физической работоспособности: проба Летунова, степ-тест (Гарвордский тест), проба PWC 170. | | |
| | Лабораторные работы - Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы (пробы с дозированной физической нагрузкой; проба Летунова, степ-тест (Гарвордский тест), проба PWC 170. - Исследование функционального состояния вегетативно- сосудистой системы с помощью ортостатической и глазо-сердечной проб. | 2 2 | 1,2 |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Дать анатомо-физиологическую характеристику сердечно-сосудистой системе. | 2 | |
| Тема 1.3 Характеристика и оценка функционального состояния системы дыхания. | <i>Содержание учебного материала:</i> | 4 | 1 |
| | Характеристика системы дыхания. Внешнее и внутреннее дыхания. Методы исследования внешнего дыхания. | 2 | |
| | Лабораторные работы. - Оценка функционального состояния системы дыхания; частота дыхания (ЧД), жизненная емкость легких (ЖЕЛ), проба Розенталя, максимальная вентиляция легких (МВЛ), проба Штанге, проба Генчи. | 2 | 2,3 |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Дать анатомо-физиологическую характеристику системы дыхания | 2 | |
| Тема 1.4 Характеристика и оценка нервной и нервно-мышечной систем | <i>Содержание учебного материала:</i> | 4 | |
| | Характеристика центральной, периферической, вегетативной нервной систем и нервно-мышечного аппарата. | 2 | |
| | Лабораторные работы. - Исследование координационной функции нервной системы с помощью пробы Ромберга. - провести исследование функционального состояния нервно-мышечной системы с помощью оценки ее лабильности | 2 | |

| | | | | |
|---|---|--|-----------|----------|
| Тема 1.5 Врачебно-педагогические наблюдения в процессе занятий физическими упражнениями. | <i>Содержание учебного материала:</i> | | 2 | 1 |
| | Лабораторные работы: Провести врачебно-педагогический контроль, связанный с оценкой тренировочного занятия; - определить реакции занимающегося на физические нагрузки по изменениям частоты пульса, -определение реакции на физические нагрузки по изменению артериального давления, - определение реакции на физические нагрузки по данным наблюдений за изменением силы кистей и координационной пробы. | | 2 | 2,3 |
| | Самостоятельная работа обучающихся. Анализ врачебно-педагогического контроля, связанного с оценкой тренировочного занятия. | | 2 | |
| Раздел 2 Лечебная физическая культура | | | 32 | |
| Тема 2.1. Общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) | <i>Содержание учебного материала:</i> | | 8 | |
| | 1 | Особенности метода ЛФК. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений. Основные механизмы лечебного действия физических упражнений: тонизирующее влияние, трофическое действие, формирование компенсаций, нормализация функций. | 2 | 1,2 |
| | 2 | Средства ЛФК. Характеристика и классификация физических упражнений, применяемых в ЛФК. Основные средства ЛФК: физические упражнения, дыхательные упражнения, корректирующие упражнения, упражнения на координацию движений и в равновесии, упражнения в сопротивлении, идеомоторные упражнения, упражнения в посылке импульсов, спортивно-прикладные упражнения. Дополнительные средства ЛФК: трудотерапия, механотерапия. | 2 | |

| | | | | |
|--|---|--|----------|-----|
| | 3 | Формы и методы ЛФК. Формы ЛФК: утренняя гигиеническая гимнастика, занятия лечебной гимнастикой, лечебная дозированная ходьба, плавание, гребля, катание на коньках, ходьба на лыжах; дозированное восхождение, туризм, спортивные и подвижные игры. Периоды ЛФК : вводный, основной, заключительный. Организация занятий ЛФК. Методы проведения лечебной гимнастики. Двигательные режимы. Показания и противопоказания к применению ЛФК. | 2 | |
| | | Контрольные работы: Средства ЛФК | 2 | |
| | | Самостоятельная работа обучающихся: Составить комплексы дыхательных, корригирующих упражнений, на координацию движений и в равновесии, упражнений в сопротивлении | 3 | |
| Тема 2.2. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой культуры. | | <i>Содержание учебного материала:</i> | 4 | |
| | | Механизмы лечебного воздействия физических упражнений. Основы методики занятий. ЛФК при атеросклерозе, инфаркте миокарда, сердечно-сосудистой недостаточности, гипертонии, гипотонии, пороках сердца. Организация и методика проведения занятий. Особенности занятий с детьми. | 2 | 1 |
| | | Практические занятия: Составить и провести комплексы лечебной физической культуры при атеросклерозе, инфаркте миокарда, сердечно-сосудистой недостаточности, гипертонии, гипотонии, пороках сердца. | 2 | 2,3 |
| | | Самостоятельная работа обучающихся: Составить комплексы лечебной физической культуры, при заболеваниях сердечно-сосудистой системе по заданию преподавателя. | 3 | |
| Тема 2.3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания. | | <i>Содержание учебного материала:</i> | 6 | 2,3 |
| | | Механизмы лечебного действия средств ЛФК. Задачи ЛФК. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Организация и основы методики ЛФК при бронхиальной астме, заболеваниях легких. Парадоксальная дыхательная гимнастика по методу Бутейко и по методу А.Н. Стрельниковой. Особенности ЛФК при некоторых заболеваниях органов дыхания. | 2 | |

| | | | |
|--|--|----------|-----|
| | <p>Практические занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация и методика проведения занятий ЛФК при бронхиальной астме, пневмонии, плеврите. Проведение комплексов лечебной гимнастики. - Проведение комплексов лечебной гимнастики по методу Бутейко и дыхательной гимнастики по методике А.Н. Стрельниковой. | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Разработать комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания по заданию преподавателя. | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Разработать комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания по заданию преподавателя. | 3 | |
| Тема 2.4. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы. | <i>Содержание учебного материала:</i> | 4 | 1,2 |
| | 1 Краткая клиническая характеристика заболеваний и травм центральной и периферической нервной системы. Задачи ЛФК, средства ЛФК, лечебная гимнастика при инсультах, травматических повреждениях головного и спинного мозга, в комплексном лечении повреждений периферической нервной системы. Показания и противопоказания к применению ЛФК. | 2 | |
| | Практические занятия: - Организация и методика проведения занятий ЛФК при инсультах, травматических повреждениях головного и спинного мозга. | 2 | 2,3 |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Составить комплексы лечебной физической культуры при повреждениях и травмах нервной системы по заданию преподавателя. | 3 | |
| Тема 2.5. Лечебная физическая культура при заболеваниях опорно-двигательного аппарата (ОДА) | <i>Содержание учебного материала:</i> | 8 | |
| | 1 Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов. Клинико-физиологическое обоснование применения лфк при артритах, артрозах. Показания и противопоказаний к применению ЛФК. Задачи ЛФК. Применение лечебной гимнастики в различные периоды ЛФК. | 2 | 1 |

| | | | | |
|---|---|--|------------|----------------|
| | 2 | <p>Лечебная физкультура при дефектах осанки, сколиозах и плоскостопии.</p> <p>Клинико-физиологическое обоснование к применению средств лечебной физической культуры. Основы корригирующей гимнастики. Воспитание правильной осанки. Методика корригирующей гимнастики при деформации грудной клетки, тотальном кифозе с круглой спиной. ЛФК при сколиозе, кифозе, лордозе. Организация и методика проведения занятий корригирующей гимнастикой. Профилактика нарушений осанки.</p> | 2 | 1,2 1,2 |
| | | <p>Практические занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация и проведение комплексов лечебной физической культуры при вывихах, переломах позвоночника, переломах верхних и нижних конечностей. - Организация и проведение комплексов ЛФК при сколиозах, кифозах, лордозах, плоскостопиях. | 2 2 | 2,3 |
| | | <p>Самостоятельная работа обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Дать анатомическую характеристику опорно-двигательному аппарату. - Составить комплексы лечебной физической культуры при заболеваниях опорно-двигательного аппарата по заданию преподавателя. | 5 | |
| <p>Тема 2.6 Организация занятий ЛФК в специальных медицинских группах в школах.</p> | | <p><i>Содержание учебного материала:</i></p> | 2 | |
| | 1 | <p>Задачи физического воспитания специальных медицинских групп. Средства лечения и профилактики патологических состояний, наблюдаемых у школьников. Назначение в спецгруппу. Комплектование спецгрупп. Показание к применению корригирующей гимнастики</p> | 2 | 1 |
| | | <p>Самостоятельная работа обучающихся: Дать физиологическую характеристику детского организма с учетом возрастных особенностей.</p> | 2 | 1 |

| | | | |
|---|---|-----------|-----|
| Раздел 3 | | 30 | |
| Основы массажа | | | |
| Тема 3.1. | <i>Содержание учебного материала:</i> | 14 | 1,2 |
| Массаж. Виды массажа. | Понятие массаж. Виды массажа. Действие массажа на организм (кожа, мышечная система, система кровообращения, лимфатическая система, нервная система). | 2 | |
| Физиологическое влияние массажа на организм. | Приёмы массажа, их физиологическое влияние на организм: поглаживание, растирание, разминание, вибрация (основные и вспомогательные приёмы). | 2 | |
| | Практические занятия: - Поглаживание. Физиологическое влияние поглаживания на организм. Техника основных приемов поглаживания. Вспомогательные приемы поглаживания. Общие методические указания при выполнении приемов поглаживания. | 2 | |
| | - Растирание. Физиологическое влияние растирания на организм. Техника выполнения основных и вспомогательных приемов. Общие методические указания при выполнении приемов растирания. | 2 | |
| | - Разминание. Физиологическое влияние разминания на организм. Техника выполнения основных и вспомогательных приемов. Общие методические указания, при выполнении приемов разминания. | 2 | |
| | - Вибрация. Физиологическое влияние вибрации на организм. Техника выполнения основных и вспомогательных приемов вибрации. | 2 | |
| | Контрольные работы: Приёмы массажа. | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся; Физиологическое влияние основных приемов массажа на организм человека. | 3 | |
| Тема 3.2. | <i>Содержание учебного материала:</i> | 8 | 1,2 |
| Техника массажа отдельных частей тела. | Методика и техника массажа отдельных частей тела, применяя основные и вспомогательные приемы: массаж головы, верхних конечностей, нижних конечностей, спины, груди, живота. | 2 | |

| | | | |
|--|--|-------------|-----|
| | Практические занятия: Техника выполнения массажа спины, поясничной области и таза. Техника выполнения массажа верхних и нижних конечностей. Техника выполнения массажа груди, живота, головы. | 2 2 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся: - Методика и техника массажа отдельных частей тела, применяя основные и вспомогательные приемы. | 4 | |
| Тема 3.3. Массаж при заболеваниях сердца, гипертонической болезни. | <i>Содержание учебного материала:</i> | 4 | 1,2 |
| | Основные показания к применению массажа. Задачи массажа. Методика проведения массажа. | 2 | |
| | Практические занятия: Выполнение процедуры массажа при ишемической болезни сердца, гипертонической болезни. | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Работа с методической литературой. | 7 | |
| Тема 3.4. Массаж при заболеваниях и повреждениях позвоночника и суставов. | <i>Содержание учебного материала:</i> | 4 | |
| | Массаж при заболеваниях и повреждениях позвоночника, заболеваниях суставов. Массаж при сколиозе и плоскостопии. Задачи массажа. Показания и противопоказания к проведению массажа. | 2 | |
| | Практические занятия: Проведение массажа при заболеваниях и повреждениях позвоночника, при заболеваниях суставов. Проведение массажа при сколиозе и плоскостопии. | 2 | |
| | Всего | 136 | |

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

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация общепрофессиональной дисциплины предполагает наличие учебного кабинета лечебной физической культуры и массажа, гимнастики.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета: посадочные места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя; УДМК: программы, календарно-тематические планы, поурочные планы, лекционный материал, задания для самостоятельной работы обучающихся, задания для практических занятий, раздаточный материал.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Дейли, Дебра Лечебная гимнастика. Энциклопедия / Дебра Дейли. - М.: Издательство «Эксмо» ООО, 2015. - 224 с.
2. Дубровский В.И. Всё о массаже/ В.И. Дубровский.- М.: Физкультура и спорт, 2016.-256 с.
3. Епифанов В. А. Реабилитация больных, перенесших инсульт / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов, О.С. Левин. - М.: МЕДпресс-информ, 2016. - 248 с.
4. Киселев Дмитрий Анатольевич Кинезиотейпинг в лечебной практике неврологии и ортопедии / Киселев Дмитрий Анатольевич. - М.: Питер, 2015. - 477 с.
5. Маргазин ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем / Маргазин. - Москва: ИЛ, 2015. - 196 с
6. Рубанович В. Б. Научная школа: НИПКИПРО (г. Новосибирск). Кафедра физической культуры и спорта. Новосибирский государственный педагогический университет (г. Новосибирск). 2019г.
7. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 688 с.

Дополнительные источники:

1. Амосов Н.М. Бендет Я.А. Физическая активность и сердце. – Киев: Здоровье, 2009.- 216 с.
2. Апанасенко Г.Л. Лечебная физическая культура и врачебный контроль.- М.: Медицина, 2004,-528 с.
3. Атаев З.М. Изометрическая гимнастика при лечении переломов трубчатых костей. – М.: Медицина. 2013.- 160 с.
4. Башкиров В.Ф. Комплексная реабилитация спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата. – М.: Физкультура и спорт, 2004.-240 с.

5. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж : Учебно-методическое пособие для медицинских работников - М.: Советский спорт, 2006.- 272с.
6. Бирюков А.П. Спортивный массаж. – М.: Физкультура и спорт, 2005.- 128 с.
7. Брэгг П.С. Позвоночник-ключ к здоровью. М.: Медицина. 2005.- 335 с.
8. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах; Учебное пособие для техникумов.- М.: Высшая школа, 2006.-253 с.
9. Бубновский С.М. Грыжа позвоночника - не приговор.-М.: Эксмо.2010.-192 с.
10. Винокуров Д.А. Частные методики лечебной физической культуры.- М.: Медицина. 2010.-176 с.
11. Васильев В.Е. Лечебная физическая культура.- М.: Физкультура и спорт, 2003.- 378 с.
12. Васичкин В.И. Справочник по массажу.- Л.; Медицина, 2011.- 192 с.
13. Васичкин В.И. Сегментарный массаж-3-е изд. - СПб.: ООО «Издательство «Полигон», 2002.-175с
14. Вербов А.Ф. Лечебный массаж.- М.: Селена, 2006,- 288с.
15. Гончаров М.Н. Реабилитация детей с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата. – М.: Медицина, 2004.- 205 с.
16. Дмитриев А.Е., Маринченко А.Л. Лечебная физкультура при операциях на органы пищеварения, - Л.: Медицина,2010.-160 с.
17. Добровольский В.К. Лечебная физическая культура реабилитации постинсультных больных. – Л.: Медицина, 2006.-144 с.
18. Дикуль В.И. Жизнь без боли в шеи.- М.: Эксмо 2012. -128с.
19. Дикуль В.И. Жизнь без боли в пояснице.- М.: Эксмо 2012. -144с.
20. Дудниченко С.А. Дыхательные методики: по Стрельниковой, Фролову и Ниши – М.: Эксмо, 2007.-320с.
21. Довгань В.И., Темкин И.Б. Механотерапия. – Л. Медицина. 2011.-128 с.
22. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник/В.А Епифанов. – М.:ГЭОТАР-Медиа, 2012.-528с
23. Коновалов С.С. Книга, которая лечит. Болезни позвоночника и суставов - СПб.: Издательство «Прайм-Еврознак», 2003.- 160с.
24. Латокус С.И. Руководство по технике массажа и мануальной терапии.- М.: ООО «Издательство АСТ»; Харьков: «Торсинг», 2002.-286 с.
25. Лебедев В.С. Лечебная физическая культура при инфаркте миокарда – Л.: Медгиз. 2013.-144 с.
26. Ловейка И.Д, Фонарев М.И. Лечебная физическая культура при заболеваниях позвоночника у детей.- Изд.-2-е.- Л.: Медицина,2008.-144 с.
27. Провосудов В.П. Учебник инструктора по лечебной физической культуре.- М.: Физкультура и спорт, 2007. – 415 с.
28. Практические занятия по врачебному контролю. Под общ. ред. А.Г. Дембо, М., «Физкультура и спорт», 1976, 128с.
29. Саркисов – Серазини И.М. Спортивный массаж. – М.: Селена, 2006.-288 с.
30. Фонарев М.И. Справочник по детской лечебной физкультуре. – Л.:Медицина,- 2003. – 357 с.
31. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой.-М.: Метефора,2006.- 128с.

32. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой. Книга-билет-М.: Метефора.2009.- 240с.
33. Щетинин М.Н. Дыхание по Стрельниковой побеждает болезни. Заболевание позвоночника и суставов.- М.: Книжный Клуб 36.6, 2009.-128с.

Профильные периодические издания:

«Медицина», «Теория и практика физической культуры», «Спорт в школе», «Физическая культура», «Физкультура и спорт», «Физическая культура в школе» и др.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты (освоенные профессиональные компетенции) | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|---|--|
| Освоенные умения: | |
| <ul style="list-style-type: none"> - взаимодействовать с медицинским работником при врачебно-педагогических наблюдений, обсуждать их результаты ; - проводить простейшие функциональные пробы; - под руководством врача разрабатывать комплексы и проводить индивидуальные и групповые занятия лечебной физической культурой (ЛФК); - использовать основные приемы массажа | <ul style="list-style-type: none"> Тестирование Дифференцированный зачет Дифференцированный зачет Практический зачет |
| Усвоенные знания: | |
| <ul style="list-style-type: none"> - цели, задачи и содержание врачебного контроля за лицами, занимающимися физической культурой; - назначение и методику проведения простейших проб; - значение ЛФК и лечение 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; | <ul style="list-style-type: none"> Дифференцированный зачет Практический зачет Тестирование Устный опрос Контрольная работа Коллоквиум Коллоквиум, устный опрос Практический зачет |

| | |
|---|---|
| <p>- методические особенности проведения занятий по лечебной физической культуре и массажу с детьми школьного возраста;</p> | <p>Устный опрос, дифференцированный зачет</p> |
| <p>- особенности коррекции нарушений в физическом развитии и состоянии здоровья школьников, отнесенных к специальной медицинской группе, подготовительной медицинской группе;</p> | <p>Дифференцированный зачет</p> |
| <p>- понятие о массаже, физиологические механизмы влияния массажа на организм;</p> | <p>Коллоквиум, устный опрос</p> |
| <p>- основные виды и приемы массажа</p> | <p>Письменная контрольная работа</p> |

Рецензия
на рабочую программу ОП. 06 «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» для специальности 49.02.01 Физическая культура, разработанную преподавателем Кам.ПК Протасовой Галиной Григорьевной

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом министерства образования и науки РФ №1355 от 27.10.2014г., по специальности 49.02.01 Физическая культура, рабочего учебного плана, положения о разработке рабочих программ учебных дисциплин, профессиональных модулей.

Автором проведена огромная работа по систематизации имеющихся знаний по врачебному контролю, спортивной медицины и ЛФК, проанализировано достаточно большое количество литературных источников.

В своей структуре программа содержит пояснительную записку с примерным распределением учебных часов, перечень видов, форм учебных занятий, требования, предъявляемые к студентам по курсу изучаемого предмета, контрольный объем теоретического материала, лабораторных работ, необходимых для профессиональной подготовки специалистов по физической культуре.

Особая значимость программы определяется ее практической направленностью, о чем свидетельствует достаточно большое количество практических и лабораторных работ по разделам учебного материала.

В рабочей программе в полной мере отражены компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины, указан перечень и описание компетенций, а так же требования к знаниям, умениям и навыкам, полученным в ходе изучения дисциплины

В целом рецензируемая программа может быть рекомендована для внедрения в процесс обучения на отделения физической культуры педагогического колледжа.

Рецензент:

Преподаватель высшей квалификационной категории
 Кам.ПК.....

Людмила Л. Голубович
 Отдел кадров завершено: Ведущий инспектор
Людмила Л. Голубович



Рецензия
на рабочую программу ОП. 06 «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» для специальности 49.02.01 Физическая культура, разработанную преподавателем Кам.ПК Протасовой Галиной Григорьевной

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом министерства образования и науки РФ №1355 от 27.10.2014г., по специальности 49.02.01 Физическая культура, рабочего учебного плана, положения о разработке рабочих программ учебных дисциплин, профессиональных модулей.

Рабочая программа имеет структуру, отвечающую современным требованиям к разработке рабочих программ, необходимых для обучения студентов средних специальных учебных заведений.

Основные требования к знаниям и умениям студентов, сформулированные в рабочей программе соответствуют содержанию учебного материала.

Оптимальное сочетание теоретических и практических занятий обеспечивает реализацию цели дисциплины: приобретение студентами знаний в области врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа.

При составлении рабочей программы определены виды и формы контроля знаний и умений студентов.

Рабочая программа включает тематическое планирование, учитывающее максимальную нагрузку и часы на практические занятия.

В рабочей программе в полной мере отражены компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины, указан перечень и описание компетенций, а так же требования к знаниям, умениям и навыкам, полученным в ходе изучения дисциплины.

Следует отметить как положительный факт планирования самостоятельной работы (внеаудиторной) студентов, разнообразные виды и тематика которой, безусловно, отражает положительное влияние на развитие творческих способностей и интерес к избранной специальности.

Рекомендуемая литература к программе представлена достаточно широко. Большой перечень дополнительной литературы и Интернет-ресурсов.

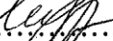
Рабочая программа ОП.06. «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа» реализуется в течение 6, 7и 8 семестров.

Данная рабочая программа соответствует современным требованиям по разработке рабочих программ и может быть использована в качестве действующей рабочей программы.

Рецензент:

Зам. директора по учебно-воспитательной работе

ФБГОУ РО «Каменск-Шахтинский медицинский колледж».

преподаватель высшей квалификационной категории.....  Н.А.Моисеева

